



## Pemberdayaan Masyarakat Dalam Pemanfaatan Sumber Daya Pangan Lokal Tanaman Talas Untuk Meningkatkan Kesehatan Masyarakat Dan Sebagai Tambahan Variasi Makanan Di Rumah Sakit

Liana Fitriani Hasymi<sup>1\*</sup>, Esty Restiana Rusida<sup>2</sup>, Eny Hastuti<sup>3</sup>, Lisa Setia<sup>4</sup>, Cast Torizellia<sup>5</sup>, Yustin Ari Prihandini<sup>6</sup>

<sup>1,2,3,4</sup>S1 Administrasi Rumah Sakit, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Borneo Lestari, Indonesia, 70714

, <sup>5,6</sup>S1 Gizi, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Borneo Lestari, Indonesia, 70714

E-mail : \* [liana07hasymi@gmail.com](mailto:liana07hasymi@gmail.com)

Doi : <https://doi.org/10.37339/jurpikat.v2i3.776>

### Info Artikel:

Diterima :

2021-11-23

Diperbaiki :

2021-11-25

Disetujui :

2021-11-25

**Kata Kunci:** pemberdayaan masyarakat, Gizi, Inovasi talas

**Abstrak:** Masalah gizi di Kalimantan Selatan perlu di berikan perhatian lebih dikarenakan masih terdapat balita (usia 0-59 bulan) yang mengalami masalah gizi kategori sangat kurus berada pada prevalensi 3,9% di atas angka nasional yaitu 3,5%. Tanaman pangan yang banyak ditemukan di Kelurahan Sungai Tiung adalah tanaman talas yang tumbuh secara liar. Teknik pengolahan tanaman talas untuk menjadi produk yang lebih variatif, tahan lama serta mempunyai nilai ekonomi yang lebih tinggi diharapkan mampu menjadi alternatif makanan tambahan guna pencegahan stunting dan masalah gizi kurang pada anak. Metode pelatihan dilakukan dengan memberikan penyuluhan dan diskusi kepada Ibu-ibu warga Kelurahan Sungai Tiung tentang proses pengolahan inovasi produk nugget dan kroket dari tanaman talas. Harapannya Produktifitas masyarakat untuk memanfaatkan sumberdaya lokal berupa Talas menjadi makanan berupa Nugget dan Kroket dan peningkatan pendapatan masyarakat dengan pemasaran produk melalui media sosial

*Abstract: Nutrition problems in South Kalimantan need to be given more attention because there are still toddlers (aged 0-59 months) who experience nutritional problems in the very thin category at a prevalence of 3.9% above the national figure of 3.5%. Food plants that are mostly found in Sungai Tiung Village*

**Keywords:** *community empowerment, nutrition, innovation talas*

*are taro plants that grow wildly. The technique of processing taro plants to become more varied, durable and higher economic value products is expected to be an alternative food additive to prevent stunting and malnutrition in children. The training method was carried out by providing counseling and discussions to the women of Sungai Tiung Village about the process of processing innovations for nuggets and croquettes from taro plants. The hope is that community productivity will utilize local resources in the form of taro into food in the form of nuggets and croquettes and increase community income by marketing products through social media.*

---

## **Pendahuluan**

Indonesia merupakan negara berkembang dengan masalah gizi yang kompleks. Masalah gizi di Indonesia didominasi oleh kekurangan energi protein (KEK), anemia, kekurangan yodium (GAKI), kekurangan vitamin A (KVA), dan obesitas (Supariasa, Bakri dan Fajar, 2016). Faktor Gizi merupakan salah satu factor penentu utama kualitas sumber daya manusia. Status gizi yang baik akan menciptakan sumber daya manusia yang berkualitas, sehat, vcerdas dan produktif. Status Gizi yang kurang atau buruk akan berpengaruh pada pertumbuhan, perkembangan, kecerdasan serta dapat menimbulkan penyakit lainnya (Hardiansyah & Supariasa, 2017). Masalah Gizi dapat terjadi pada seluruh kelompok umur, antara lain balita, anak usia sekolah, wanita usia subur, ibu hamil dan lanjut usia.

