

PELATIHAN PEMBUATAN KERIPIK SAYUR DI KECAMATAN WANGI-WANGI SELATAN KABUPATEN WAKATOBI, PROVINSI SULAWESI TENGGARA

Sri Rejeki^{1*}, La Harimu², dan Mariani L³

^{1,3} Jurusan Ilmu dan Teknologi Pangan, Fakultas Pertanian, Universitas Halu Oleo - Kendari

² Jurusan Kimia, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Halu Oleo - Kendari

Email : srirejeki@uho.ac.id

Diterima : 6 Juli 2023

Disetujui : 24 Juli 2023

Diterbitkan : 25 Juli 2023

Abstrak

Wangi-Wangi Selatan merupakan salah satu daerah di Kabupaten Wakatobi yang kaya akan sayur terutama kangkung, bayam, terong dan pare, namun hanya diolah sebagai sayuran saja dengan cara dimasak langsung sehingga memiliki masa simpan yang pendek. Untuk itu dilakukan pelatihan pembuatan keripik agar sayuran dapat dikonsumsi dalam waktu yang lama dan juga dapat memiliki nilai ekonomis bagi masyarakat khususnya di kecamatan Wangi wangi Selatan. Pelatihan ini berlangsung selama 7 hari dengan rangkaian kegiatan terdiri dari (a) penyuluhan yang dilakukan selama 2 hari; (b) pelatihan yang dilakukan selama 4 hari serta (c) evaluasi kegiatan selama 1 hari. Hasil pelatihan ini adalah a) adanya pemanfaatan sayuran lokal yang dapat diolah menjadi keripik sehingga meningkatkan ekonomi masyarakat; b) meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat tentang cara mengolah sayuran menjadi keripik sehingga dapat memperpanjang dan meningkatkan ekonomi keluarga. Hasil evaluasi pelatihan ini menunjukkan bahwa peserta sangat puas dengan adanya pelatihan pembuatan keripik sayur dan berharap terus berlanjut dengan topik yang berbeda.

Kata kunci: keripik, pelatihan, sayuran

Abstract

Wangi-Wangi Selatan is one of the areas in Wakatobi Regency which is rich in vegetables, especially kale, spinach, eggplant and bitter melon. However, it is only processed as a vegetable by direct cooking so it has a short shelf life. For this reason, training on making chips is carried out so that vegetables can be consumed for a long time and can also have economic value for the community, especially in Wangi Wangi Selatan sub-district. This training lasted for 7 days with a series of activities consisting of (a) counseling which was carried out for 2 days; (b) 4 days of training and (c) 1 day of activity evaluation. The results of this training are a) the utilization of local vegetables which can be processed into chips thereby increasing the community's economy; b) increasing community knowledge and skills on how to process vegetables into chips so as to extend and improve the family economy. The results of the evaluation of this training showed that the participants were very satisfied with the training on making vegetable chips and hoped to continue with different topics.

Keywords: chips, training, vegetables

PENDAHULUAN

Latar belakang

Sulawesi Tenggara merupakan salah satu provinsi yang kaya akan ragam bahan pangan hayati. Data BPS (2022) menunjukkan bahwa produksi sayuran kangkung sebesar 43.139 kw, terong 52.206 kw, bayam 23.123 kw. Kekayaan ini menjadikan masyarakat mudah memperoleh dan mengkonsumsi sayuran karena hampir

sepanjang waktu dapat menemukannya. Sayur hampir sepanjang waktu dapat tumbuh, sehingga tidak mengganggu asupan konsumsi sayur. Sementara itu, Wakatobi adalah salah satu kabupaten di Sulawesi Tenggara yang memiliki luas wilayah sebesar 19.200 km², terdiri dari daratan seluas ± 473,62 km² atau hanya sebesar 2,47 persen

dan luas perairan (laut) $\pm 18.726,38$ km² atau sebesar 97,53 persen sehingga memiliki tanaman sayuran semusim yang paling rendah dibandingkan dengan kabupaten lain yaitu kangkung, bayam, dan terung dengan rincian masing-masing sebesar 4.462 kw, 1.633 kw dan 1.084 kw (BPS Kabupaten Wakatobi, 2022). Berdasarkan hal tersebut maka perlu dilakukan usaha agar sayuran tersebut dapat memiliki nilai tambah serta dapat dikonsumsi oleh semua lapisan masyarakat baik anak-anak maupun orang tua.

Keripik merupakan sejenis makanan ringan yang diiris tipis, memiliki rasa renyah dan gurih serta terbuat dari umbi-umbian, buah-buahan maupun sayuran yang digoreng dengan minyak nabati yang sebelumnya telah dicampur dengan bumbu dan tepung. Keripik biasanya memiliki aneka rasa mulai dari asin, pedas maupun manis serta tidak menjadikan kenyang jika dikonsumsi. Keripik ini pula dapat dikonsumsi bersama dengan nasi karena memiliki nilai gizi yang baik untuk kesehatan terutama vitamin dan mineral. Saat ini telah dilakukan berbagai cara agar dapat meningkatkan nilai tambah masyarakat melalui pemanfaatan sayuran menjadi keripik. Lestari *et al.*, (2015) melaporkan bahwa dari 30 panelis, 57,3% menyukai keripik kangkung rasa paru dengan formulasi 100% tepung beras.

