



Pemanfaatan Ampas Kelapa Hasil Dapur Rumah Tangga Menjadi Pangan Olahan

Yunda Maymanah Rahmadewi^{1*)}, Dhias Cahya Hakika², Endah Sulistiawati², Siti Salamah², Shinta Amelia²

Published online: 16 Juni 2023

ABSTRACT

Coconut dregs often become waste and garbage due to the lack of knowledge and skills of the community in utilizing the existing potential. Even though, coconut dregs still contain fiber which is good for the body. Activities using educating and training methods aimed to increase the knowledge and skills of the community in processing coconut dregs into processed food. Educating can increase participants' knowledge by 28.33 points. Training on processing sago cheese (sagu keju) from coconut dregs flour can improve skills in products that need to be equipped with a brand so that they have competitiveness in the market.

Keywords: competence, empowerment, organic

Abstrak: Ampas kelapa seringkali menjadi limbah dan sampah karena kurangnya pengetahuan dan keterampilan masyarakat dalam memanfaatkan potensi yang ada. Padahal ampas kelapa masih memiliki kandungan serat yang baik untuk tubuh. Kegiatan dengan metode penyuluhan dan pelatihan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat dalam pengolahan ampas kelapa menjadi pangan olahan. Penyuluhan dapat meningkatkan pengetahuan peserta sebesar 28,33 point. Pelatihan pengolahan sagu keju dari tepung ampas kelapa bisa meningkatkan keterampilan dalam menghasilkan produk yang perlu dilengkapi dengan merek agar memiliki daya saing di pasaran.

Kata kunci: kompetensi, organik, pemberdayaan

PENDAHULUAN

Salah satu desa/kalurahan di Kecamatan/Kapanewon Sanden yang merupakan dataran rendah yaitu kalurahan Murtigading terdiri dari tanah pekarangan dan tanah persawahan (ketinggian 100 s/d 150 mdpl) dengan berbagai tanaman seperti padi, palawija, dan beberapa macam buah-buahan seperti pohon kelapa, mangga, nanas, dan lain-lain. Warga kalurahan Murtigading yang sebagian besar

¹⁾Program Studi Bisnis Jasa Makanan, FEB, Universitas Ahmad Dahlan, Jl Pramuka No 42, Umbulharjo, Yogyakarta, DIY, Indonesia

² Program Studi Teknik Kimia, FTI, Universitas Ahmad Dahlan, Jl Ringroad Selatan, Tamanan, Bantul, DIY, Indonesia

*) *corresponding author*

Yunda Maymanah Rahmadewi

Email: yunda.maymanah@culinary.uad.ac.id

bertani dan beternak memiliki kelompok perempuan yang sebagian besar adalah ibu rumah tangga. Ibu rumah tangga sering bersinggungan dengan limbah dan sampah baik sampah anorganik maupun organik. Sampah anorganik sudah banyak dikelola melalui bank sampah. Sedangkan sampah organik yang umumnya dihasilkan dari sisa makanan dan limbah pengolahan bahan pangan seperti sisa bahan memasak, sisa sayur-sayuran,

sisia buah-buahan, minyak jelantah, dan lain sebagainya selama ini hanya dibuang begitu saja dan belum banyak dikelola oleh masyarakat, sehingga menimbulkan peningkatan volume limbah dan sampah organik yang harus dibuang ke tempat pembuangan akhir (TPA).

Sebagian besar sampah memberikan dampak buruk bagi masyarakat dan lingkungan yang akan semakin memburuk jika penanganan sampah tidak baik sehingga dapat menyebabkan beberapa permasalahan, khususnya masalah kesehatan (penyakit diare, tifus, kolera, cacingan), masalah lingkungan (bau tidak sedap, saluran air mampet, banjir), dan masalah sosial ekonomi (meningkatnya biaya kesehatan karena penyakit, kehidupan sosial dan lingkungan sekitar menjadi tidak nyaman) (Sulistiorini, n.d.). Pengelolaan dalam hal permasalahan sampah ini perlu dimulai sejak dari sumbernya. Oleh karena itu, diperlukan rangkaian kegiatan pengelolaan yang sistematis, komprehensif, dan berkesinambungan untuk menangani sampah. Salah satu upaya dalam mengatasi hal tersebut adalah perlu adanya kegiatan pemberdayaan masyarakat terkait pengelolaan sampah skala rumah tangga melalui penerapan prinsip 3R (Reduce, Reuse, Recycle) sehingga terjadi peningkatan kesadaran masyarakat dalam kelestarian lingkungan.

