

PELATIHAN PEMBUATAN NUGGET SEHAT DI KELOMPOK IBU PKK DESA SUMBER MULYA KECAMATAN BULIK KABUPATEN LAMANDAU

Riskayanti, Firdaus Husein, Monasdir, Lailatun Nisfimawardah, Erlina Astuti

Prodi Teknologi Produksi Ternak, Departemen Pertanian, Politeknik Lamandau
riskayantiamir07@gmail.com

Abstract

This training aims to (1) increase knowledge of how to make home-made nuggets that are high in vitamins and fiber for PKK mothers in Sumber Mulya Village, Bulik District (2) increase the understanding and skills of PKK mothers in Sumber Mulya Village, Bulik District, about how to make home-made nuggets that are high in vitamins and fiber, vitamins and fiber, and (3) fostering an entrepreneurial spirit to support family economic income. The approach used is that activity participants are given knowledge in the form of lectures and training. The material provided is general information about chicken, nutritional content and shelf life as well as technology for making chicken nuggets. Then there was nugget making training with the main discussion being delivered to PKK women in Sumber Mulya Village with an introduction to what nuggets were as well as training on how to make healthy chicken nuggets. The results obtained from this activity were that before the activity, knowledge of processing livestock products was limited to meatballs, partners had never made their own nuggets because partners did not know how to make them. After the training activities, PKK mothers knowledge about livestock products and how to process them increased. The training activities were carried out well, the 20 Mrs. PKK partners were very enthusiastic about taking part in the training and had the motivation to practice making healthy chicken nugget products independently. Partners get a tool in the form of a blender for future business capital. This service activity is able to increase PKK mothers' knowledge about processing livestock products and open up business opportunities for PKK mothers in Sumber Mulya Village.

Keywords: Empowerment, Entrepreneurial, Healthy Chicken Nuggets, PKK Mother.

Abstrak

Pelatihan ini bertujuan untuk (1) meningkatkan pengetahuan cara membuat nugget rumahan yang tinggi vitamin dan serat bagi ibu PKK Desa Sumber Mulya, Kecamatan Bulik (2) meningkatkan pemahaman dan keterampilan ibu PKK Desa Sumber Mulya, Kecamatan Bulik, tentang cara membuat nugget rumahan yang tinggi vitamin dan serat, dan (3) menumbuhkan jiwa kewirausahaan dalam menunjang pendapatan ekonomi keluarga. Metode pendekatan dilakukan adalah peserta kegiatan diberikan pengetahuan berupa ceramah dan Pelatihan. Materi yang diberikan berupa informasi umum tentang ayam, kandungan gizi, dan umur simpan serta teknologi pembuatan nugget ayam. Kemudian pelatihan pembuatan nugget dengan pokok pembahasan yang disampaikan kepada ibu PKK di Desa Sumber Mulya dengan pengenalan terhadap apa itu Nugget serta pelatihan cara membuat nugget ayam sehat. Hasil yang diperoleh dari kegiatan ini adalah sebelum kegiatan, pengetahuan akan pengolahan produk ternak hanya sebatas bakso, mitra belum pernah membuat nugget sendiri karena mitra tidak tau cara membuatnya. Setelah kegiatan pelatihan, pengetahuan ibu PKK tentang produk peternakan dan cara pengolahannya meningkat. Kegiatan pelatihan dapat terlaksana dengan baik, mitra Ibu PKK yang berjumlah 20 orang sangat antusias untuk mengikuti pelatihan dan mempunyai motivasi untuk mempraktekkan pembuatan produk nugget ayam sehat secara mandiri. Mitra memperoleh alat berupa blender untuk modal usaha ke depannya. Kegiatan pengabdian ini mampu meningkatkan pengetahuan ibu PKK tentang pengolahan produk ternak dan membuka peluang usaha bagi ibu PKK Desa Sumber Mulya.

Keywords: Pemberdayaan, Kewirausahaan, Nugget ayam sehat, ibu PKK.