Tsalitsa (2019) juga telah membuat perencanaan bisnis usaha pengolahan keripik wortel '*healthy kriptel*' dengan hasil secara aspek finansial, usaha dikatakan layak yaitu menghasilkan NPV sebesar Rp 678 230 947, artinya pengembangan bisnis dikatakan layak dengan nilai NPV ≥ 0 dan bernilai positif serta nilai Internal Rate of Return (IRR) sebesar 141,78%. Berdasarkan hal tersebut, maka secara umum keripik sayuran dapat diterima oleh masyarakat dan dapat meningkatkan ekonomi masyarakat serta dijadikan cemilan yang menyehatkan.

Secara umum sayur dan buah memiliki manfaat bagi tubuh antara lain sebagai sumber vitamin dan serat, dan yang penting adalah menopang kehidupan manusia untuk menjaga agar tubuh tetap sehat salah satunya dapat melancarkan pencernaan, meningkatkan sistem imun dan meningkatkan kesehatan syaraf dan mata (Hamidah, 2015). Budiyo (2004) menyatakan bahwa buah dan sayur merupakan bahan pangan yang sangat memberi manfaat bagi tubuh. Tarutama untuk mendukung kebutuhan akan vitamin. Vitamin merupakan kelompok senyawa organik yang tidak termasuk dalam golongan protein, karbohidrat maupun lemak.

Masyarakat Wangi-Wangi Selatan selama ini memanfaatkan sayuran hanya dikonsumsi dengan cara dimasak dan langsung dikonsumsi seperti ditumis dan dimasak. Pelatihan pembuatan keripik sayuran ini merupakan salah satu kegiatan yang dilakukan bagi pelaku usaha pengolahan makanan diantaranya pelaku usaha keripik kelor, kerupuk ikan, tepung mocaf, keripik siput, dan sebagainya dengan harapan dapat memanfaatkan bahan lokal yang ada di Kabupaten Wakatobi khususnya Kecamatan Wangi-wangi Selatan.

Tujuan

Tujuan utama pelatihan pembuatan keripik dengan tema Pelatihan Teknis Pembuatan Keripik Sayuran khas Wakatobi adalah (a) bagi pelaku usaha untuk memberi pengetahuan dan keterampilan bagi pelaku usaha tentang cara pengolahan sayuran menjadi keripik untuk dijadikan sebagai peluang wirausaha, (b) bagi masyarakat memberi pengetahuan tentang pengolahan sayuran tidak hanya dikonsumsi sebagai pendamping nasi namun dapat juga dijadikan sebagai cemilan sehat untuk dikonsumsi keluarga.

Kajian Pustaka

a. Kangkung

Kangkung (*Ipomoea reptans*) merupakan sayuran yang mudah tumbuh dan memiliki harga yang cukup murah meriah. Salah satu penyebab harga kangkung murah adalah cepatnya produksi tanaman kangkung itu sendiri. Keunggulan tersebut dapat dijadikan suatu peluang usaha yang menjanjikan hingga saat ini banyak orang yang menginvestasikan uangnya untuk mempersiapkan lahan sebagai tempat menanam kangkung lalu diolah menjadi produk olahan yang selanjutnya dipasarkan (Sumarjono, 2013). Keripik kangkung menjadi salah satu produk yang baik untuk dikembangkan karena selain mudah, kangkung juga memiliki nilai gizi yang tinggi. Menurut Agung (2007) bahwa di Indonesia daun kangkung mempunyai manfaat dan berperan penting bagi sumber pangan.

Kangkung memiliki beberapa manfaat salah satunya dapat mengurangi kolesterol dalam tubuh yang telah dibuktikan dengan penelitian dengan subjek tikus efektif untuk menurunkan kadar kolesterol serta triglycoside dalam darah. (Yuli, 2015). Kandungan gizi yang terdapat dalam 100 gr kangkung terdiri dari energi 29 kal; karbohidrat 5,4 g, protein 3 g, lemak 0,3 g, air 89,7 g, serat 1 g, fosfor 50 mg, besi 2,5 mg, kalsium 73 mg, vitamin A 6.300 IU, vitamin B1 0,07 mg dan Vitamin C 32 mg (Harjana, 2016). Hingga saat ini masyarakat khususnya di Indonesia mengkonsumsi kangkung dengan cara ditumis ataupun dimasak dengan kuah.

b. Bayam

Bayam (*Amaranthus*) merupakan sayuran yang mengandung zat besi yang lebih tinggi dibanding dengan sayuran daun lainnya. Salah satu manfaat dari sayuran ini adalah dapat mencegah terjadinya anemia. Dalam 100 gr bayam mengandung energi

sebesar 36 kkal, karbohidrat 6,5 gram, protein 3,5 gram, serat 0,8 gram, fosfor 67 mg, zat besi 3,9 mg, kalsium 276 mg, vitamin A 6090 IU, vitamin B1 0,080 mg, dan vitamin C sebesar 80 mg (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2015). Saat ini olahan bayam masih kurang dikembangkan di masyarakat. Secara umum masyarakat hanya mengkonsumsi dengan cara dijadikan sebagai makanan pendamping nasi saja yang memiliki daya tahan yang tidak lama. Untuk memperpanjang umur simpan bayam maka perlu dihasilkan olahan produk yang berkualitas sehingga dapat meningkatkan nilai komoditi bayam. Keripik bayam merupakan cemilan inovasi yang belum banyak diketahui apabila dibandingkan dengan keripik singkong atau keripik pisang. Keripik ini berbahan dasar bayam yang diolah dengan lebih mudah jika dibandingkan dengan cara mengolah pisang atau singkong. Menurut Sativa *et al.*, (2017) bahwa keripik bayam merupakan cemilan sehat dan dapat dijadikan salah satu cara yang efektif makan sayur dengan sensasi yang berbeda.