Bahan-bahan organik yang terkandung dalam sampah organik membuat limbah dan sampah tersebut memiliki peluang besar untuk dimanfaatkan dan diolah menjadi produk lain yang memiliki manfaat dan bernilai ekonomis (Elizani, 2021). Salah satu limbah organik yang langsung dibuang menjadi sampah yang pada dasarnya masih memiliki kandungan gizi adalah ampas kelapa. Kandungan serat ampas kelapa relatif tinggi dan karbohidratnya lebih rendah dibandingkan terigu yaitu 33,64% dibandingkan terigu sebesar 73,52%. Kandungan protein tepung ampas kelapa relatif cukup rendah yaitu 5,79%, daripada tepung terigu (13,51%). Kandungan lemak tepung ampas kelapa cukup tinggi dari tepung terigu (38,24%). Kandungan serat kasar tepung ampas kelapa cukup tinggi yaitu 15,07%, lebih tinggi dari terigu 0,25%. Kandungan serat pangan tak larut sangat tinggi yaitu 63,66% dan serat pangan larut sangat rendah 4,53% (Putri, 2014). Sedangkan tepung ampas kelapa mengandung kadar air 4,2%, lemak 9,2%, protein 12,6%, abu 8,2%, serat 13%, dan karbohidrat 39,1% (Wardani, et al., 2017). Kandungan gizi tersebut yang berkontribusi sebagai komponen dalam pencegahan resiko karsinogenesis dan arterosklerosis. Serat pangan ini juga mengontrol pelepasan glukosa seiring waktu, membantu pengontrolan dan pengaturan diabetes melitus dan obesitas. Serat pangan dalam jumlah yang cukup didalam makanan sangat bagus untuk pencernaan yang baik dalam usus.

Ampas kelapa yang sudah diolah menjadi tepung ampas kelapa lebih mudah diaplikasikan menjadi berbagai produk olahan lainnya misalnya roti ampas kelapa, cookies ampas kelapa, flakes sereal ampas kelapa, dll (Dini & Rustanti, 2014) (Hasan, 2018) (Wardani, et al., 2017) (Sabilla & Murtini, 2020). Diversifikasi produk olahan ampas kelapa perlu dilakukan karena berpeluang menjadi produk khas daerah dengan potensi kelapa seperti Kalurahan Murtigading. Hasil olahan ampas kelapa memiliki keunggulan yaitu bebas dari gluten, maka pangan olahan dari tepung ampas kelapa dapat digunakan untuk diet individu yang memiliki alergi terhadap gluten. Beberapa produk olahan yang tidak membutuhkan gluten untuk pengembangannya bisa menggunakan sebagian atau keseluruhan tepung ampas kelapa sebagai pengganti terigu. Hal ini ditunjukkan dengan adanya produk cookies dari tepung campuran dari tepung beras, tepung tapioka, dan tepung maizena (Rahmadewi & Sabila, 2019).

Melalui kegiatan pengabdian ini, masyarakat Kalurahan Murtigading juga diharapkan dapat memperoleh manfaat sebagai berikut: (i) Pengetahuan (*Knowledge*), yaitu wawasan dan ilmu tentang pengelolaan limbah dan sampah organik rumah tangga; (ii) Kemampuan (*Skill*), yaitu keterampilan dalam hal mengolah limbah dan sampah organik rumah tangga menjadi produk-produk ekonomis; dan (iii) Produk (*Product*), yaitu dihasilkannya suatu produk hasil olahan limbah dan sampah organik rumah tangga yang bernilai guna serta dapat meningkatkan perekonomian masyarakat.