PENDAHULUAN

Tim Penggerak Pemberdayaan dan Kesejahteraan Keluarga (TP PKK) di Desa Sumber Mulya, Kecamatan Bulik, Kabupaten Lamandau merupakan salah satu organisasi pemberdayaan perempuan yang berperan untuk membantu pemerintah desa dan kelurahan dalam meningkatkan kesejahteraan menuju terwujudnya keluarga yang berbudaya, maju, mandiri dan harmonis serta mempunyai peran untuk menumbuhkembangkan potensi dalam meningkatkan pendapatan ekonomi keluarga.

Sebagian besar mitra ibu PKK ini berperan sebagai istri peternak, buruh sawit dan ibu rumah tangga. Hampir setengah dari masyarakat yang menggantungkan hidupnya di sektor pertanian khususnya perkebunan kelapa sawit. Djabar (2018) menyatakan bahwa ibu rumah tangga berperang penting dalam aktivitas mencari nafkah untuk keluarganya. Peranan yang sangat besar ini perlu dikembangkan dengan memberdayakan perempuan sehingga kaum perempuan bisa menjadi motor penggerak yang akan menunjang pendapatan ekonomi keluarga.

Oleh sebab itu melalui pelatihan ini dilakukan tentang pembuatan nugget ayam sehat pada mitra ibu PKK di Desa Sumber Mulya, Kecamatan Bulik, Kabupaten Lamandau. Nugget ayam merupakan salah satu hasil olahan dari daging ayam yang dicincang yang memiliki kandungan gizi seperti karbohidrat, protein, lemak dan mineral (Wulandari et al., 2016). Meskipun bergizi dan memiliki kandungan tersebut, daging dan produk daging memiliki kekurangan yaitu kekurangan

kandungan serat makanan. Kurangnya kandungan serat dalam produk dapat mengakibatkan berbagai gangguan kesehatan seperti kanker usus besar dan obesitas (Das et al., 2020).

Salah satu sayuran yang dapat ditambahkan yaitu wortel yang memiliki kandungan serat yang tinggi. Wortel segar mengandung serat, abu, nutrisi anti kanker, pektin, glutanion (Öztürk-Kerimoğlu et al., 2021) serta vitamin (betakaroten, B1 dan C) yang cukup tinggi yang berperan sebagai antioksidan (Susanti, 2017).

Dalam pembuatan nugget ditambahkan sayuran yang berfungsi untuk meningkatkan nilai gizi pada nugget ayam (Bashir et al., 2022). Pada penelitian (Khatun et al., 2022) tentang formulasi ayam nugget menggunakan wortel dan jahe sebagai sumber diet serat dan antioksidan alami, penelitian tersebut menyimpulkan formulasi 1% jahe: 12% wortel menghasilkan produk nugget yang memiliki kandungan serat dan aktivitas antioksidan yang tinggi. Dalam penelitian (Riskayanti et al., 2023) mengatakan bahwa penambahan sayur sampai pada level 30% masih memiliki kualitas fisik yang dapat diterima oleh panelis. Penambahan sayur baik yang segar maupun dikukus memiliki kandungan serat dan aktivitas antioksidan yang tidak berbeda (Riskayanti et al., 2024).

Pelatihan ini bertujuan untuk (1) meningkatkan pengetahuan cara membuat nugget rumahan yang tinggi vitamin dan serat bagi ibu PKK Desa Sumber Mulya, Kecamatan Bulik (2) meningkatkan pemahaman dan keterampilan ibu PKK Desa Sumber Mulya, Kecamatan Bulik, tentang cara membuat nugget rumahan yang tinggi vitamin dan serat, dan (3)

menumbuhkan jiwa kewirausahaan dalam menunjang pendapatan ekonomi keluarga.

Berdasarkan permasalahan di atas maka perlu dilakukan suatu kegiatan pelatihan pembuatan nugget ayam dengan penambahan sayuran pada mitra ibu PKK di Desa Sumber Mulya, Kecamatan Bulik Kabupaten Lamandau dalam mewujudkan penganekeagaman produk olahan pangan.