Beberapa manfaat dari keripik bayam bagi kesehatan antara lain 1) membantu mengatasi tekanan darah tinggi atau hipertensi karena mengandung folat yang dapat membantu melenturkan pembuluh darah sehingga aliran darah menjadi lancar. 2) menjaga kesehatan mata karena mengandung vitamin A. 3) bagi ibu hamil, senyawa folat yang bermanfaat dalam tahap pertumbuhan dan perkembangan janin serta zat besi yang dapat mencegah anemia pada ibu hamil. 4) menjaga kesehatan tulang dan persendian karena mengandung senyawa zat besi dan kalsium yang dapat membantu menjaga kekuatan tulang sehingga mencegah osteoporosis. 5) mencegah sembelit karena mengandung serat sehingga dapat membantu

melancarkan proses pencernaan. 6) mencegah peradangan atau infeksi karena memiliki anti inflamasi yaitu violaxant dan neoxanthin (Kasmira, *et al.*, 2018; Serang dan Dahlia, 2019).

c. Terung

Terung (*Solanum melongena*) merupakan salah satu jenis sayuran yang berbentuk buah dan di dalamnya terkandung komposisi vitamin dan mineral yang cukup lengkap walaupun dalam jumlah sedikit. Hartoyo (2009) melaporkan bahwa fosfor yang terkandung pada terung setara dengan yang terkandung dalam wortel sebesar 37 mg/100 mg. Selain itu Hastuti (2007) juga melaporkan bahwa terung memiliki nilai gizi diantaranya vitamin A, vitamin B1, vitamin B2, vitamin C, fosfor dan fosfat.

Serat pangan yang terkandung dalam terung meliputi selulosa, hemiselulosa, lignin, senyawa pektin, getah, dan gula polisakarida (Slavin, 2005). Terung juga mengandung antioksidan yang kuat berupa fenolat dan asam askorbat. Pada kulit terung terkandung fitonutrisi yang melindungi lipid pada membran sel pusat. Fitonutrisi tersebut yaitu senyawa flavonoid, antosianin dan fenolat (Hanson *et al.*, 2006). Antioksidan dan komponen fenolat tersebut berfungsi untuk mencegah kanker dan kolesterol tinggi, sedangkan kadar serat pangan terung dapat mencegah radang usus besar, wasir dan gejala sembelit, serta memiliki kalori yang rendah. Ekstrak polifenol dari bubur terung diyakini dapat mencegah enzim pencernaan dan menurunkan pencernaan pangan.

d. Pare

Buah pare mengandung banyak zat gizi diantaranya energi sebesar 29 kal, protein 1,10 g, lemak 0,30 g, karbohidrat 6,60 g, kalsium 45 mg, zat besi 1,40 mg, fosfor 64 mg, vitamin A 180 SI, vitamin B1 0,08 mg, vitamin C 52 mg, dan air 91,20g

(Rukmana, 1997). Selain itu juga buah dan daun pare mengandung alkaloid momordisin yang dapat menyebabkan rasa pahit (Subahar, 2004). Menurut Joseph dan Jini (2013), buah pare juga mengandung glikolalkaloid yang dikenal dengan sebutan visin yang terdapat pada biji buah pare (Orji *et al.*, 2018). Buah pare memiliki banyak manfaat diantaranya dapat menurunkan glukosa darah (Joseph dan Jini, 2013). Selain itu, buah pare juga telah digunakan sebagai tumbuhan obat. Di Afrika buah pare dimanfaatkan sebagai antidiabetes, antigout, antipiretik dan sebagainya. Beberapa penelitian melaporkan bahwa buah pare berpotensi sebagai antimikroba, antitumor, antioksidan, neuroprotektif dan antiinflamasi (Nkambo *et al.*, 2013).

Pemanfaatan pare masih kurang diminati oleh sebagian besar masyarakat disebabkan memiliki rasa yang pahit sehingga diperlukan diversifikasi untuk menjadikan pare sebagai salah satu sayuran yang dapat disukai baik dari kalangan anak-anak hingga orang tua. Keripik pare adalah cemilan yang berbahan baku pare yang telah diiris tipis dan dibaluri atau ditambahkan dengan tepung dan aneka rempah lalu digoreng sehingga menghasilkan rasa yang gurih dan tekstur renyah. Namun, untuk menghilangkan rasa yang pahit diperlukan perlakuan tambahan dengan perendaman dalam larutan garam

e. Keripik

Keripik merupakan suatu produk pangan yang terbuat dari bahan alami umbi-umbian, sayur-sayuran maupun buah-buahan dan dihasilkan melalui beberapa tahapan yaitu pengupasan, pengirisan, dan penggorengan. Untuk menghasilkan rasa gurih dan renyah, keripik dapat dicampur dengan tepung lalu ditambahkan bumbu rempah tertentu. Selain itu, keripik juga dapat diberi taburan rasa tambahan, seperti coklat, keju, bubuk

cabe, garam, rumput laut, dan sebagainya (Lusiani, 2022). Olahan keripik merupakan salah satu produk pangan yang paling banyak digemari masyarakat. Keripik banyak digemari karena memiliki rasa yang renyah, enak dan tahan lama serta praktis (Suhaedir, 2018).

