

Pengembangan Kreativitas Kuliner: Pelatihan Pembuatan Bakso Rumput Laut Bagi Ibu-Ibu PKK

Edi Ilimu^{1*}

Dian Permana²

Zulman³

Nurdin⁴

Hairul Anam⁵

Israwati⁶

Khadijah Bin Yusran⁷

Marlina Saputri Nur⁸

Mirna⁹

Muh. Alhafiz¹⁰

Muhamad Nur Fatahil Alim¹¹

^{1*,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11}Universitas Sembilanbelas November Kolaka, Kolaka, Indonesia

ediilimu@gmail.com^{1*)}

Kata Kunci: [pelatihan, bakso rumput laut, pangan sehat, ekonomi desa, inovasi produk]

Abstrak: Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan kreativitas kuliner dan memberdayakan ibu-ibu PKK di Desa Lanto melalui pelatihan pembuatan bakso berbahan dasar rumput laut. Rumput laut merupakan sumber daya lokal yang melimpah di wilayah pesisir, namun pemanfaatannya sebagai bahan pangan bernilai ekonomi masih belum optimal. Pelatihan ini memberikan solusi dengan mengenalkan pembuatan bakso rumput laut sebagai inovasi produk pangan sehat yang memiliki potensi pasar luas. Metode yang digunakan dalam pelatihan ini meliputi penyuluhan, demonstrasi, dan praktik langsung. Selain teknik pengolahan bakso rumput laut, peserta juga diberikan pengetahuan tentang aspek higienitas, pengemasan, serta strategi pemasaran produk untuk meningkatkan nilai jual. Pelatihan ini berhasil meningkatkan keterampilan dan pengetahuan para peserta, sehingga mereka mampu memproduksi bakso rumput laut yang memenuhi standar kelayakan konsumsi dan memiliki potensi komersial. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan minat dan partisipasi aktif dari ibu-ibu PKK dalam mengembangkan produk olahan rumput laut. Dengan keterampilan yang diperoleh, para peserta diharapkan dapat mengembangkan usaha kecil berbasis kuliner lokal yang berkelanjutan. Selain memberikan solusi pangan sehat, kegiatan ini juga diharapkan dapat menjadi langkah awal dalam meningkatkan kesejahteraan ekonomi masyarakat Desa Lanto.

Published by:



Copyright © 2024 The Author(s)

This article is licensed under CC BY 4.0 License



<https://dmi-journals.org/jai/>

Pendahuluan

Indonesia merupakan salah satu negara penghasil rumput laut terbesar di dunia, terutama di wilayah pesisir seperti Desa Lanto, Sulawesi Tenggara. Rumput laut memiliki potensi besar untuk diolah menjadi berbagai produk bernilai ekonomi tinggi. Rumput laut dikenal memiliki kandungan nutrisi yang tinggi dan beragam manfaat kesehatan (Peñalver et al., 2020). Penelitian menunjukkan bahwa rumput laut mengandung serat makanan, protein, vitamin (seperti A, C, dan E), serta mineral penting seperti kalsium, magnesium, dan yodium yang sangat diperlukan bagi tubuh manusia (Min et al., 2021). Manfaat lain dari rumput laut termasuk sifat antioksidan dan antiinflamasi yang berpotensi mendukung kesehatan jantung dan pencegahan berbagai penyakit kronis (Sari et al., 2021).

Pengembangan diversifikasi produk pangan berbasis rumput laut menjadi fokus penting dalam upaya meningkatkan nilai ekonomis dan menciptakan lapangan kerja baru bagi masyarakat, khususnya di daerah pesisir. Salah satu inovasi yang menarik perhatian adalah pembuatan bakso berbahan dasar rumput laut (Cofrades et al., 2017). Namun, potensi tersebut belum sepenuhnya dimanfaatkan oleh warga Desa Lanto, terutama dalam hal pengembangan produk pangan inovatif. Sebagian besar pemanfaatan rumput laut masih terbatas pada produk-produk tradisional seperti agar-agar dan kerupuk, sementara peluang untuk menghasilkan produk baru dengan nilai jual tinggi, seperti bakso rumput laut, masih belum banyak digarap (D.A.A Pebrianti et al., 2018).