Tujuan program ini adalah mengurangi limbah dan sampah ampas kelapa melalui peningkatan nilai ekonomis menjadi produk olahan. Selain itu, program ini juga bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat sasaran.

BAHAN DAN METODE

Berdasarkan uraian latar belakang, permasalahan mitra, serta tujuan kegiatan, disusunlah kegiatan dengan metodenya yang merupakan rangkaian solusi atas permasalahan yang ditemukan di mitra, diantaranya:

- a. Penyuluhan pemanfaatan ampas kelapa
- b. Pelatihan pengolahan ampas kelapa menjadi *cookies* (sagu keju)

Peserta dari rangkaian kegiatan tersebut adalah Ibu-ibu PKK Murtigading yang merupakan perwakilan dari masing-masing padukuhan. Ibu-ibu tersebut yang akan menjadi kepanjangan tangan ke masyarakat yang lebih luas untuk menyampaikan kegiatan yang sudah diikuti dan diimplementasikan di masyarakat tersebut.

HASIL DAN PEMBAHASAN

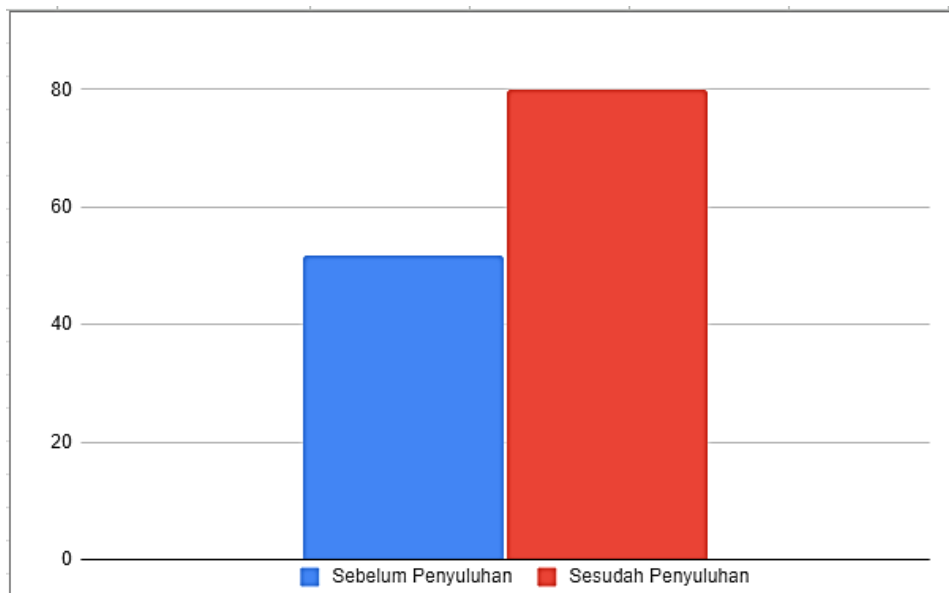
Kegiatan penyuluhan pemanfaatan ampas kelapa dan pelatihan pembuatan cookies dari tepung ampas kelapa yang dilaksanakan pada tanggal 16 Desember 2022 dengan jumlah peserta sejumlah 22 orang yang merupakan ibu-ibu PKK Murtigading. Dalam penyuluhan disampaikan mengenai resep beserta langkah-langkah pembuatan cookies ampas kelapa disertai dengan praktik pembuatan secara berkelompok dipandu oleh pemateri, sehingga ibu-ibu PKK mencoba membuat secara langsung hingga memperoleh produk akhir (Gambar 1).



Gambar 1. Penyuluhan Pemanfaatan Ampas Kelapa

Kegiatan penyuluhan diberikan sebagai dasar pengolahan dalam pemanfaatan tepung ampas kelapa. Untuk mengetahui efektifitas penyuluhan tersebut, dilakukan pengukuran pengetahuan peserta sebelum dan sesudah penyuluhan (Gambar 2).