Karakteristik keripik menurut Setiani dkk *al.*, (2022) yaitu memiliki bentuk yang tipis, bulat, dan utuh (tidak pecah), rasa gurih, warna menarik, beraroma harum, tekstur kering dan tidak berbau tengik. Faktor yang memengaruhi kualitas produk keripik diantaranya. Selain itu, juga keripik

1) berasal dari bahan baku bahan yang berkualitas; 2) bahan tambahan pangan yang digunakan, seperti minyak perlu diperhatikan warna dan ketengikannya; 3) suhu penggorengan harus diperhatikan karena akan mempengaruhi tekstur dan tampilan keripik.

Keripik sayuran adalah produk yang dapat langsung dikonsumsi sehingga serupa dengan *snack* atau makanan ringan dengan persyaratan standarnya mengikuti syarat mutu makanan ringan, khususnya keripik. Standar Nasional Indonesia (SNI) Makanan Ringan Ekstrudat disajikan dalam Tabel 1,

Tabel 1 Syarat Mutu Makanan Ringan Ekstrudat (SNI 01-2886-2000)

Kriteria	Satuan	Spesifikasi
1. Keadaan		
1.1. Bau		Normal
1.2. Rasa		Normal
1.3. Warna		Normal
2. Air	% b/b	Maks. 4
3. Kadar Lemak		
3.1. Tanpa proses penggorengan	% b/b	Maks. 30
3.2. Dengan proses penggorengan	% b/b	Maks. 38
4. Bahan tambahan makanan		Sesuai SNI No. 01-0222-1995 dan Permenkes No. 722/Menkes/Per/IX/1988
4.1. Pemanis buatan	-	Tidak boleh ada
4.2. Pewarna	-	
5. Silikat (Si)	% b/b	Maks. 0,1
6. Cemarkan logam		
6.1. Timbal (Pb)	mg/kg	Maks. 1,0
6.2. Tembaga (Cu)	mg/kg	Maks. 10
6.3. Seng (Zn)	mg/kg	Maks. 40
6.4. Raksa (Hg)	mg/kg	Maks. 0,05
7. Arsen (As)	mg/kg	Maks. 0,5
8. Cemarkan mikroba		
8.1. Angka lempeng total	koloni/g	Maks. $1,0 \times 10^4$
8.2. Kapang	koloni/g	Maks. 50
8.3. <i>E. Coli</i>	APM/g	Negatif

Sumber: Oktavia (2007)

METODE PELAKSANAAN

Waktu dan Tempat

Kegiatan pelatihan ini dilaksanakan di aula villa Nadila Kecamatan Wangi-Wangi Selatan, Kabupaten Wakatobi, Provinsi Sulawesi Tenggara mulai dari 13 – 19 Juni 2023.

Peserta

Peserta yang terlibat dalam kegiatan

ini adalah pelaku usaha dibidang olahan pangan khususnya usaha pangan mikro yang berjumlah 40 orang terdiri dari perempuan 38 orang dan laki-laki 2 orang.

Tahapan Kegiatan

a) Tahapan Persiapan

Tahapan ini diawali dengan melakukan survei ke lokasi yang akan dilakukan

kegiatan yaitu kecamatan Wangi wangi Selatan.

b) Tahapan Pemberian Materi

Kegiatan ini dilakukan selama 2 hari dengan tujuan untuk berbagi pengetahuan kepada pelaku usaha tentang keripik yang baik dan sesuai standarisasi, cara pengolahan keripik, cara penanganan bahan baku sebelum diolah serta kandungan gizi dan manfaat dari sayuran yang akan diolah menjadi keripik.

c) Tahapan Pelatihan

Pada tahap ini peserta diberi pelatihan tentang cara pembuatan keripik sayuran dan didampingi secara langsung selama 4 hari dimulai dari cara penanganan bahan, pencampuran tepung dan bumbu serta metode penggorengan.

d) Tahapan Evaluasi

Tahapan ini bertujuan untuk mengetahui tingkat keberhasilan pelatihan yang telah dilakukan. Kegiatan ini dievaluasi menggunakan instrument wawancara dan kuesioner yang disampaikan kepada peserta setelah kegiatan pelatihan. Tingkat keberhasilan kegiatan ini diukur berdasarkan tingkat kepuasan peserta dalam mengikuti kegiatan selama 6 hari. Selain itu, hasil dari pelatihan dikemas dan diberi label untuk disajikan saat akhir kegiatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

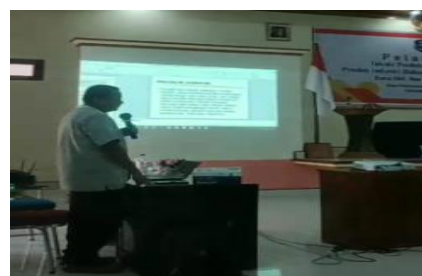
Kegiatan Persiapan

Tahapan ini diawali dengan melakukan survei ke lokasi yang akan

dilakukan kegiatan yaitu Kecamatan Wangi - Wangi Selatan. Survei ini dilakukan untuk mengetahui jenis sayuran yang banyak diperoleh di kecamatan tersebut. Selanjutnya dilakukan diskusi dengan pihak pemerintah kecamatan, Dinas Perindustrian Provinsi dan pelaku usaha untuk menyampaikan maksud dan tujuan dari kegiatan pelatihan serta menentukan waktu dan tempat pelaksanaan pelatihan. Setelah melakukan diskusi maka tim mempersiapkan alat dan bahan yang akan digunakan untuk mendukung jalannya bimbingan teknis ini.