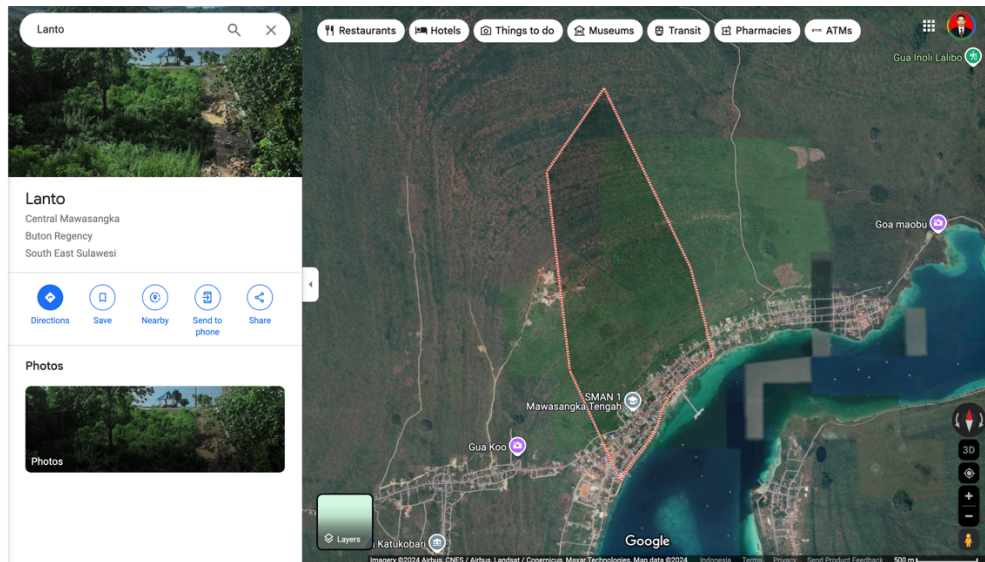
Di sisi lain, bakso merupakan salah satu makanan yang sangat populer di kalangan masyarakat Indonesia. Pembuatan bakso dengan bahan dasar rumput laut dapat menjadi solusi inovatif yang tidak hanya meningkatkan variasi produk pangan, tetapi juga memberikan manfaat kesehatan (Fatmawati et al., 2023). Rumput laut dikenal kaya akan serat, rendah kalori, dan mengandung antioksidan serta mineral yang baik untuk tubuh, sehingga sangat cocok sebagai bahan pangan sehat (Rizkaprilisa et al., 2023). Inovasi ini tidak hanya menawarkan nilai gizi yang lebih tinggi, tetapi juga peluang untuk meningkatkan pendapatan ekonomi masyarakat, terutama bagi kelompok ibu-ibu PKK yang dapat berperan aktif dalam pengembangan usaha kuliner.

Kelompok PKK (Pembinaan Kesejahteraan Keluarga) merupakan elemen penting dalam penggerak kesejahteraan masyarakat desa, termasuk di Desa Lanto. Melalui pelatihan ini, diharapkan ibu-ibu PKK dapat meningkatkan kreativitas kuliner mereka dan memanfaatkan sumber daya alam lokal untuk menciptakan produk pangan yang berdaya saing tinggi. Dengan keterampilan dan pengetahuan yang diberikan, ibu-ibu PKK dapat terlibat dalam usaha mikro berbasis kuliner yang berkelanjutan dan berkontribusi dalam peningkatan ekonomi keluarga serta desa secara keseluruhan (Soejarwo et al., 2016).

Pelatihan pembuatan bakso rumput laut ini bertujuan untuk melatih masyarakat setempat agar memiliki keterampilan baru dalam mengolah rumput laut menjadi produk makanan, seperti bakso, yang bernilai jual tinggi. Pemanfaatan rumput laut sebagai bahan baku lokal yang melimpah, diharapkan para peserta dapat menghasilkan produk kuliner yang inovatif, sehat, dan bernilai ekonomi tinggi. Pelatihan ini tidak hanya bertujuan untuk meningkatkan kreativitas kuliner, tetapi juga untuk mendorong kemandirian ekonomi desa melalui pengembangan usaha berbasis sumber daya lokal.

Metode Pelaksanaan

Kegiatan pelatihan pembuatan bakso dari rumput laut dilakukan di Balai Desa Lanto, Kecamatan Mawasangka Tengah Kabupaten Buton Tengah, Sulawesi Tenggara pada bulan Agustus 2024 (Gambar 1). Adapun yang menjadi mitra sasaran adalah ibu-ibu PKK Desa Lanto. Pelaksanaan pelatihan pembuatan bakso rumput laut bagi ibu-ibu PKK Desa Lanto dilakukan dengan pendekatan partisipatif dan berkelanjutan.