Peserta mengalami peningkatan pengetahuan setelah mengikuti penyuluhan. Pengetahuan peserta yang dievaluasi menggunakan lembar *pre test* dan *post test* mengalami peningkatan sebanyak 28,33 point dari nilai rata-rata 51,67 ke 80. Pengaruh positif ini juga terlihat pada penyuluhan atau pelatihan atau pendampingan yang diberikan kepada peserta untuk pengolahan pisang, minuman instan, dan pengemasan produk (Utami, et al., 2022; Rahmadewi & Ayuningtyas, 2022; Utami, et al., 2023).



Gambar 2. Perubahan Pengetahuan Peserta Setelah Penyuluhan



Gambar 3. Pelatihan Pengolahan Ampas Kelapa Menjadi *Cookies* (Sagu Keju)

Tabel 1. Formulasi Sagu Keju Ampas Kelapa

Bahan	Satuan	Formulasi A	Formulasi B
Tepung sagu	gram	340	300
Tepung ampas kelapa	gram	60	100
Maizena	gram	40	40
Margarin	gram	120	120
Butter	gram	80	80
Gula halus	gram	150	150
Kuning telur	butir	2	2
Keju Cheddar + Keju Edam	gram	50 + 50	50 + 50
Santan	ml	80	80
Susu Bubuk	gram	12	12
Baking Powder	gram	8	8
Keju Parmesan	gram	52	52

Mitra sasaran tidak hanya secara pasif memperoleh materi penyuluhan dan pelatihan, melainkan juga melakukan praktik langsung pembuatan produk (Gambar 3). Pelatihan dilakukan secara berkelompok menggunakan 2 formulasi yang berbeda sehingga di akhir kegiatan peserta akan memberikan penilaian sesuai dengan penerimaan calon konsumen yang sudah mereka ketahui. Formulasi produk yang disampaikan ke peserta dibedakan berdasarkan jumlah tepung ampas kelapa yang ditambahkan (Tabel 1).

Pelatihan pengolahan tepung amas kelapa menjadi sagu keju dapat meningkatkan keterampilan peserta. Berdasarkan observasi dan diskusi, keterampilan peserta sebelum pelatihan adalah 20% yang meningkat menjadi 60% setelah mengikuti pelatihan. Produk yang dihasilkan berpotensi untuk dikomersialisasikan sebagai produksi penciri khas daerah tersebut (Gambar 4). Namun, perlu adanya pelatihan lanjutan dan pendampingan untuk memaksimalkan produk sehingga laku di pasaran.



Gambar 4. Produk Hasil Pelatihan

Pemberian label produk dengan merek yang unik bisa membuat produk memiliki daya saing dan lebih lanjut lagi, upaya mempertahankan daya saing bisa dilakukan dengan konsep *brand equity*. Keputusan pembelian calon konsumen misalnya pada salah satu gerai kopi di Yogyakarta dipengaruhi oleh brand equity (Khaerunnisyaa & Rejeki, 2022). Hal inilah yang perlu dibekalkan ke masyarakat agar masyarakat bisa memiliki produk komersial penunjang ekonomi keluarga.

KESIMPULAN DAN SARAN

Penyuluhan dapat meningkatkan pengetahuan peserta sebesar 28,33 point. Pelatihan pengolahan sagu keju dari tepung ampas kelapa bisa meningkatkan keterampilan sehingga menghasilkan produk yang perlu dilengkapi dengan merek agar memiliki daya saing di pasaran.

Ucapan Terimakasih

Ucapan terima kasih ditujukan kepada Lembaga Pengembangan Penelitian dan Pengabdian kepada masyarakat Universitas Ahmad Dahlan yang mendanai kegiatan ini dengan nomor kontrak

U.12/SPK-PkM-MULTITAHUN-9/LPPM-UAD/VI/2022. Tim pelaksana juga mengucapkan terima kasih kepada kelurahan Murtigading Sanden Bantul Yogyakarta.