Masalah gizi di Kalimantan Selatan perlu di berikan perhatian lebih. Pasalnya balita (usia 0-59 bulan) yang mengalami masalah gizi pada indikator Berat Badan/Umur (BB/U) yaitu kategori sangat kurus berada pada prevalensi 3,9% di atas angka nasional yaitu 3,5% dan kategori kurus 9,2% jauh di atas angka nasional 6,7%. Untuk Indikator Tinggi Badan/Umur (TB/U) dalam kategori pendek yaitu 21,1% di atas angka nasional 19,3% dan kategori sangat pendek 12% juga di atas angka nasional 11,5%.

Di era pandemi Covid 19 sekarang ini masyarakat ditantang menciptakan terobosan untuk menciptakan peluang kerja, sehingga dapat bertahan dari kesulitan ekonomi dan paparan berbagai macam penyakit. Bukan hal yang mudah sehingga diperlukan pengetahuan dan keterampilan yang baik bagi masyarakat. Masalah ekonomi & kurang gizi adalah suatu kenyataan yg saling terkait, sang karenanya menaikkan status gizi suatu warga erat kaitannya menggunakan upaya peningkatan ekonomi.

Talas merupakan sumber makanan alternatif yang tumbuh secara alami di sekitar desa Seityeong. Salah satu sumber daya nabati lokal Kalimantan Selatan yang melimpah, talas (*Xanthosoma undipes*) dapat dimanfaatkan untuk meningkatkan ketahanan pangan melalui strategi pengolahan pangan. Talas diposisikan sebagai pengganti nasi karena mengandung banyak karbohidrat. Oleh karena itu, berpotensi untuk dikembangkan menjadi makanan yang berbeda untuk mencegah berbagai jenis masalah gizi dan menghasilkan pendapatan tambahan bagi masyarakat sekitar. Kandungan gizi talas dibandingkan dengan bahan pokok sumber karbohidrat yang lain dapat dilihat pada Tabel 1. di bawah ini.

**Tabel 1.** Daftar kandungan gizi talas, beras dan ubi

Kandungan Gizi	Talas	Beras	Ubi (merah)
Air (g%)	73	13	69
Energi (kal)	98	360	123
Protein (g)	1,9	6,8	1,8
Lemak (g)	0,2	0,7	0,7
Karbohidrat (g%)	23,7	78,9	27,9
Ca (mg%)	28	6	30
P (mg%)	61	140	49
Fe(mg%)	1	0,8	0,7
Vit. A (SI/100g)	20	0	700
Vit. B (mg%)	0,13	0,12	0,09
Vit. C (mg%)	4	0	22

Sumber: (Sediaoetama,(2010) dalam Yuliani, (2013)

Tingkat produktifitas masyarakat diharapkan dapat membantu memperbaiki permasalahan ekonomi dan permasalahan gizi di Indonesia dan Kalimantan Selatan pada khususnya. Alternatif yang bisa dilakukan masyarakat adalah membuka usaha kecil-kecilan, tentunya usaha tersebut diperlukan keterampilan dalam hal pembuatan produk sampai dengan pengemasan produk yang menarik. Salah satu pemanfaatan talas dapat dicapai dengan mengembangkan pola berpikir kreatif yang dapat memotivasi kelompok masyarakat untuk menjadi usaha kecil, dan mengembangkan potensi masyarakat untuk mengembangkan inovasi guna meningkatkan nilai tambah dan daya saing hasil olahan talas. Berdasarkan kandungan gizi talas, talas juga dapat di gunakan sebagai makanan pengganti beras

karena memiliki kandungan karbohidrat yang hampir sama dengan ubi merah. Diversifikasi talas juga dapat digunakan sebagai pembantu penyembuhan luka pada pasien rumah sakit. Nutrisi dirumah sakit merupakan salah satu komponen pemulihan pasien. Makanan yang dikatakan bermutu baik bila memiliki cita rasa penampilan dan penyajian yang baik. Hasil olahan pangan dari talas ini diharapkan dapat menjadi variasi menu makanan di rumah Sakit.

Kelurahan Sungai Tiung adalah satu di antara kelurahan yang ada di wilayah Kecamatan Cempaka Kota Banjarbaru. Mata pencaharian utama penduduk setempat adalah petani. Tanah pemukiman di Daerah kelurahan sungai tiung hampir secara keseluruhan adalah dataran rendah dan berbukit-bukit yang terdiri dari tanah yang berwarna kehitaman yang merupakan tanah yang subur untuk bercocok tanam dan berkebun. Sebagian wilayah desa ini juga merupakan hutan alam terbuka yang masih terjaga dan belum dieksplorasi kemanfaatan. Di kelurahan ini banyak ditumbuhi tanaman talas.