Gambar 1. Lokasi Desa Lanto, Kec. Mawasangka Tengah, Kab. Buton Tengah

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini mencakup beberapa tahapan yang dirancang untuk memberikan pemahaman yang menyeluruh dan keterampilan praktis kepada para peserta. Adapun tahapan pelaksanaan kegiatan ini adalah sebagai berikut:

Tahap Persiapan

Pada tahap ini, tim pengabdian masyarakat melakukan beberapa kegiatan persiapan, antara lain:

- Survei dan Koordinasi:** Dilakukan survei awal untuk mengetahui kebutuhan masyarakat Desa Lanto terkait potensi pemanfaatan rumput laut. Koordinasi dengan pemerintah desa dan kelompok ibu-ibu PKK dilakukan untuk menentukan waktu dan tempat pelatihan serta peserta yang akan terlibat.
- Persiapan Bahan dan Alat:** Menyiapkan bahan-bahan yang dibutuhkan untuk pembuatan bakso rumput laut, seperti rumput laut segar, tepung, dan bumbu-bumbu. Selain itu, alat-alat yang dibutuhkan seperti alat penggiling, baskom, dan peralatan memasak juga disediakan.
- Modul dan Materi Pelatihan:** Tim pengabdian menyusun modul pelatihan yang berisi langkah-langkah pembuatan bakso rumput laut, termasuk informasi tentang kebersihan pangan, pengemasan, dan pemasaran produk.

Tahap Pelaksanaan Pelatihan

Pelatihan dilaksanakan dalam bentuk penyuluhan, demonstrasi, dan praktik langsung oleh peserta. Adapun rincian dari tahap ini adalah sebagai berikut:

- Penyuluhan:**
Pada sesi ini, peserta diberikan materi tentang:
 - Manfaat dan potensi rumput laut sebagai bahan pangan.
 - Kandungan gizi dan manfaat kesehatan dari bakso rumput laut.

3. Potensi pasar dan peluang usaha bakso rumput laut sebagai produk inovatif di pasaran. Penyuluhan ini dilakukan secara interaktif, di mana peserta dapat mengajukan pertanyaan dan berdiskusi mengenai peluang usaha kuliner berbasis rumput laut.

b. Demonstrasi:

Tim pengabdian menunjukkan proses pembuatan bakso rumput laut secara langsung, mulai dari:

1. Pemilihan dan persiapan bahan baku (rumput laut, daging, bumbu, dan bahan pelengkap).
2. Proses penggilingan dan pencampuran bahan hingga membentuk adonan bakso.
3. Pembentukan bakso dan teknik memasak bakso agar teksturnya sempurna. Demonstrasi ini dilakukan secara detail agar peserta dapat memahami setiap tahapan produksi dengan baik.

c. Praktik Langsung oleh Peserta:

Setelah demonstrasi, peserta diberikan kesempatan untuk mempraktikkan langsung pembuatan bakso rumput laut. Setiap kelompok ibu-ibu PKK akan dipandu oleh tim instruktur dalam seluruh tahapan pembuatan, sehingga dapat memastikan setiap peserta menguasai teknik yang diajarkan. Pada sesi ini, penekanan diberikan pada aspek kebersihan, keamanan pangan, dan cara memastikan kualitas produk tetap terjaga.

Tahap Evaluasi dan Pendampingan

Setelah sesi praktik, dilakukan evaluasi untuk menilai hasil produk bakso rumput laut yang telah dibuat oleh peserta. Evaluasi ini mencakup rasa, tekstur, penampilan, dan kebersihan produk yang dihasilkan. Peserta yang memerlukan bimbingan tambahan akan mendapatkan pendampingan lebih lanjut.

Hasil dan Pembahasan

Pelaksanaan pelatihan pembuatan bakso rumput laut bagi ibu-ibu PKK Desa Lanto mengadopsi metode partisipatif yang melibatkan beberapa tahapan, yaitu persiapan, pelaksanaan pelatihan, evaluasi, dan pendampingan pasca-pelatihan. Pembahasan ini mengikuti urutan metode pelaksanaan, dengan analisis dampak dan relevansinya terhadap tujuan kegiatan serta mengacu pada literatur yang relevan.