MATERI DAN METODE PELAKSANAAN

Waktu dan Tempat PKM

Pengabdian masyarakat ini akan dilaksanakan pada Bulan Mei-Juni Tahun 2024 di Desa Sumber Mulya, Kecamatan Bulik Kabupaten Bulik.

Sasaran

Sasaran dalam kegiatan PKM yaitu mitra ibu PKK di Desa Sumber Mulya, Kecamatan Bulik yang berjumlah 20 orang. Peserta dibagi atas 2 kelompok dan setiap kelompok berjumlah 10 orang untuk mempraktekkan pembuatan nugget ayam sayur. Mitra ibu PKK di Desa Sumber Mulya ikut serta dalam kegiatan penyuluhan, pelatihan, praktek dan pembinaan untuk kewirausahaan terhadap produk nugget ayam sayur.

Persiapan Alat dan Bahan

Bahan yang digunakan dalam PKM ini adalah daging ayam, sayur wortel, garam, bawang putih, merica bubuk, telur ayam, tepung tapioka, tepung panir, plastik tempat nugget dan tisu.

Alat yang digunakan dalam PKM ini adalah blender, timbangan, baskom, kompor gas, panci, sendok, piring, pisau, talenan, wajan, spatula dan garpu.

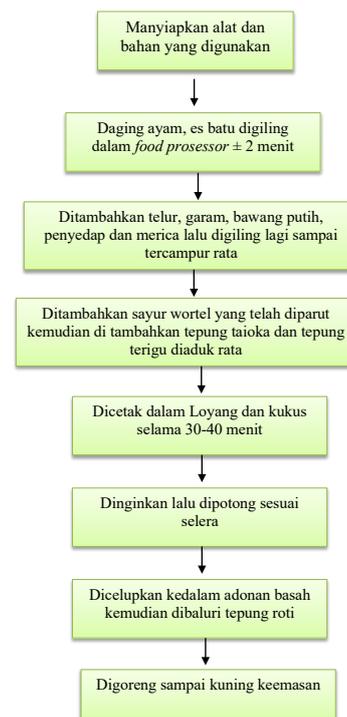
Metode Pelaksanaan Kegiatan

1. Penyuluhan

Pada kegiatan penyuluhan, peserta kegiatan diberikan pengetahuan berupa ceramah dan diskusi. Materi yang diberikan berupa informasi umum tentang ayam, kandungan gizi, dan umur simpan serta teknologi pembuatan nugget ayam.

2. Pelatihan

Pelatihan yang dilakukan pada pelatihan ini yaitu pelatihan pembuatan nugget dengan pokok pembahasan yang disampaikan kepada ibu PKK di Desa Sumber Mulya, Kecamatan Bulik dengan pengenalan terhadap apa itu nugget serta pelatihan cara membuat nugget ayam. Secara garis besar tahapan pembuatan nugget dapat dilihat pada Gambar 1.



Gambar 1 : Diagram Alir Pembuatan Nugget Ayam Sehat

HASIL DAN PEMBAHASAN

Observasi Lokasi Mitra dan Perizinan Mitra

Pada tanggal 13 Mei 2024, Tim PKM-TPT melakukan perizinan dengan Kepala Desa Sumber Mulya dan Ketua

Penggerak PKK secara offline di Kantor Desa Sumber Mulya. Hasil kegiatan ini tim PKM-TPT mendapatkan izin dari Kepala Desa Sumber Mulya dan Ketua Mitra untuk melaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat selama 1 minggu secara langsung di Kantor Desa Sumber Mulya.



Gambar 2. Perizinan dengan Kepala Desa Sumber Mulya

Keadaan Umum Mitra

Sasaran kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini yaitu mitra ibu PKK Desa Sumber Mulya Kecamatan Bulik Kabupaten Lamandau. Kegiatan pelatihan dilaksanakan dengan sangat antusias, dengan sebanyak 20 orang peserta dari kelompok ibu PKK yang mengikuti kegiatan dari awal sampai berakhirnya acara. Keadaan umum mitra ibu PKK dapat dilihat pada Tabel 2.

Tabel 2. Keadaan Umum Mitra ibu PKK Desa Sumber Mulya yang Mengikuti Pelatihan Pembuatan Nugget Ayam Sehat.