Berdasarkan wawancara dengan salah satu masyarakat di wilayah kelurahan sungai tiung terdapat beberapa masalah yang di hadapi masyarakat.

- a. Peluang usaha dikalangan masyarakat relative terbatas
- b. Belum optimalnya usaha ekonomi produktif yang disebabkan masih kurang kurangnya penyuluhan dan pelatihan tentang pengolahan produk varian tanaman talas
- c. Keterbatasan akses pemasaran produk.

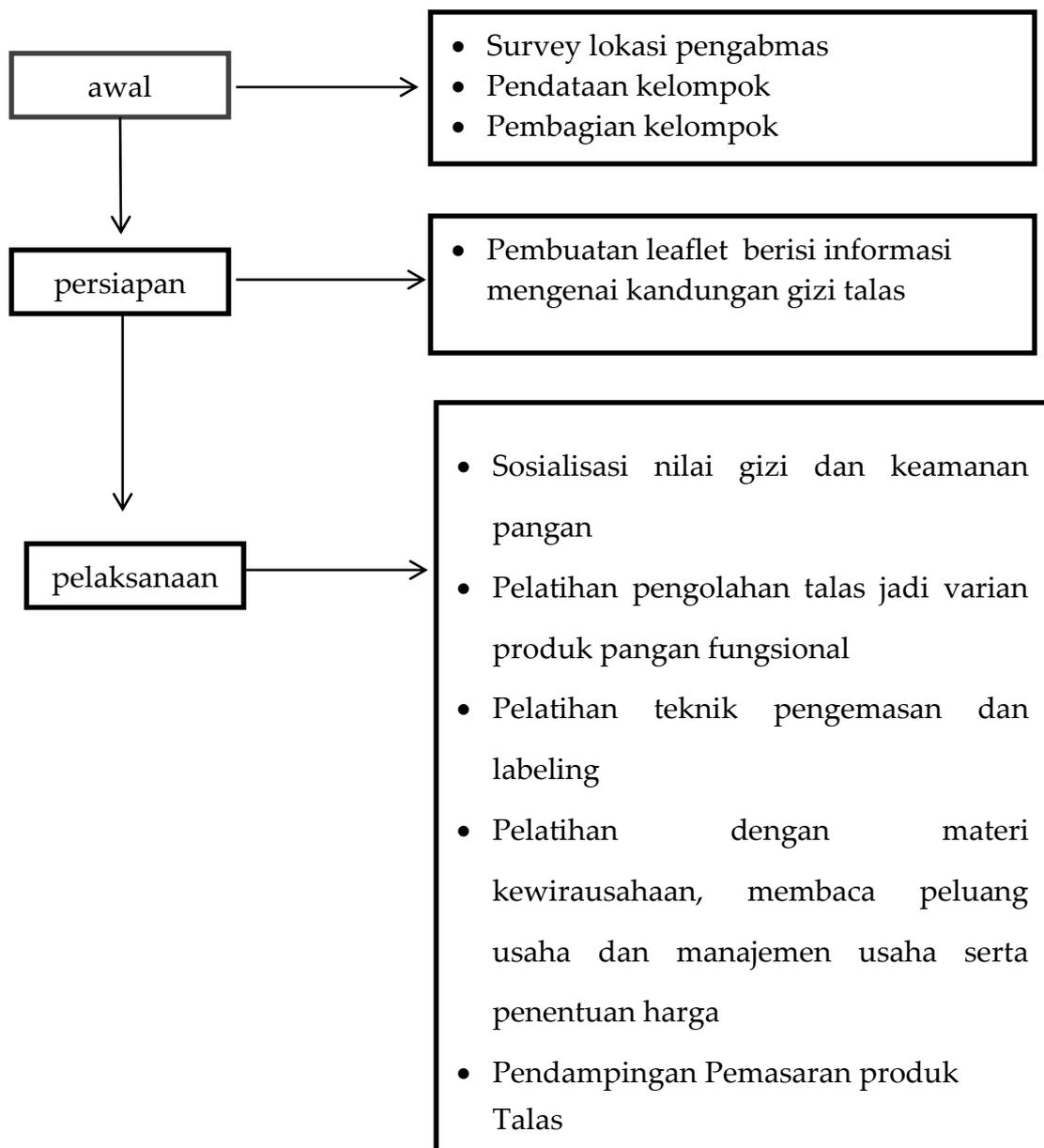
## **Metode**

Lokasi yang menjadi sasaran kegiatan pengabdian kepada masyarakat berada di Kelurahan Sei Tiung, Cempaka, Banjarbaru, Kalimantan Selatan sebanyak 16 orang yang dibagi menjadi 2 kelompok. Di kelurahan tersebut terdapat sekelompok masyarakat yang tingkat pendapatannya cukup sedang. Mata pencaharian utama penduduk setempat adalah petani. Tanah pemukiman di Daerah kelurahan sungai tiung hampir secara keseluruhan adalah dataran rendah dan berbukit-bukit yang terdiri dari tanah yang berwarna kehitaman yang merupakan tanah yang subur untuk bercocok tanam dan berkebun. Sebagian wilayah desa ini juga merupakan hutan alam terbuka yang masih terjaga dan belum dieksplorasi kemanfaatan. Di kelurahan ini banyak ditumbuhi tanaman talas. Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini dilakukan dengan cara :

1. Peninjauan lokasi dan pendataan kelompok
2. Pembuatan leaflet berisi informasi mengenai kandungan gizi talas

3. Sosialisasi nilai gizi dan keamanan pangan
4. Pelatihan pengolahan talas jadi varian produk pangan fungsional
5. Pelatihan teknik pengemasan dan labeling
6. Pelatihan dengan materi kewirausahaan, membaca peluang usaha dan manajemen usaha serta penentuan harga
7. Pendampingan Pemasaran produk Talas

Alur Pelaksanaan Pengabdian Pada Pemberdayaan Masyarakat Dalam Pemanfaatan Sumber Daya Pangan Lokal Tanaman Talas Untuk Meningkatkan Kesehatan Masyarakat Dan Sebagai Tambahan Variasi Makanan disajikan pada Gambar.1 di bawah ini:



Gambar 1. Alur Pelaksanaan Pengabdian Masyarakat