Pada tahap persiapan, kegiatan dimulai dengan survei dan koordinasi yang penting untuk memahami kebutuhan dan potensi masyarakat. Survei awal menjadi langkah strategis dalam mengidentifikasi minat dan kendala yang dihadapi ibu-ibu PKK dalam mengembangkan produk olahan rumput laut. Menurut D.A.A Pebrianti et al., (2018), pemahaman awal terhadap kondisi sosial dan ekonomi peserta menjadi dasar yang kuat untuk merancang pelatihan yang tepat guna. Dalam konteks Desa Lanto, hasil survei menunjukkan bahwa meskipun rumput laut melimpah (Gambar 2), pemahaman tentang pengolahannya menjadi produk bernilai ekonomi masih terbatas.



Gambar 2. Potensi rumput laut Desa Lanto

Persiapan bahan dan alat juga menjadi kunci sukses dalam memastikan pelatihan berjalan lancar. Seluruh bahan baku dan alat yang digunakan dipersiapkan sesuai dengan standar higienitas dan keamanan pangan. Hal ini penting karena salah satu fokus pelatihan adalah memperkenalkan konsep kebersihan dalam pengolahan makanan, yang sangat berpengaruh terhadap kualitas dan keamanan produk akhir.

Pada tahap pelaksanaan, pelatihan disusun dalam tiga bagian: penyuluhan, demonstrasi, dan praktik langsung. Penyuluhan diawali dengan memberikan informasi kepada peserta mengenai potensi rumput laut sebagai bahan pangan yang sehat dan bergizi. Materi yang disampaikan mencakup manfaat kesehatan dari konsumsi rumput laut, terutama dalam kaitannya dengan tren pola makan sehat di masyarakat. Informasi mengenai kandungan serat, mineral, dan antioksidan pada rumput laut memberikan dasar yang kuat bagi peserta untuk memahami pentingnya inovasi kuliner ini ([Dellarosa et al., 2015](#)).

Demonstrasi pembuatan bakso rumput laut dilakukan untuk memastikan peserta dapat melihat secara langsung teknik pengolahan yang tepat (Gambar 2). Metode demonstrasi ini sangat efektif karena peserta dapat memahami setiap tahapan produksi secara visual. Menurut teori pembelajaran partisipatif, demonstrasi langsung merupakan salah satu cara terbaik untuk meningkatkan pemahaman peserta dalam kegiatan pelatihan berbasis keterampilan.

Dalam demonstrasi ini, diperlihatkan cara memilih bahan baku berkualitas, pengolahan rumput laut yang benar, dan penggabungannya dengan bahan bakso lainnya seperti daging dan bumbu. Ini penting karena salah satu tantangan dalam pengolahan produk olahan laut adalah menjaga keseimbangan rasa dan tekstur agar produk tetap sesuai dengan selera konsumen umum. Melalui demonstrasi ini, peserta dapat belajar bagaimana memastikan bahwa bakso rumput laut yang mereka buat memiliki tekstur dan cita rasa yang baik.



Gambar 2. Demonstrasi pembuatan bakso dari rumput laut

Pada sesi praktik langsung (Gambar 3), peserta ibu-ibu PKK mempraktikkan secara mandiri seluruh proses pembuatan bakso, mulai dari pemilihan bahan baku hingga teknik pengemasan. Praktik langsung ini sangat penting dalam meningkatkan keterampilan peserta karena memungkinkan mereka untuk belajar secara aktif dan mengaplikasikan apa yang telah dipelajari. Pendekatan praktis seperti ini selaras dengan konsep *experiential learning* (belajar dari pengalaman), di mana peserta terlibat langsung dalam proses pembelajaran.



Gambar 3. Kegiatan praktek langsung oleh ibu-ibu PKK

Peserta dibimbing dalam menjaga kebersihan dan keamanan pangan selama proses pengolahan, yang merupakan faktor penting dalam industri makanan. Menurut (Mughaimin Adl et al., 2024), menjaga kebersihan dalam pengolahan pangan tidak hanya penting untuk kualitas produk, tetapi juga berpengaruh pada daya tarik dan kepercayaan konsumen.

Tahap terakhir adalah evaluasi dilakukan untuk menilai kemampuan peserta dalam menghasilkan bakso rumput laut yang sesuai standar. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa sebagian besar peserta berhasil membuat bakso dengan tekstur dan rasa yang baik, meskipun beberapa peserta masih membutuhkan perbaikan dalam teknik tertentu seperti pengaturan konsistensi adonan. Evaluasi ini membantu peserta memahami area

yang perlu ditingkatkan dan memberikan tim pelatihan gambaran tentang keberhasilan transfer pengetahuan.

