

Pelatihan Pembuatan Keripik Pare Dalam Meningkatkan Nilai Tambah Ekonomi Buah Pare Pada Ibu-Ibu KWT di Desa Bendewuta Kecamatan Wonggeduku

Training on Making Bitter Gourd Chips to Increase the Economic Added Value of Bitter Gourd Fruit for KWT Women in Bendewuta Village, Wonggeduku District

Endang Sumiratin¹, Kadek Ariati²

^{1,2}Program Studi Agribisnis Fakultas Pertanian, Universitas Lakidende

Alamat : Jalan Sultan Hasanuddin, No. 234, Wawotobi, Lalosabila, Unaaha,
Kabupaten Konawe, Sulawesi Tenggara 93461, Indonesia

eenendangs@gmail.com

Article History:

Received: 14 September 2023

Accepted: 15 Oktober 2023

Published: 30 November 2023

Keywords: Training, chips, bitter melon.

Abstract: *The aim of holding this PKM activity is to diversify bitter melon fruit into chips for the women of KWT Medulu, Bendewuta Village, Wonggeduku District. The selected participants were 10 people who had bitter melon gardens in their yard. The activity stages were lecture and practice. PKM activities were carried out well, participants were very enthusiastic in taking part in PKM activities. Monitoring results showed that the amount of increase in participants' knowledge and skills increased from 100%, from 10 participants who answered that they did not know before the training activity in making bitter melon chips, it increased to 100% or 10 participants answered that they knew and were able after the training. This shows that training activities can be said to be successful because there is an increase in the knowledge and skills of the training participants.*

Abstrak

Tujuan diadakannya kegiatan PKM ini, untuk membuat diversifikasi buah pare menjadi keripik pada ibu-ibu KWT Medulu Desa Bendewuta Kecamatan Wonggeduku. Peserta yang dipilih berjumlah 10 orang yang memiliki kebun pare yang ada di pekarangan rumah, tahapan kegiatan adalah ceramah dan praktek. Kegiatan PKM yang terlaksana dengan baik, peserta sangat antusias dalam mengikuti kegiatan PKM. Hasil Monitoring, besarnya peningkatan pengetahuan dan keterampilan peserta dari 100 % dari 10 orang peserta menjawab tidak tahu sebelum kegiatan pelatihan pembuatan keripik pare meningkat menjadi 100 % atau 10 orang peserta menjawab tahu dan mampu setelah pelatihan. Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan pelatihan dapat dikatakan berhasil karena adanya peningkatan pengetahuan dan keterampilan dari peserta pelatihan.

Kata Kunci : Pelatihan, Keripik, pare.

PENDAHULUAN

Pare (Paria) merupakan sayuran buah yang mulai diminati semenjak diketahuinya kandungan zat dan varietas-varietas baru yang lebih unggul dalam hal rasa dan penampilan tanaman. Akhirnya sayuran ini mampu merambah supermarket. Langkah maju ini menunjukkan bahwa paria telah membentuk citra tersendiri (Bastari et al, 2017). Tanaman pare (*Momordica charantia L.*) merupakan tanaman semusim yang bersifat merambat. Rasa pahit

* Endang Sumiratin, eenendangs@gmail.com

pada tanaman pare terutama pada daun dan buah disebabkan oleh kandungan zat glukosida yang disebut momordisin. Zat yang menimbulkan rasa pahit mempunyai manfaat bagi kesehatan, diantaranya untuk menyembuhkan kencing manis, wasir, kemandulan, menambah produksi asi, dan merangsang nafsu makan (Hidayat et al, 2015).

