

PELATIHAN PEMANFAATAN DAN PENGOLAHAN SINGKONG MENJADI MAKANAN RINGAN TELA RASA

Muntoha¹, Jamroni¹ dan Riska Utami Ummayah²

¹Fakultas Hukum, Universitas Islam Indonesia

²Jurusan Psikologi, Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya, Universitas Islam Indonesia

³Jurusan Manajemen, Fakultas Ekonomi, Universitas Islam Indonesia

ABSTRACT

Cassava is a staple food of Indonesian society besides rice and sago. It tastes good and very filling makes it a staple food was good. The government also continues to disseminate to reduce the consumption of rice and replace it with cassava, sago, corn, or potatoes. Cassava itself is very easy to grow and maintain. As happened at Dusun Bandung and Dusun Songbanyu I, Kecamatan Giri Subo, Gunung Kidul, Daerah Istimewa Yogyakarta. There are a lot of cassava in the two villages. This prompted author to simultaneously training initiative provides insight processed cassava innovative and creative to citizens of those two villages. In addition to its abundant, cassava itself is very useful for the human body. Innovation that are made by author is tasteful cassava snacks. This unique preparations can be commodity trades and new entrepreneurs for citizens of those two hamlets.

Keywords: Training, Inovation, Cassava, Entrepreneur.

ABSTRAK

Singkong merupakan salah satu bahan makanan pokok masyarakat Indonesia selain padi dan sagu. Rasanya yang enak dan sangat mengenyangkan membuatnya menjadi bahan makanan pokok yang baik. Pemerintah pun terus melakukan sosialisasi untuk menekan konsumsi padi dan menggantinya dengan singkong, sagu, jagung, atau kentang. Singkong sendiri sangat mudah tumbuh dan dirawat. Seperti yang terjadi di Dusun Bandung dan Dusun Songbanyu I, Kecamatan Giri Subo, Gunung Kidul, Daerah Istimewa Yogyakarta. Terdapat banyak sekali tanaman singkong di kedua dusun tersebut. Hal ini mendorong penulis untuk berinisiatif memberikan wawasan sekaligus pelatihan olahan singkong yang inovatif dan kreatif kepada warga kedua dusun tersebut. Selain karena melimpah, singkong sendiri sangat bermanfaat bagi tubuh manusia. Olahan yang diinovasikan penulis sendiri adalah makanan ringan tela rasa. Olahan yang unik ini pun bisa menjadi komoditi perdagangan dan bidang wirausaha baru bagi warga kedua dusun.

Keywords: Pelatihan, Olahan, Singkong, Wirausaha.

1. PENDAHULUAN

Ketela pohon atau singkong merupakan salah satu bahan makanan pokok masyarakat Indonesia selain padi dan sagu. Rasanya yang enak dan sangat mengenyangkan membuatnya menjadi bahan makanan pokok yang baik. Pemerintah pun terus melakukan sosialisasi untuk menekan konsumsi padi dan menggantinya dengan singkong, sagu, jagung, atau kentang.

Ketela pohon, ubi kayu, atau singkong (*Manihot utilissima*) sendiri adalah perdu tahunan tropika dan subtropika dari suku *Euphorbiaceae*. Umbinya dikenal luas sebagai makanan pokok penghasil karbohidrat dan daunnya sebagai sayuran. Perdu, bisa mencapai 7 meter tinggi, dengan cabang agak jarang. Akar tunggang dengan sejumlah akar cabang yang kemudian membesar menjadi umbi akar yang dapat dimakan. Ukuran umbi rata-rata bergaris tengah 2–3 cm dan panjang 50–80 cm, tergantung dari klon/kultivar. Bagian dalam umbinya berwarna putih atau kekuning-kuningan. Umbi singkong tidak tahan simpan meskipun ditempatkan di lemari pendingin. Gejala kerusakan ditandai dengan keluarnya warna biru gelap akibat terbentuknya asam sianida yang bersifat meracun bagi manusia. Umbi ketela pohon merupakan sumber energi yang kaya karbohidrat namun sangat miskin protein. Sumber protein yang bagus justru terdapat pada daun singkong karena mengandung asam amino metionina [Wikipedia, 2015].