No	Nama	Umur	Pendidikan Terakhir	Pekerjaan
1	Sarwini	33 thn	SMP	IRT/PKK
2	Azizatur rohmah	30 thn	SMP	IRT/PKK
3	Samira rahayu	37 thn	SD	IRT/PKK
4	Mita nur aini	21 thn	SMA	IRT/PKK
5	Supriyanti	40 thn	SD	IRT/PKK
6	Retno yuliningsih	36 thn	SMP	IRT/PKK
7	Istiqomah	33 thn	SMP	IRT/PKK
8	Suminah	39 thn	SD	IRT/PKK
9	Maryatun	40 thn	SD	IRT/PKK
10	Nur asiyah	38 thn	SD	IRT/PKK
11	Tugi	40 thn	SD	IRT/PKK
12	Alimah	34 thn	SMP	IRT/PKK
13	Hartatik	40 thn	SMA	IRT/PKK
14	Fitri risnawati	29 thn	SMP	IRT/PKK
15	Sartini	44 thn	SD	IRT/PKK
16	Soniyatun	41 thn	SMA	IRT/PKK
17	Sonya	45 thn	SMP	IRT/PKK
18	Betti Trimio	45 thn	SD	IRT/PKK
19	Resdian Putri Nilam Jati	37 thn	S1	Perangkat Desa/PKK
20	Dewi astuti	35 thn	SMA	IRT/PKK

antara 29-45 tahun yang memiliki pekerjaan utama sebagian besar sebagai Ibu Rumah Tangga (IRT) dan sebagai Anggota Kelompok PKK Desa Sumber Mulya. Karenanya itu mitra ibu PKK Desa Sumber Mulya tidak sulit untuk

Berdasarkan hasil kuesioner (Gambar 3), mitra ibu PKK Desa Sumber Mulya memiliki usia berkisar

menerima materi, pengetahuan dan praktek pembuatan nugget ayam sehat.



Gambar 3. Pengisian Kuesioner

Pelaksanaan Kegiatan PKM

Pelaksanaan PKM dibagi menjadi 4 sesi. Sesi pertama meliputi sesi pembukaan kegiatan dan pemaparan materi serta penjelasan mengenai definisi dan karakteristik nugget ayam secara umum, contoh-contoh produk nugget ayam yang ada di mini market maupun di pasar, serta manfaat dan karakteristik nugget ayam sehat. Dikatakan nugget sehat karena ditambahkan sayur yang dapat menambah nilai gizi pada nugget ayam. Salah satu sayuran yang dapat ditambahkan dalam pembuatan nugget ayam yaitu wortel. Kandungan sayur wortel serta manfaatnya bagi kesehatan dijelaskan pada sesi pertama. Kegiatan PKM dimulai pukul 09.00 WIB dengan penyampaian kata sambutan dari Kepala Desa Sumber Mulya dan Ketua Ibu PKK Desa Sumber mulya. Setelah itu penyampaian materi dan langkah atau prosedur pembuatan nugget ayam sehat oleh Tim PKM dimulai pukul 09.25 WIB yang dapat dilihat pada Gambar 4.



Gambar 4. Pembukaan dan Pemaparan Materi oleh Tim PKM

Sesi kedua adalah sesi pembuatan produk nugget ayam sehat sesuai dengan prosedur yang telah dijelaskan oleh Tim PKM Prodi Teknologi Produksi Ternak. Pada sesi ini kelompok ibu PKK membuat nugget ayam sehat dengan penambahan sayur wortel sesuai dengan formulasi yang telah disampaikan. Selama sesi ini ibu PKK sangat aktif dalam pengolahan produk nugget ayam sehat yang kegiatannya dapat dilihat pada Gambar 5.