Berdasarkan analisis fitokimia, ekstrak pare dapat berperan sebagai antioksidan dengan ditemukannya kandungan flavonoid, tanin, saponin, steroid, dan terpenoid, diketahui ekstrak buah pare dalam air maupun etanol menunjukkan aktivitas antioksidan dalam penangkapan radikal DPPH yang lebih tinggi daripada vitamin E, yang disumbangkan oleh kadar senyawa fenolik dan flavonoidnya (Wu SJ, Lean Teik Ng. 2008). Buah pare juga diketahui mengandung β -karoten lima kali lebih besar dari pada wortel (Tuan 2011). Vitamin lain yang terkandung dalam buah pare adalah vitamin C yang berperan dalam metabolisme pembuangan kolesterol, memperbaiki kekuatan pembuluh darah serta berperan sebagai antimikrobia. Kandungan kimia buah pare yang mendukung khasiatnya antara lain alkaloid, momordisin, karoten, glikosida, saponin, sterol/ terpen, karantin, hidroksitriptamin, vitamin A, vitamin B, dan polipeptida (Apriyadi et al. 2012).

Salah satu hasil pertanian yang cukup melimpah di Desa Bendewuta adalah pare. Pare adalah salah satu jenis sayuran yang memiliki warna hijau dan memiliki rasa pahit sehingga tidak semua masyarakat menyukai sayuran ini karena rasanya yang pahit. Namun sebenarnya dibalik rasanya yang pahit ini sebenarnya sayur pare ini sangat baik untuk kesehatan pada tubuh (Rintyarna dan Qodariyah, 2020). Pare mengandung banyak vitamin dan mineral seperti vitamin A, Vitamin B1, Vitamin B2, Vitamin C, kalsium, kalium, seng, zat besi, tembaga dan fosfor, asam linoleat (Cholifah dan Yanik, 2018). Tanaman pare mempunyai manfaat antara lain mengobati kencing manis, dismenorrhoe dan sariawan (Rahmasari dan Wahyuni, 2019). Meski memiliki banyak manfaat bagi kesehatan, masyarakat masih belum dapat berinovasi dalam membuat produk berbahan dasar pare yang dapat dijangkau dan dinikmati oleh berbagai kalangan.

Selama ini, pemanfaatan buah pare yang dilakukan adalah dengan mengolahnya menjadi sayuran, teh, dan manisan, baik itu manisan basah maupun kering. Namun sejauh ini pengolahan pare menjadi sayuran atau teh masih membuat masyarakat enggan mengkonsumsinya dikarenakan masih tersisa rasa pahit. Pengolahan buah pare menjadi manisan lebih disarankan karena dapat menyamarkan rasa pahit, memperpanjang umur simpan, sekaligus meningkatkan nilai ekonomi buah pare.

Pengolahan sayuran mentah menjadi sayuran kering dan olahan di Kabupaten Konawe Kecamatan Wonggeduku relatif sedikit dan terbatas salah satunya olahan sayuran pare. Keripik

pare merupakan sebuah inovasi dimana cara menikmati pare agar tidak terasa pahit saat dimakan dan menarik minat untuk mengkonsumsi buah pare. Usaha keripik Pare termasuk usaha yang sangat menjanjikan karena memiliki peluang keuntungan yang sangat tinggi karena yang menjadi target pasarnya yaitu semua kalangan di masyarakat.

Keripik merupakan camilan favorit yang sudah tidak asing lagi, ditelinga masyarakat, dan pasti disukai oleh seluruh kalangan. Rasa keripik yang beraneka ragam mulai dari yang manis, asin hingga yang pedas, laris manis di pasaran. Selain enak, pembuatan keripik ini tergolong mudah, sehingga banyak orang yang menyukainya, bahkan menjadikannya peluang bisnis menjanjikan, yang memiliki omset penjualan cukup tinggi. Pembuatan keripik saat ini, masih terbatas pada usaha kecil atau industri rumah tangga, yang ditujukan untuk pasaran lokal. Pada umumnya, dipasarkan melalui pedagang perantara, warung, toko-toko kecil, penjajah jalanan serta pasar swalayan dengan cara pengemasan bervariasi, tergantung pada sasaran yang dituju. Dengan makin baiknya pengolahan, dan pengemasan, maka diperoleh keripik yang bermutu, diharapkan pemasaran produk ini dapat menjangkau konsumen yang lebih banyak.