Dilihat dari manfaatnya, tanaman ketela pohon atau singkong mempunyai banyak keunggulan karena semua bagian tanaman ketela pohon/singkong mempunyai manfaat dalam kehidupan sehari-hari. Beberapa manfaat ketela pohon atau singkong antara lain:

- a. Pucuk serta daunnya yang masih muda dan lunak mengandung protein, lemak, karbohidrat, vitamin A dan B1, dapat dipergunakan sebagai makanan ternak (kambing, sapi, ulat sutera dan lain-lain) setelah layu. Jika telah direbus dan diurap akan menjadi sayuran yang lezat dan nikmat. Daun ketela pohon/singkong yang baru dipetik mengandung banyak Asam Hidrocyan (HCN) sehingga beracun. Karena itu, sebelum dikonsumsi daun ketela pohon atau singkong harus dilayukan terlebih dahulu atau direndam untuk mengurangi kadar racun HCN-nya.
- b. Batangnya dapat digunakan untuk bibit atau kalau sudah kering bisa digunakan sebagai kayu bakar.
- c. Bonggolnya (pangkal pokok batang) baik pula untuk kayu bakar.
- d. Akarnya dapat tumbuh menjadi umbi yang dapat diolah menjadi gablek atau berbagai makanan olahan lainnya.

Apabila dilihat dari kandungan gizinya, ketela pohon/singkong mempunyai kandungan gizi yang cukup lengkap yang dibutuhkan oleh tubuh. Tabel berikut memberikan informasi tentang komposisi kandungan gizi pada ketela pohon/singkong maupun berbagai olahannya [Handayani dan Sundari, 2015].

Tabel 1. Komposisi Kandungan Gizi Ketela Pohon atau Singkong

NO.	KANDUNGAN	UMBI	GAPLEK	TEPUNG	TAPAIOKA	DAUN
1.	Protein (kal)	146	838	363	362	73
2.	Protein (g)	1,2	1,5	1,1	0,5	6,8
3.	Lemak (g)	0,3	0,7	0,5	0,3	1,2
4.	Karbohidrat (g)	34,7	81,3	88,2	86,9	13,0
5.	Kalsium (mg)	33	80	84	0	165
6.	Fosfor (mg)	40	60	0	0	54
7.	Besi (mg)	0,7	1,9	1,0	0	2,0
8.	Vit A (SI)	0	0	0	0	11.000
9.	Vit B1 (mg)	0,06	0,04	0,04	0	0,12
10.	Vit C (mg)	30	0	0	0	275
11.	Air (g)	62,5	14,5	9,1	12,0	77,2

Sumber : Direktorat Gizi Departemen Kesehatan RI dalam Darjanto dan Murdjati, 1980

Dengan segala manfaat yang dikandungnya, singkong pun sering diolah menjadi olahan lain yang memiliki nilai ekonomis tinggi. Singkong biasa diolah menjadi berbagai jenis produk industri. Bukan hanya pangan, melainkan juga kosmetik, obat-obatan, bahan baku kertas, dan energi. Perekayasa bidang teknologi pangan dari Badan Pengkajian dan Penerapan Teknologi Aton Yulianto, awal pekan ini, memaparkan, teknologi hidrolisis dikembangkan 20 tahun untuk mengurai zat pati menjadi glukosa yang mengandung rantai unsur karbon dan hidrogen. Unsur ini juga ada dalam minyak bumi.

Di Jerman dan Jepang, kata Aton, pemanfaatan bahan selulosa menjadi bioetanol mulai menggeser penggunaan minyak bumi di industri. Peneliti di Institut Pertanian Bogor dan Universitas Jember berhasil menerapkan teknik fermentasi menggunakan bakteri asam laktat. Hasilnya, singkong yang diolah menjadi irisan tipis dapat terurai menjadi tepung *modified cassava flour* (mocaf).