Sesi ketiga ialah sesi dimana Kelompok Ibu PKK memberi tanggapan terkait proses pengolahan, rasa dan kesukaan terhadap produk nugget ayam sehat dengan penambahan sayur wortel. Pada sesi ini salah satu ibu PKK menanggapi yaitu ibu Resdian Putri Nilam Jati mengatakan bahwa proses pembuatan nugget ayam sehat cukup mudah, harga bahan yang dibutuhkan cukup terjangkau, untuk rasanya enak karena rasa sayurnya tidak terlalu berasa sehingga disukai oleh anak-anak yang mencobanya. Sesi ini dapat dilihat pada Gambar 6.

Sesi keempat Program Studi Teknologi Produksi Ternak yang diwakili oleh Tim PKM memberikan alat bantu berupa Blender yang dapat membantu dalam proses pengolahan produk ternak yang relevan dengan topik PKM kali ini. Peralatan yang diberikan yaitu Blender kepada Kelompok Ibu PKK diharapkan dapat

membantu kegiatan berwirausaha dalam produk ternak berskala kecil. Sesi pemberian alat bantu dapat dilihat pada Gambar 7.

Kegiatan PKM ini ditutup dengan ucapan terimakasih dari ketua

Tim PKM kepada Kelompok Ibu PKK yang berpartisipasi pada kegiatan PKM, serta foto bersama seluruh peserta dan Tim PKM Teknologi Produksi Ternak (Gambar 7).



Gambar 5. Proses pengolahan Nugget Ayam Sehat oleh Kelompok Ibu PKK



Gambar 6. Tanggapan Kelompok Ibu PKK terkait Produk Nugget Ayam Sehat



Gambar 7. Pemberian Belender ke Kelompok Ibu PKK Desa Sumber Mulya

Tingkat Ketercapaian Sasaran Program PKM

Pemasaran produk olahan nugget ayam sehat sangat dipengaruhi oleh permintaan pasar seperti harga, tingkat pendapatan dan tingkat konsumsi masyarakat terhadap produk

nugget ayam sehat. Penghitungan analisis biaya untuk keuntungan produk

olahan ayam menjadi nugget ayam sehat dapat dilihat pada Tabel 3.

Tabel 3. Analisis Biaya Produk Nugget Ayam Sehat

No	Bahan Baku	Jumlah Barang	Harga Satuan (Rp)	Jumlah Harga (Rp)
1	Dada Ayam	300g	45.000/kg	13.500
2	Sayur Wortel	30g	35.000/kg	1.000
3	Tepung Terigu	20g	15.000/kg	300
4	Tepung Tapioka	60g	10.000/kg	600
5	Tepung Panir	100g	18.000/kg	1.800
6	Telur	1 butir	2.000/butir	2.000
7	Bumbu	Paket	5.000	5.000
8	Plastik Kemasa	3 buah	3.000	3.000
9	Es batu	1 buah	2.000	2.000
10	Label kemasan	3 buah	4.500	4.500
			Jumlah	33.700

Berdasarkan Tabel 3 dapat dilihat bahwa hasil perhitungan produksi nugget ayam sehat yaitu sebanyak 3 kemasan/hari untuk satu formulasi, harga produk nugget ayam sehat untuk perkemasan Rp. 25.000. Penghasilan produk nugget ayam sehat Rp. 25.000 x 3 kemasan = Rp. 75.000/hari untuk satu formulasi. Hasil keuntungan yang dapat diperoleh selama 1 bulan produksi untuk satu formulasi yaitu Rp. 1.100.000. Pelatihan tentang pembuatan Nugget Ayam Sehat pada Kelompok Ibu PKK dapat memberikan nilai tambah pendapatan melalui kegiatan pemberdayaan masyarakat di Desa Sumber Mulya.