Kegiatan Penyuluhan

Penyampaian materi dilakukan lewat kegiatan penyuluhan dengan materi tentang kandungan dan manfaat sayuran, cara penanganan bahan baku serta cara pengolahan sayuran menjadi keripik yang berstandarisasi. Kegiatan ini berlangsung lancar dan disambut antusias oleh peserta dalam hal ini masyarakat khususnya pelaku usaha. Berdasarkan hasil diskusi, 29 dari 40 peserta baru mengetahui jika sayuran tersebut dapat dijadikan sebagai keripik dan hal ini menjadi pengetahuan baru bagi peserta serta solusi bagi anak-anak khususnya yang tidak suka konsumsi sayuran. Adanya keripik sayuran ini dapat memperpanjang umur simpan sayuran yang awalnya hanya bisa bertahan hingga 3 hari sampai 1 minggu saja namun setelah diolah menjadi keripik dapat bertahan hingga beberapa bulan. Selain itu, keripik sayuran dapat menjadi cemilan yang murah, sehat dan bergizi bagi masyarakat.



Gambar 1. Penyampaian Materi

Kegiatan Pelatihan

Pelatihan ini bertujuan untuk mempraktekkan secara langsung proses pembuatan keripik sayuran sehingga diharapkan dengan adanya kegiatan ini peserta dapat lebih mahir dalam mengolah sayuran menjadi keripik. Beberapa alat yang digunakan dalam pelatihan ini antara lain kompor, gas, wajan, sendok, pisau, blender, mangkok, spatula,

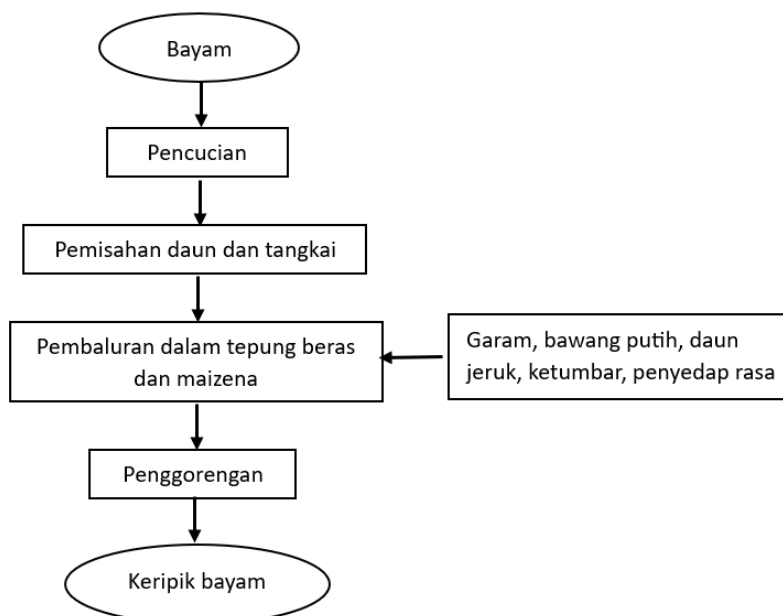
saringan dan *spinner*.

Pembuatan Keripik Bayam

Dalam pembuatan keripik bayam bahan yang digunakan dalam pembuatan keripik bayam ini adalah bahan baku bayam, tepung beras, maizena, garam, bawang putih kemiri, daun jeruk dan penyedap rasa serta minyak untuk menggoreng



Gambar 2. Pembuatan Keripik Bayam



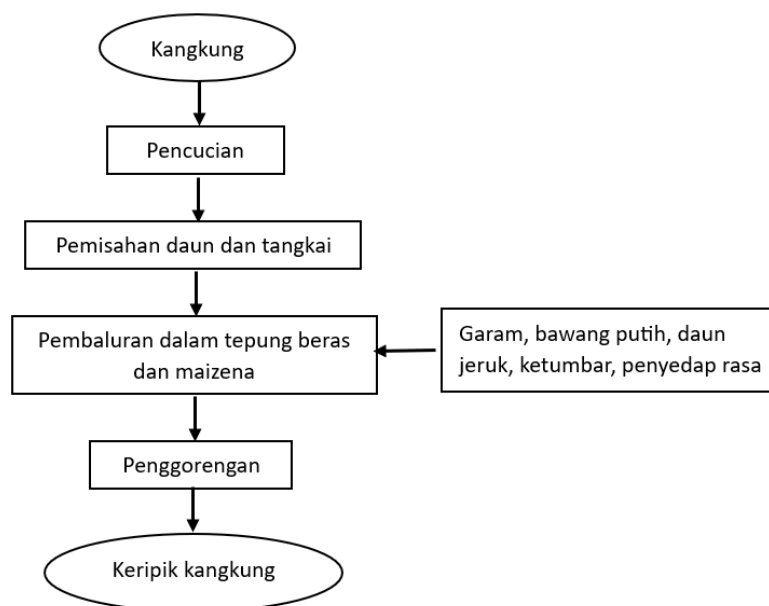
Gambar 3. Diagram Alir Pembuatan Keripik Bayam

Langkah – langkah pembuatannya yaitu 1) memilih sayur bayam yang memiliki daun yang cukup besar lalu petik daun bayam kemudian cuci hingga bersih. 2) Membuat adonan tepung dengan mencampurkan semua bahan kecuali minyak goreng dan tambahkan air lalu aduk hingga rata, 3) Setelah adonan sudah siap kemudian selanjutnya dimasukkan dalam minyak yang telah dipanaskan diatas kompor lalu mulai menggoreng hingga keripik mengapung di atas minyak yang menandakan telah matang.