Kesimpulan

Pelatihan pembuatan bakso dari rumput laut di Desa Lanto berhasil meningkatkan keterampilan ibu-ibu PKK dalam mengolah hasil budidaya rumput laut menjadi produk makanan bernilai gizi tinggi. Program ini tidak hanya menghasilkan inovasi kuliner yang sehat dan ramah lingkungan, tetapi juga mendukung pola makan yang lebih berkelanjutan, peningkatan kesadaran kesehatan, dan pemberdayaan ekonomi lokal. Bakso rumput laut yang dihasilkan diterima baik oleh peserta pelatihan, dengan tekstur dan rasa yang mirip dengan bakso tradisional, serta memiliki manfaat kesehatan yang baik.

Ucapan Terimakasih

Terimakasih kami ucapkan kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) Universitas Sembilanbelas November Kolaka untuk bantuan dana publikasi kegiatan pengabdian masyarakat. Selanjutnya terimakasih kepada aparat dan ibu-ibu PKK Desa Lanto yang telah memberikan fasilitas untuk melaksanakan kegiatan kami serta terimakasih atas dukungan penuh yang diberikan kepada kami.

Referensi

- Cofrades S, Benedí J, Garcimartin A, Sánchez-Muniz F, & Jimenez-Colmenero F. (2017). A comprehensive approach to formulation of seaweed-enriched meat products: From technological development to assessment of healthy properties. *Food Research Internasional*, 99, 1084–1094. <http://dx.doi.org/10.1016/j.foodres.2016.06.029>
- D.A.A Pebrianti, S.A. Saraswati, K.W. Negara, M.A.Pratiwi, & N.P.P. Wijayanti. (2018). Pelatihan Pembuatan Bakso Rumput Laut Sebagai Inovasi Pangan Untuk Peningkatan Kesejahteraan Dan Kemandirian Masyarakat Desa Patas, Kabupaten Buleleng. *Buletin Udayana Mengabdi*. 17(4), 41-46.
- Dellarosa N, Laghi L, Martinsdóttir E, Jónsdóttir R, & Sveinsdóttir K. (2015). Enrichment of convenience seafood with omega-3 and seaweed extracts: Effect on lipid oxidation. *LWT - Food Science and Technology*, 62(1), 746-752.
- Fatmawati, Aminuddin, Saiman Sutanto, Abdul Halik, Andi Liswahyuni, & Aminah. (2023). Pelatihan Inovasi Bakso Penambahan Rumput Laut Pasca Pandemi. *Journal Of Training And Community Service Adpertisi (JTCSA)*, 3(1), 24-28.
- Min B, Parker D, Brauer D, Waldrip H, Lockard C, Hales K, Akbay A, & Augyte S. (2021). The role of seaweed as a potential dietary supplementation for enteric methane mitigation in ruminants: Challenges and opportunities, 7, 1371-1387.
- Mughaimin A, Zulkifli M.E.S, & Mulya R. (2024). The Influence Of Product Quality, Brand Image, Price And Consumer Behavior On Consumer Purchasing Decisions At

- Martabak Bangka Bakawan Rantau Prapat. *Management Studies and Entrepreneurship Journal*, 5(2), 9633-9638.
- Peñalver R, Lorenzo J, Ros G, Amarowicz R, Pateiro M, & Nieto G. (2020). Seaweeds as a functional ingredient for a healthy diet. *Marine drugs*. 18, 301, 1-27. 10.3390/md18060301
- Rizkaprilisa W, Griselda A, Hapsari M, & Paramasturi R. (2023). Pemanfaatan Rumput Laut Sebagai Pangan Fungsional: *Systematic Review*. *Science, Technology and Management Journal*, 3(2), 28-33.
- Sari M, Sofiana J, Kushadiwijayanto A, Safitri I, Helena S, & Aritonang A. (2021). Pelatihan Diversifikasi Pangan Berbasis Rumput Laut Sebagai Usaha Peningkatan Sistem Imunitas Tubuh Masyarakat Pulau Lemukutan Selama Pandemi Covid-19. *Journal of Community Engagement in Health*, 4(2), 453-459. <https://doi.org/10.30994/jceh.v4i2.164>
- Soejarwo A, Fitriyanny W, Soejarwo P, Widitya D, & Fitriyanny P. (2016). The Sustainable Seaweed Farming Management For Coastal Community in Pulau Panjang, Serang Banten. *J. Kebijakan Sosek KP*, 6(2), 123-134.