Oleh karena itu, buah pare yang terkenal dengan rasa yang pahit itu akan diinovasikan menjadi sebuah keripik yang terasa gurih, enak dan renyah ada ibu-ibu Kelompok Wanita Tani (KWT) di Desa Bendewuta. Kegiatan pengabdian ini ditujukan untuk melatih ibu-ibu Kelompok Wanita Tani (KWT) Medulu dalam mengolah pare menjadi keripik pare.

METODE PELAKSANAAN KEGIATAN

Lokasi dan Sasaran Program

Lokasi pengabdian kepada masyarakat adalah di Desa Bendewuta Kecamatan Wonggeduku, Kabupaten Konawe, dengan kelompok sasaran program adalah ibu-ibu kelompok wanita tani (KWT) Mendulu Desa Bendewuta yang mempunyai kebun pare dilahan pekarangan rumah.

Waktu Pelaksanaan

Kegiatan pengabdian dalam bentuk penyuluhan dan pelatihan telah dilakukan pada tanggal 12 Oktober 2023. Kegiatan dilakukan di rumah Ketua Kelompok Wanita Tani Medulu yaitu Ibu Sri Mulyani Desa Bendewuta, Kabupaten Konawe dengan mengundang ibu-ibu yang tergabung dalam KWT Medulu di Desa Bendewuta yang mempunyai kebun pare dipekarangan rumahnya. Kegiatan dilaksanakan dalam dua sesi, yaitu sesi pertama penyampaian materi mengenai potensi pemanfaatan buah pare, dan tata cara pengolahan buah pare menjadi keripik dan bagaimana mempertahankan tekstur keripik pare yang dihasilkan agar garing tidak mudah

lembab. Sesi kedua kegiatan adalah praktik membuat keripik pare. Setelah kegiatan selesai, kemudian dilakukan monitoring hasil kegiatan untuk mengecek dampak dari pelaksanaan kegiatan kepada peserta.

Bahan dan Alat

Bahan-bahan yang digunakan dalam pelaksanaan kegiatan adalah buah pare yang diambil langsung dari kebun yang ada di pekarangan rumah, tepung beras, tepung terigu, tepung tapioka, bubuk kunyit, bubuk ketumbar, kencur, garam, kemiri, bawang merah, bawang putih, daun jeruk, royko ayam, minyak goreng, telur, dan bubuk cabe. Alat-alat yang digunakan adalah alat-alat masak.

Metode Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan pengabdian ini dilakukan dalam tiga tahap, yaitu sebagai berikut:

1. Tahap persiapan

Pada tahap ini dilakukan koordinasi antara mitra program, yaitu tim pengabdian kepada masyarakat Universitas Lakindende dalam mempersiapkan pelatihan yang meliputi persiapan peserta pelatihan, waktu dan tempat pelatihan yang akan diadakan di Rumah Ibu ketua KWT Medulu Desa Bendewuta yang berada di Desa Bendewuta Kecamatan Wonggeduku, dan peralatan yang akan digunakan dalam pelatihan.

2. Tahap pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan ini diawali dengan pembuatan modul pelatihan untuk dibagikan kepada peserta pelatihan. Kegiatan pelatihan meliputi: 1) Penyampaian materi dan diskusi, peserta diberikan modul sebagai panduan dalam membuat keripik pare; 2) Praktik mengolah buah pare menjadi keripik dan 3) Praktik mengemas untuk mempertahankan keripik pare agar tidak cepat lembab.

3. Tahap pengumpulan data

Metode pengumpulan data pada kegiatan ini dilakukan melalui metode survey menggunakan kuesioner dan wawancara langsung dengan peserta. Peserta diminta mengisi kuesioner sebelum dan setelah kegiatan dilaksanakan. Kuesioner berisi beberapa pertanyaan untuk mengecek dampak kegiatan terhadap ibu-ibu KWT Medulu yang dilibatkan.