## Hasil dan Pembahasan

Dari kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh tim dosen prodi S1 Administrasi Rumah Sakit STIKES Borneo Lestari di Kelurahan Sei Tiung, Cempaka, Banjarbaru, Kalimantan Selatan yang berupa pemanfaatan sumber daya pangan lokal tanaman talas untuk meningkatkan kesehatan masyarakat dan sebagai tambahan variasi makanan di rumah sakit.

Berdasarkan tahapan pelaksanaan pengabmas yang telah dilaksanakan secara keseluruhan maka hasil kerja kegiatan adalah :

a. Program sosialisasi kandungan nilai gizi dan keamanan pangan

Pada hari pertama kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan sosialisasi tentang kandungan gizi pada tanaman talas dan keamanan pangan. Materi diberikan menggunakan slide power point dan leaflet yang berisi tentang kandungan-kandungan gizi yang ada pada talas oleh narasumber dari praktisi rumah sakit idaman. Selain penyampaian materi juga memberikan penambahan wawasan tentang produk-produk olahan yang dapat diolah dari tanaman talas.



Gambar 2. Sosialisasi kandungan Gizi dan Keamanan Pangan

b. Pelatihan pengolahan talas jadi varian produk pangan fungsional

Pada hari kedua kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan pelatihan pengolahan produk talas jadi varian produk pangan yang fungsional berupa simulasi dan praktik langsung pengolahan talas yang dilakukan oleh 16 ibu. Simulasi dilakukan dimulai dari cara pengolahan talas agar tidak menimbulkan rasa gatal dengan cara proses pencucian dan perendaman. Kemudian dilanjutkan dengan cara pengolahan produk berupa kroket talas dan nugget talas

c. Pelatihan teknik pengemasan dan labeling

Pada hari kedua kegiatan pengabdian kepada masyarakat juga dilaksanakan simulasi teknik pengemasan dan labeling pada produk olahan agar memberikan nilai tambah dalam pemasaran talas yang dapat bersaing dipasaran.

d. Pelatihan dengan materi kewirausahaan, membaca peluang usaha dan manajemen usaha serta penentuan harga