Pembuatan Nugget ayam sehat melalui penerapan IPTEK diharapkan dapat dijadikan sebagai salah satu upaya dalam pengolahan produk olahan daging ayam oleh Kelompok Ibu PKK Desa Sumber Mulya. Melalui kegiatan ini diharapkan Kelompok Ibu PKK Desa Sumber Mulya dapat meningkatkan kesejahteraan keluarga dan juga memperoleh alternatif sumber pendapatan melalui usaha mandiri pembuatan Produk Nugget Ayam Sehat.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan topik “Pelatihan Pembuatan Nugget Sehat Di Kelompok ibu PKK Desa Sumber Mulya Kecamatan Bulik Kabupaten Lamandau” dapat disimpulkan:

a. Kegiatan pelatihan dapat terlaksana dengan baik, mitra Ibu PKK yang berjumlah 20 orang sangat antusias untuk mengikuti pelatihan dan mempunyai motivasi untuk mempraktekkan pembuatan produk nugget ayam sehat secara mandiri.

b. Peserta pelatihan dapat memahami materi serta langkah-langkah atau prosedur dalam pengolahan nugget ayam sehat yang telah diberikan oleh Tim PKM Teknologi Produksi Ternak.

Saran

Saran dari kegiatan ini yaitu perlu diusahakan jalur pemasaran produk olahan Nugget Ayam Sehat di sekitar Desa Sumber Mulya maupun sekabupaten Lamandau. Selain itu, perlu dilakukan promosi olahan nugget ayam sehat yang dibuat oleh mitra ibu

PKK untuk meningkatkan kesejahteraan masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Bashir, S., Arshad, M. S., Khalid, W., Nayik, G. A., Al Obaid, S., Ansari, M. J., Moreno, A., & Karabagias, I. K. (2022). Effect of Antimicrobial and Antioxidant Rich Pomegranate Peel Based Edible Coatings on Quality and Functional Properties of Chicken Nuggets. *Molecules*, 27(14). <https://doi.org/10.3390/molecules27144500>
- Das, A. K., Nanda, P. K., Madane, P., Biswas, S., Das, A., Zhang, W., & Lorenzo, J. M. (2020). A comprehensive review on antioxidant dietary fibre enriched meat-based functional foods. *Trends in Food Science and Technology*, 99 (September 2019), 323–336. <https://doi.org/10.1016/j.tifs.2020.03.010>
- Djabar, M. (2018). Partisipasi Wanita dalam Rehabilitasi Hutan Mangrove di Desa Inalatan Kecamatan Bonubogu Kabupaten Buol, Gorontalo. *Journal of Forestry Research*. I (1). P 24-35.
- Khatun, M., Hossain, M., Ali, M. A., Rahman, M., Azad, M., & Hashem, M. (2022). Formulation of value added chicken nuggets using carrot and ginger as a source of dietary fiber and natural antioxidant. *SAARC Journal of Agriculture*, 20(1), 185–196. <https://doi.org/10.3329/sja.v20i1.60611>
- Öztürk-Kerimoğlu, B., Kara, A., Urgu-Öztürk, M., & Serdaroğlu, M. (2021). A new inverse olive oil emulsion plus carrot powder to replace animal fat in model meat batters. *LWT*, 135. <https://doi.org/10.1016/j.lwt.2020.110044>
- Riskayanti R, Hikmah H, Said MI, Nahariah N (2023). Organoleptic Quality of Chicken Nugget with Broccoli (*Brassica oleracea L.*) and Carrot (*Daucus carota L.*) Addition. *Hasanuddin J. Anim. Sci.* Vol. 5, No. 2: 105-116.
- Riskayanti R, Hikmah H, Said MI, Nahariah N (2024). Diversification of healthy chicken nuggets which rich in antioxidants and dietary fiber through the utilization of vegetable broccoli (*Brassica oleracea L.*) and carrot (*Daucus carota L.*). *Adv. Anim. Vet. Sci.* 12(2): 289-296.
- Susanti, R. (2017). Pengaruh Penambahan Wortel Terhadap Mutu Organoleptik dan kadar β -Karoten Nugget Ikan Nila (*Oreochromis niloticus*). *Kaya Tulis Ilmiah. Jurusan Gizi. Politeknik* https://pustaka.poltekkes-pdg.ac.id/repository/KTI_RIKI_SUSANTI_.pdf
- Wulandari, E., Suryaningsih, L., Pratama, A., & Putra, D. S. (2016). Karakteristik Fisik, Kimia dan Nilai Kesukaan Nugget Ayam Dengan Penambahan Pasta Tomat. *Jurnal Ilmu Ternak*, 16(2), 95–99.