Conflict of Interests

The authors declared that no potential conflicts of interest with respect to the authorship and publication of this article.

REFERENCES

- Dini, R. Z. & Rustanti, N., 2014. Pengaruh Substitusi Tepung Ampas Kelapa Terhadap Nilai Indeks Glikemik, Beban Glikemik, dan Tingkat Kesukaan Roti. *Journal of Nutrition College*, 3(1), pp. 213-221.
- Elizani, P., 2021. *Pemanfaatan Limbah Rumah Tangga Menjadi Eco Enzyme*. [Online] Available at: <https://dppk.jogjaprovo.go.id/baca/Pemanfaatan+Limbah+Rumah+Tangga+Menjadi+Eco+Enzyme/071021/81a1cbdb8d322f0c1e83ac248a504039f0481b255c99b92dbb15c34d5dc8bcfd379> [Accessed 11 April 2022].
- Hasan, I., 2018. Pengaruh Perbandingan Tepung Ampas Kelapa dengan Tepung Terigu Terhadap Mutu Brownies. *Gorontalo Agriculture Technology Journal*, 1(1), pp. 59-67.
- Khaerunnisyaa, N. & Rejeki, M. E. S., 2022. Pengaruh EkuitasMerek (Brand Equity) Terhadap Keputusan Pembelian Produk Starbucks Coffee pada Masa Pandemi (Studi Kasus di Starbucks Coffeee XXI Empire Yogyakarta). *Journal of Food and Culinary*, 5(1), pp. 21-31.
- Putri, M. F., 2014. Kandungan Gizi dan Sifat Fisik Tepung Ampas Kelapa Sebagai Bahan Pangan Sumber Serat. *Teknobuga: Jurnal Teknologi Busana dan Boga*, 1(1), pp. 32-43.
- Rahmadewi, Y. M. & Ayuningtyas, C. E., 2022. Peningkatan Pengetahuan Teknik Pengemasan dan Keamanan Pangan Penjaja Makanan Bendhung Lepen Yogyakarta. *Indonesia Berdaya*, 3(3), pp. 378-384.
- Rahmadewi, Y. M. & Sabila, S., 2019. Pengembangan Cookies Non Terigu dari Campuran Tepung Beras, Tepung Tapioka, dan Tepung Maizena. *Journal of Food and Culinary*, 2(1), pp. 1-10.
- Sabilla, N. F. & Murtini, E. S., 2020. Pemanfaatan Tepung Ampas Kelapa Dalam Pembuatan Flakes Cereal (Kajian Proporsi Tepung Ampas Kelapa: Tepung Beras). *Jurnal Teknologi Pertanian*, 21(3), pp. 155-164.
- Sulistiorini, I. N., n.d. *Dinas Lingkungan Hidup dan Kehutanan Daerah Istimewa Yogyakarta*. Available at: <https://dlhk.jogjaprovo.go.id/pengelolaan-sampah-rumah-tangga> [Accessed 11 April 2022].
- Utami, N. P., Sasongko, H., Salamah, Z. & Purbosari, P. P., 2022. Peningkatan Kapasitas Kewirausahaan Melalui Pelatihan Olahan. *Jurnal Abdi Insani*, 9(4), pp. 1555-1563.
- Utami, N. P., Sasongko, H., Salamah, Z. & Purbosari, P. P., 2023. Peningkatan Nilai Ekonomi Temulawak Melalui Pelatihan Pembuatan Minuman Instan. *Reswara: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), pp. 492-499.
- Wardani, E. N., Sugitha, I. M. & Pratiwi, I. D. P. K., 2017. Pemanfaatan Ampas Kelapa Sebagai Bahan Pangan Sumber Serat Dalam Pembuatan Cookies Ubi Jalar Ungu. *Jurnal Ilmu dan Teknologi Pangan (ITEPA)*, 5(2), pp. 162-170.