HASIL DAN DISKUSI

Hasil Kegiatan

Kegiatan pengabdian dalam bentuk penyuluhan dan pelatihan telah dilakukan di Desa Bendewuta, Kecamatan Wonggeduku, Kabupaten Konawe pada tanggal 12 Oktober 2023. Kegiatan dilaksanakan dengan mengundang ibu-ibu KWT Medulu bertempat tinggal di rumah

Ketua KWT Medulu di Desa Bendewuta yang dihadiri sebanyak 10 orang ibu-ibu KWT Medulu yang memiliki kebun pare di pekarangan rumahnya. Sebelum kegiatan dimulai, peserta dibagikan kuesioner yang berisi beberapa pertanyaan yang berkaitan dengan kegiatan pengabdian. Kegiatan dilaksanakan dalam dua sesi, yaitu kegiatan ceramah dan kegiatan pelatihan.

Kegiatan ceramah dilakukan dengan cara penyampaian materi oleh tim pengabdian dan diskusi dengan peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Kegiatan pelatihan dilakukan dalam dua tahap. Tahap pertama praktik mengolah buah pare menjadi keripik (praktik membuat adonan, dan penggorengan) yang dilakukan di rumah ibu ketua KWT Medulu Desa Bendewuta. Peserta pelatihan diminta membuat adonan keripik dari pare. Adonan dibuat menjadi keripik yang belum ada di daerah setempat sehingga ini merupakan olahan inovasi baru dari komoditas pare. Ibu-ibu KWT Medulu peserta pelatihan sangat antusias mengikuti kegiatan ini.

Tahap kedua praktik mengemas keripik pare dengan kemasan yang telah disiapkan agar tekstur keripik tidak cepat lembab dan jamur. Selain itu penggunaan kemasan dapat menjaga kebersihan keripik pare yang dibuat. Pengemasan dapat mempertahankan mutu pangan dalam jangka waktu yang diinginkan.



Gambar 1. Persiapan bahan baku pare



Gambar 2. Persiapan bahan adonan keripik.

Diskusi

Kegiatan pelatihan dilakukan dalam bentuk praktek. Peserta pelatihan didampingi oleh tim membuat keripik pare. Selain itu peserta juga mempraktekkan bagaimana membuat produk yang dihasilkan juga dengan cara mengemasnya. Peningkatan keterampilan peserta PKM dari tidak mampu menjadi mampu membuat keripik pare dari substitusi tepung beras, tepung terigu, tepung tapioca dan bumbu lainnya dengan buah pare. Begitupun dalam mengemas keripik pare

dengan kemasan. Peserta sangat antusias karena selama ini mereka belum pernah melakukan pengolahan buah pare. Buah pare yang mereka kenal selama ini hanya diolah dengan cara sederhana yaitu untuk masakan untuk sayuran. Adanya pelatihan diversifikasi pangan ini membuat peserta semakin paham cara pemanfaatan dan pengolahan pangan buah pare yang selama ini tumbuh di pekarangan mereka serta mudah di temukan dipasar tradisional. Diversifikasi pangan ini juga meningkatkan nilai ekonomi dan nilai manfaat dari tanaman buah pare tersebut. Kegiatan ini juga menambah pengetahuan dan keterampilan masyarakat dalam pengolahan pangan dari buah pare, karena peserta terlibat langsung selama proses pelatihan

Tahap Monitoring Hasil dan Diskusi Kegiatan

Kegiatan monitoring dilakukan oleh tim berdasarkan hasil kuesioner yang telah diisi oleh peserta sebelum dan sesudah kegiatan dilaksanakan. Keberhasilan kegiatan penyuluhan atau ceramah dapat dilihat dari peningkatan pengetahuan dan keterampilan dari tidak tahu menjadi tahu dan dari tahu menjadi lebih tahu, peningkatan keterampilan dari tidak mampu menjadi mampu membuat produk yang telah dipraktikkan. Hasil monitoring menunjukkan terjadi peningkatan pengetahuan masyarakat mengenai potensi buah pare yang berada di daerah mereka untuk dapat dimanfaatkan dalam dalam membuat keripik, sehingga dapat dijadikan jualan baru yang sangat potensial dalam meningkatkan nilai tambah ekonomi dari buah pare. Selain itu, peserta juga sudah mengetahui bahwa penggunaan buah pare dapat meningkatkan nilai gizi dan nilai guna dari produk yang dihasilkan. Besarnya peningkatan pengetahuan peserta dari 100 % atau 10 orang menjawab tidak tahu sebelum kegiatan penyuluhan dan pembuatan keripik pare meningkat menjadi 100 % atau 10 orang dari 10 orang peserta menjawab tahu dan mampu setelah diadakannya praktek produk. Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan pelatihan dapat dikatakan berhasil karena adanya peningkatan pengetahuan dan keterampilan dari peserta pelatihan.