Pada hari ketiga kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan pelatihan kewirausahaan agar ibu-ibu memiliki keterampilan untuk mengembangkan sosial preneur kewirausahaan sehingga mereka dapat memiliki penghasilan tambahan dan dapat menyusun rencana pengembangan usaha darai produk olahan talas. Rencana penguatan manajemen wirausaha terutama terkait dengan peningkatan daya saing dan produk olahan pengemasan talas.

e. Pendampingan Pemasaran produk Talas

Proses pelatihan dan kegiatan dalam pemanfaatan sumber daya pangan lokal tanaman talas untuk meningkatkan kesehatan masyarakat dan sebagai tambahan variasi makanan di rumah sakit di Kelurahan Sei Tiung, Cempaka, Banjarbaru ini bertujuan untuk memberdayakan ibu-ibu kelompok agar dapat dapat mengembangkan potensi baik secara individu maupun secara organisasi sebagai wirausaha produk olahan talas sehingga memiliki pengahasilan tambahan. Hal ini berdampak pada peningkatan pendapatan keluarga.

Hasil penilaian kegiatan pengabdian masyarakat yang diperoleh sebelum beroperasinya kegiatan kelompok pengabdian masyarakat ini adalah ibu-ibu di kelompok tersebut tidak mengetahui kandungan gizi produk talas dan keterampilan ibu-ibu dalam mengolah talas menjadi variasi olahan talas di kelompok tersebut. Namun, setelah kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan, ibu-ibu kelompok menjadi lebih banyak mengetahui produk olahan- olahan dari talas. Hal ini terbukti dari diskusi selama pengolahan produk bahwa ibu-ibu aktif bertanya dan konsultasi terkait produk olahan yang telah diberikan terkait gizi kesehatan. Dan dampak baik kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah ibu-ibu kelompok secara aktif membuat produk olahan dari talas.

## **Kesimpulan**

Dalam pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini, dapat disimpulkan bahwa dengan dilaksanakannya edukasi dan pendampingan pada ibu mendapatkan informasi terkait pemanfaatan tanaman talas sehingga mampu mengolah variasi produk talas dan dapat meningkatkan ekonomi keluarga.

## Ucapan Terima Kasih

Pada kesempatan ini, kami mengucapkan terimakasih kepada pihak Stikes Borneo Lestari; LP2M Stikes Borneo Lestari; Program Studi S1 Administrasi Rumah Sakit dan Program Studi S1 Gizi serta Kader Kelurahan Sei Tiung yang memberikan perizinan terlaksananya kegiatan pengabdian kepada masyarakat

## Referensi

- Budiarto, M. S dan Rahayuningsih, Y. (2017). Potensi Nilai Ekonomi Talas Beneng (*Xanthosoma undipes* K.Koch) Berdasarkan Kandungan Gizinya. *Ejournal.bappeda.bantenprov.go.id* 1(1): 1-12
- Kemenkes RI. (2014). Pedoman Gizi Seimbang. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kemenkes. (2018). Profil kesehatan indonesia 2018. 2018th ed. Jakarta: Kementrian Kesehatan RI.
- Kemenkes RI. (2018). Riset Kesehatan Dasar 2018. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Manary MJ, Solomons NW. (2009). Gizi kesehatan masyarakat, gizi dan perkembangan anak. Jakarta: Buku Kedokteran ECG.
- Persatuan Ahli Gizi Indonesia. (2018). Stop stunting dengan konseling gizi. Jakarta : Penebar plus (Penebar Swadaya Grup).
- Sudomo A, Hani A. (2014). Produktivitas talas (*Colocasia esculenta* L. Shott ) di bawah tiga jenis tegakan dengan sistem agroforestri di lahan hutan rakyat. *Jurnal Ilmu Kehutanan*. 8(2): 100-107.
- Supariasa, Bakri dan Fajar. (2016). Penilaian Status Gizi (Edisi 2). Jakarta: EGC
- War Yana. (2016). Promosi kesehatan penyuluhan, dan pemberdayaan masyarakat. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Yuliani, S. 2013. Karakteristik Psikokimia umbi dan tepung Talas Beneng (*Xantosoma undipes* K.Koch) Hasil Budidaya dan Liar. Skripsi. Faperta. Universitas Sultan Ageng Tirtyasa.