Pembuatan Keripik Kangkung

Pembuatan keripik kangkung pada dasarnya sama dengan pembuatan keripik bayam yaitu diawali dengan persiapan

bahan-bahan yaitu kangkung segar dan memiliki daun agak lebar, tepung beras, maizena, garam, bawang putih, kemiri, daun jeruk dan penyedap. Selanjutnya dilakukan proses pencucian kangkung, lalu dilakukan pembaluran dalam tepung beras dan tepung maizena yang telah ditambahkan air serta semua bumbu-bumbu kemudian dilakukan proses penggorengan (Gambar 4). Setelah penggorengan keripik kangkung didiamkan hingga dingin dan diletakkan diatas tissu makanan agar minyak yang ada dalam keripik meresap lalu dimasukkan dalam toples kedap udara. Untuk pembuatan keripik bayam dan kangkung tidak menggunakan *spinner* disebabkan tekstur dari keripik yang mudah rapuh sehingga akan mempengaruhi tekstur keripik.



Gambar 4. Diagram Alir Pembuatan Keripik Kangkung

Pembuatan Keripik Pare

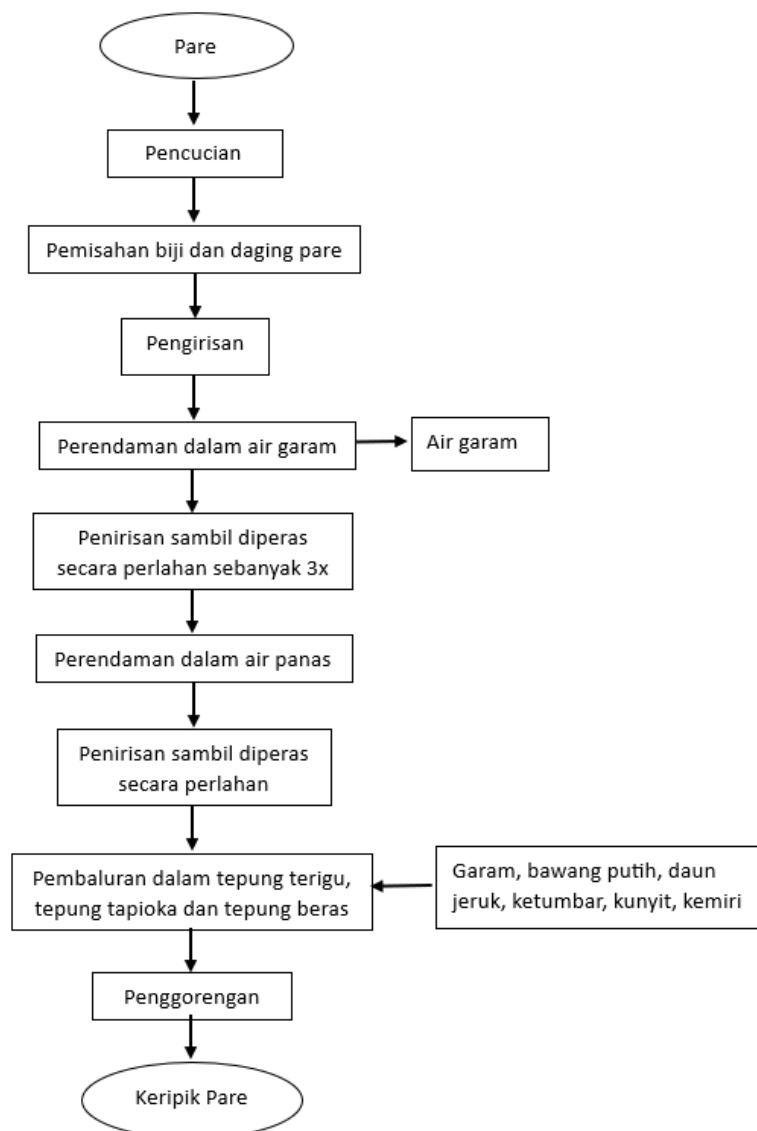
Pare memiliki rasa yang pahit sehingga dalam pembuatan keripik pare diperlukan penanganan khusus untuk menghilangkan rasa pahit tersebut. Tahapan prosesnya sebagai berikut 1) proses pemisahan daging

dengan biji pare. 2) pengirisan pare menjadi beberapa bagian yang tipis. 3) proses perendaman dalam air garam selama 15 menit. 4) pemerasan secara perlahan-lahan agar tidak mengubah tekstur pare yang dilakukan banyak 2 hingga 3 kali. 5) proses

perendaman dalam air panas selama 15 menit. 6) proses pemerasan kembali secara perlahan-lahan dilakukan hingga air tidak tersisa dalam pare. Setelah itu, dilakukan persiapan bahan yaitu tepung beras, tepung tapioka dan tepung terigu, garam, bawang putih, kunyit, kemiri, penyedap rasa dan minyak goreng, sedangkan alat yang disiapkan yaitu kompor, gas, wajan, sendok, pisau, blender, mangkok, spatula,

saringan dan *spinner*.