Gambar 3. Proses penggorengan keripik.

Gambar 4. Keripik pare yang telah di kemas.

Kegiatan penyuluhan (ceramah) dan pelatihan yang diadakan di Desa Bendewuta pada ibu-ibu KWT Medulu, Kecamatan Wonggeduku Kabupaten Konawe, menghasilkan beberapa luaran, yaitu 1) Diversifikasi produk dari buah pare menjadi keripik, 2) dan 2) Berdasarkan hasil monitoring kegiatan pelatihan dengan metode pengisian kuesioner bahwa pengetahuan dan keterampilan peserta kegiatan bertambah setelah mengikuti pelatihan ini. Pengetahuan dan keterampilan peserta tentang potensi dan manfaat buah pare dalam pembuatan keripik pare meningkat setelah selesainya kegiatannya.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan pada ibu-ibu KWT Medulu Desa Bendewuta Di Kecamatan Wonggeduku berjalan dengan baik, peserta sangat antusias dalam mengikuti kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat. Hasil Monitoring, besarnya peningkatan pengetahuan peserta dari 100 % atau 10 orang dari 10 orang peserta menjawab tidak tahu sebelum kegiatan ceramah dan pembuatan keripik pare meningkat menjadi 100 % atau 10 orang dari 10 orang peserta menjawab tahu dan mampu untuk membuat produk setelah kegiatan pelatihan. Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan pelatihan dapat dikatakan berhasil karena adanya peningkatan pengetahuan dan keterampilan peserta PKM.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih disampaikan kepada Ibu Ketua Kelompok Wanita Tani (KWT) Medulu Desa Bendewuta dan Ibu-ibu KWT Medulu yang telah mendukung dan telah bersedia turut serta meluangkan waktunya sebagai partisipan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat. sehingga kegiatan Pengabdian Masyarakat ini dapat terlaksana dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Apriyadi F, Hadisoewignyo L, Hermanu L. *Optimization tablet of leaves extract of bitter melon*. Jurnal Sain Med 4 (2): (2012). Halaman 68-73.
- Bastari IL, Sipayung R, dan Ginting J. *Respons Pertumbuhan dan Produksi Paria terhadap beberapa komposisi media tanam dan pemberian pupuk organik cair*. Jurnal Agroekoteknologi, 5(4), (2017). halaman 740-748.

- Cholifah, S., dan Yanik, P. *Pengembangan Usaha Mikro dan Menengah pada Kelompok Usaha Kripik Pare Sidoarjo Jawa Timur*. J-ADIMAS (Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat). 6 (1) : (2018). halaman 8-11.
- Hidayat IRS, Si M, Napitupulu RM, dan SP M.. *Kitab Tumbuhan Obat*: Jurnal Agriflo. 2015.
- Rahmasari, I. and Wahyuni, E.S. *Efektivitas Memordoca Carantia (Pare) terhadap Penurunan Kadar Glukosa Darah*’. Infokes, 2019., 9(1), pp. 57-64.
- Rintyarna, B.S. and Qodariyah, N. *Inovasi Produk Pare Menjadi Aneka Olahan Pare*. Jurnal Pengabdian Masyarakat Ipteks, 6(1), 2020., pp. 67-72.
- Tuan PA. *Carotenoid content and expression of phytoene synthase and phytoene desaturase genes in bitter melon (Momordica charantia)*. Food Chem 126: (2011). halaman 322-330.
- Wu SJ, Lean-Teik Ng. *Antioxidant and free radical scavenging activities of wild bitter melon (Momordica charantia Linn. Var. abbreviata Ser.) in Taiwan*. LWT 41: (2008). Halaman 323-330.