Tepung ini bisa digunakan untuk membuat aneka jenis makanan, seperti kue, roti, mie, dan bakso. "Selain untuk pangan, bahan baku singkong setidaknya bisa dihasilkan 13 turunan produk untuk berbagai keperluan. Selain mocaf dan gula cair, juga dihasilkan biokerosin dan bioetanol," ujar Endy menguraikan.

Gula cair dari singkong kini mulai banyak dikonsumsi untuk keperluan diet. Kandungan kalori gula cair rendah sehingga aman bagi penderita diabetes dan mereka yang diet rendah gula.

Saat ini, bahan baku singkong 85 persen diolah menjadi pati, sisanya menjadi mocaf. Menurut Aton, permintaan terhadap pati singkong besar karena dapat menjadi bahan baku kertas. Belakangan ini, pati singkong diolah menjadi vitamin C. Pabrik vitamin C dari singkong dibangun di Lamongan, Jawa Timur [Zakiya, 2012].

Memperhatikan paparan di atas, penulis pun berinisiatif memberikan semua pelatihan industri mikro dan wirausaha dalam jangka panjang. Penulis melakukan sebuah pelatihan pengolahan singkong menjadi makanan ringan tela rasa kepada warga-warga Dusun Bandung dan Dusun Songbanyu 1, Kecamatan Giri Subo, Gunung Kidul, Daerah Istimewa Yogyakarta. Warga di kedua dusun belum memiliki wawasan dan pengetahuan tentang inovasi baru dan kreatif untuk olahan berbahan baku singkong yang padahal terdapat banyak di kedua dusun.

Selain sebagai berbagai wawasan dan pengetahuan mengenai produk inovatif dan kreatif berbahan baku singkong, pelatihan olahan tela rasa ini juga lebih jauh lagi penulis berharap bisa dilanjutkan dan dikembangkan oleh warga kedua dusun. Secara langsung maupun tidak

langsung, warga kedua dusun mendapatkan wawasan kewirausahaan yang diharapkan akan diterapkan di dunia nyata dan menjadikan makanan ringan tela rasa sebagai komoditi perdagangan.

2. METODE PELAKSANAAN

Pelatihan ini terbagi ke dalam tiga tahap. Tahap pertama adalah penyampaian dan pengenalan olahan tela rasa. Tahap kedua adalah praktik pembuatan makanan ringan tela rasa. Dan tahap ketiga adalah evaluasi pembuatan tela rasa.

Tahap pertama berlangsung hingga delapan jam dan secara bergantian dilaksanakan di Dusun Bandung dan Dusun Songbanyu 1. Tahap kedua berlangsung hingga dua belas jam dan secara bergantian dilaksanakan di kedua dusun. Sementara tahap ketiga berlangsung selama delapan jam dan secara bergantian dilaksanakan di kedua dusun.

Adapun rincian pelatihan ini adalah sebagai berikut.

Tabel 2. Jadwal Pelatihan Pembuatan Tela Rasa

Hari dan Tanggal	Detail Kegiatan	Lokasi	Durasi Pelaksanaan
20 Agustus 2015	Penyampaian dan pengenalan olahan tela rasa.	Balai Dusun Songbanyu 1	2 jam
21 Agustus 2015	Penyampaian dan pengenalan olahan tela rasa.	Balai Dusun Songbanyu 1	2 jam
27 Agustus 2015	Penyampaian dan pengenalan olahan tela rasa.	Balai Dusun Bandung	2 jam
27 Agustus 2015	Penyampaian dan pengenalan olahan tela rasa.	Balai Dusun Bandung	2 jam
29 Agustus 2015	Praktik pembuatan tela rasa.	Kediaman Kepala Dusun Bandung	3 jam
30 Agustus 2015	Praktik pembuatan tela rasa.	Kediaman Ketua RT 01	3 jam
1 September 2015	Praktik pembuatan tela rasa.	Balai Dusun Songbanyu 1	3 jam
1 September 2015	Praktik pembuatan tela rasa.	Balai Dusun Songbanyu 1	3 jam
4 September 2015	Evaluasi pembuatan tela rasa.	Balai Dusun Bandung	2 jam
4 September 2015	Evaluasi pembuatan tela rasa.	Balai Dusun Bandung	2 jam
5 September 2015	Evaluasi pembuatan tela rasa.	Balai Dusun Songbanyu 1	2 jam
5 September 2015	Evaluasi pembuatan tela rasa.	Balai Dusun Songbanyu 1	2 jam