Tahapan pembuatan keripik sama dengan pembuatan keripik bayam dan kangkung hanya saja pada tahapan akhir setelah penggorengan dilanjutkan dengan dimasukkan dalam *spinner* untuk menghilangkan minyak yang terkandung dalam pare sehingga menghasilkan keripik pare yang kering dan lebih gurih serta tahan lama.



Gambar 5. Diagram Alir Pembuatan Keripik Pare

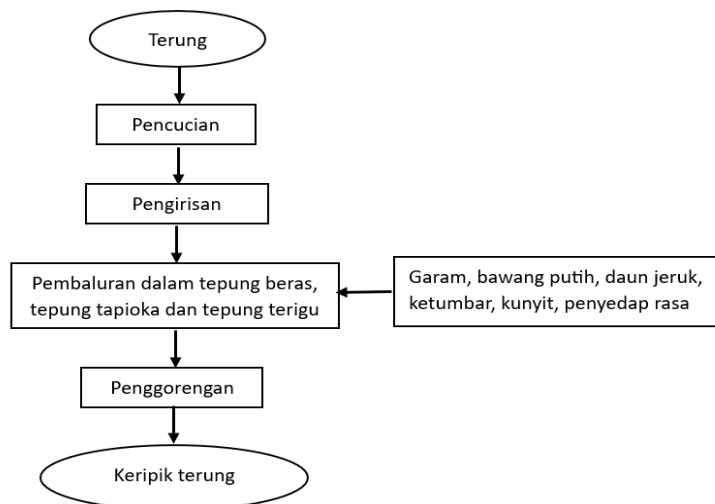
Pembuatan Keripik Terung

Pada pelatihan ini proses pembuatan keripik terung diawali dengan: 1) pemilihan bahan utama yaitu terung yang digunakan

adalah terung hijau yang berbentuk panjang dan lonjong yang menyerupai terung ungu. 2) Selanjutnya dilakukan proses pencucian pada air mengalir. 3) proses pengirisan

menggunakan pisau hingga terbagi menjadi beberapa potong. 4) irisan terung langsung dicelupkan dalam adonan tepung terigu, tepung tapioka dan tepung beras yang telah ditambahkan campuran bumbu dari garam, bawang putih, kemiri, kunyit, daun jeruk serta penyedap rasa. Jika tidak langsung dicampur dengan adonan, maka terung dapat dimasukkan dalam rendaman air

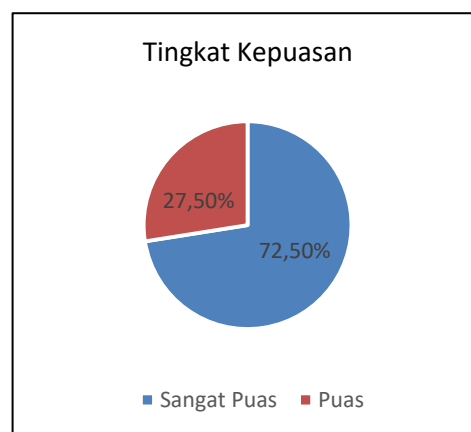
untuk menghindari terjadinya reaksi pencoklatan. 5) proses penggorengan dengan cara memasukkan terung ke dalam minyak goreng yang telah dipanasi lalu ditunggu hingga terung mengapung diatas minyak panas. 6) proses penghilangan minyak dengan memasukkan keripik terung ke dalam *spinner*.



Gambar 6. Diagram Alir Pembuatan Keripik Terung

Tahapan Evaluasi

Tahapan ini dilakukan untuk mengetahui tingkat keberhasilan dari pelatihan pembuatan keripik yang telah dilakukan. Berdasarkan hasil wawancara terhadap tingkat kepuasan peserta diperoleh bahwa 29 peserta (72,5%) menyatakan sangat puas dan 11 peserta (2,75%) menyatakan puas dengan diadakannya pelatihan pembuatan keripik sayuran ini dan berharap agar pelatihan seperti ini dilakukan secara terus menerus dengan olahan pangan lokal lainnya.



Gambar 7. Hasil Evaluasi Kegiatan



Gambar 8. Kemasan Keripik

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada masyarakat kecamatan Wangi wangi