Dalam pelaksanaan pelatihan ini, penulis pun terus membuka diri dan saling bertukar pendapat dengan warga kedua dusun. Pelatihan tidak berjalan satu arah.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kendala utama yang dialami penulis dalam pelatihan ini adalah penyesuaian waktu untuk berkumpul dengan warga cukup sulit. Warga Dusun Bandung dan Dusun Songbanyu 1 yang

sebagian besar bekerja sebagai petani seringkali sudah meninggalkan kediaman sejak pagi dan baru pulang saat senja menjelang. Sehingga, butuh komunikasi intens dan baik untuk merealisasikan pelatihan ini.

Solusi yang penulis ambil adalah mengadakan pelatihan ini di sore atau malam hari setelah para warga menyelesaikan kegiatan berladang maupun kegiatan pribadi mereka lainnya. Tentu saja penentuan jadwal pelatihan ini sudah dengan persetujuan tokoh masyarakat serta warga kedua dusun sendiri.

Di luar kendala, dukungan dan respon positif warga dari kedua dusun benar-benar membantu penulis. Antusiasme besar mereka benar-benar membuat pelatihan ini mampu berjalan dengan baik dan lancar. Sehingga, secara keseluruhan, pelatihan ini berjalan baik dan lancar.

Adapun dokumentasi pembuatan olahan tela rasa adalah seperti berikut.



Gambar 1. Pembuatan Tela Rasa Bersama Warga



Gambar 2. Pembuatan Tela Rasa Bersama Warga

Melalui pelatihan ini, warga di Dusun Bandung dan Dusun Songbanyu 1 pun mendapatkan wawasan baru mengenai olahan singkong yang inovatif dan kreatif. Olahan tela rasa ini pun mampu menjadi komoditi perdagangan yang menguntungkan.

4. KESIMPULAN

Pelatihan olahan ketela pohon inovatif dan kreatif berupa tela rasa ini memberikan warga di Dusun Bandung dan Dusun Songbanyu 1 wawasan dan pengetahuan baru tentang olahan lain singkong. Dengan melimpahnya bahan baku utama, yaitu singkong, di kedua dusun, pelatihan ini akan sangat bermanfaat bagi warga kedua dusun. Lebih jauh, dengan usaha yang sedikit lebih berat, olahan singkong ini bisa menjadi komoditi perdagangan baru bagi warga kedua dusun.

5. REFERENSI

Handayani, Sugiharti Mulya dan Sundari, Mei Tri. 2015. Pemberdayaan Wanita Tani Melalui Pembuatan Keripik Belut Daun Singkong di Kecamatan Jumantono, Kabupaten Karanganyar. Jurnal DIANMAS. Universitas Negeri Surakarta. Solo.

Wikipedia. 2015. Ketela Pohon. Didapat dari: https://id.wikipedia.org/wiki/Ketela_pohon.

Zakiya, Zika. 2012. Pengolahan Singkong jadi 13 Produk Turunan. Dalam artikel NATIONAL GEOGRAPHIC INDONESIA. Didapat dari: <http://nationalgeographic.co.id/berita/2012/05/pengolahan-singkong-jadi-13-produk-turunan>.