REFERENSI

- Agung, A.Oka. 2007. Pengaruh Pemberian Pupuk Kascing Terhadap Pertumbuhan Tanaman Kangkung Darat (*Ipomoea reptans* poir). Jurnal Sains MIPA. Vol: 13. No: 1. Hal: 26
- Badan Pusat Statistik Wakatobi, 2022. Wakatobi Dalam Angka Tahun 2022. Wakatobi: Badan Pusat Statistik.
- Budiyono, MAK. 2004. Dasar-dasar Ilmu Gizi. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang.
- Hamidah. S. 2015. Sayuran dan Buah serta Manfaatnya Bagi Kesehatan. Disampaikan dalam Pengajian Jamaah Haji Langar Nafaza Kotagede. Yogyakarta.
- Hanson PM, Yang RY, Tsou SCS, Ledesma D, Engle L, Lee TC. 2006. Diversity in Eggplant *Solanum melongena*) for Superoxide Scavenging Activity, Total Phenolics, and Ascorbic Acid. *Journal of Food Composition and Analysis*. 19 (6-7): 594-600.
- Harjana, D. 2016. Kandungan Gizi dan Manfaat Kangkung. Diakses pada 16 Juni 2023, <http://manfaatnyasehat.blogspot.co.id/2014/01/kandungan-gizi-danmanfaat-kangkung.htm>
- Hartoyo. 2009. Bertanam Terung Dalam Pot. Kanisius. Yogyakarta.
- Hastuti LDS. 2007. Terung. Tinjauan Langsung Kebeberapa Pasar Di Kota Bogor. Program Studi Biologi. Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam Universitas Sumatera Utara. USU Repository; [Diakses 8 September 2017] <http://library.usu.ac.id/download/fmipa/07002689.pdf>
- Joseph B, Jini D. Antidiabetic effects of *Momordica charantia* (bitter melon) and its medicinal potency. *Asian Pacific J Trop Dis*. 2013;3(2):93-102.
- Selatan dan Dinas Perindustrian Kabupaten Wakatobi, Provinsi Sulawesi Tenggara.
- Kasmira, Lahming, Fadillah, R. 2018. Analisis Perubahan Komponen Kimia Keripik Bayam Hijau (*Amaranthus tricolor*. L) Akibat Proses Penggorengan. *Jurnal Pendidikan Teknologi Pertanian*; 4(1), 49-55
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2015. Infodation Situasi dan Analisis Gizi. Kemenkes RI. Pusat Data dan Informasi.
- Lestari, S., Astuti, A dan Muttakin, S. 2015. Keripik Kangkung Rasa Paru Sebagai Produk Olahan Guna Meningkatkan Nilai Tambah. *Prosiding Seminar Nasional Masyarakat Biodiversitas Indonesia*.
- Lusiani, A. 2022. Potensi Kesporkeripik. Diakses tanggal 3 Juli 2023. <https://www.ukmindonesia.id/baca-deskripsi-posts/potensi-ekspor-keripik>. Diakses dari [Potensi Ekspor Keripik – UKM Indonesia](https://www.ukmindonesia.id/baca-deskripsi-posts/potensi-ekspor-keripik)
- Nkambo W, Anyama NG, Onegi B. In vivo hypoglycemic effect of methanolic fruit extract of *Momordica charantia* L. *Afr Health Sci*. 2013;13(4):933-9.
- Oktavia, D.A. 2007. Kajian SNI 01-2886-2000 Makanan Ringan Ekstrudat. *Jurnal Standardisasi* Vol. 9 No. 1, Maret 2007; 1-9. Badan Standardisasi Nasional.
- Orji, E.E, Falodun, A.E dan Jegede, F.I. 2018. The Antioxidant Properties of *Momordica charantia* Extract and its Protective Activities against In Vitro Mercury Intoxication. *International Journal of Current Research in Biosciences and Plant Biology*. Vo. 5(4):30-35.
- Rukmana R. 1997. *Budidaya Pare*. Penerbit Kanisius. Yogyakarta
- Sativa, O., Juita, F., Sativa, O., Maryam, S., Juita, F., Pertanian, F., & Mulawarman, U. (2017). Analisis nilai tambah bayam sebagai bahan

- baku keripik bayam. Jurnal Ekonomi Pertanian & Pembangunan, 14(2), 39-50.
- Serang, S., Dahlia. 2019. Pengolahan Keripik Sayur Bayam untuk Menambah Pendapatan Petani di Kecamatan Tinggimoncong Kabupaten Gowa. Jurnal Pengabdian Bina Ukhuwah; 1(1), 7-15.
- Slavin E. Robert. 2005. Cooperative Learning. Bandung. Penerbit Nusa Media
- Setiani Nur A. Yuvicko G. Purwansya, Anisya E. Shafira, Ahmad F, Liyantono. 2022. Demonstrasi Pengolahan Keripik Terong dan Boncakai sebagai Alternatif Ide Wirausaha Masa Pandemi di Kampung. Ciheulang, Desa Margaluyu, Kecamatan Kiarapedes, Purwakarta. Artikel Jurnal Pusat Inovasi Masyarakat Volume 4 nomor 1. ISSN 2721-897.
- Subahar. SS. Khasiat dan Manfaat Pare : Si Pahit Pembasmi Penyakit. Agromedia Pustaka. Depok.
- Suhaedir Bachtiar, 2018. Pengaruh Lama Pengeringan Terhadap Mutuh Keripik Berbahan Dasar Limbah Buah Nangka (*Artocarpus heterophyllus* L). Artikel Jurnal Biology Science & Education
- Sumarjono, H. (2013). Bertanam 36 Jenis Sayur. Depok: Penebar Swadaya
- Tsalitsa, A. 2019. Laporan Tugas Akhir Perencanaan Bisnis Usaha Pengolahan Keripik Wortel "Healthy Kriptel". Program Studi Manajemen Bisnis. Sekolah Vokasi. Institut Pertanian Bogor.
- Yuli.2015. Manfaat Kangkung <http://manfaat.co.id/manfaat-kangkung> . yuli /. (Diakses pada 6 Agustus 2015)