

Pelatihan Pengolahan Sosis Sehat *Homemade* Pada Kelompok *Working Mom* Lingkungan Perumahan Di Kelurahan Manisrenggo Kota Kediri

Training On The Healthy Processing Of Homemade Sausages For a Working Mom From The Neighbourhood In The Village Of Manisrenggo, Kediri City

Brilian Desca Dianingtyas*, Dyah Nurul Afiah, Nurina Rahmawati, Nur Evi Maritiani

Prodi Peternakan, Fakultas Pertanian, Universitas Islam Kediri, Kediri-Jawa Timur

Vol. 5 No. 2, Desember 2024



DOI :

10.35311/jmpm.v5i2.481

Informasi Artikel:

Submitted : 07 Oktober 2024

Accepted : 15 Desember 2024

*Penulis Korespondensi :

Brilian Desca Dianingtyas
Prodi Peternakan, Fakultas
Pertanian, Universitas Islam
Kediri Kediri

E-mail : briliandesca@uniska-
kediri.ac.id

No. Hp : 081290800543

Cara Sitasi:

Dianingtyas, B, D., Afiah, D, N.,
Rahmawati, N., Maritiani, N, E.
(2024). Pelatihan Pengolahan
Sosis Sehat *Homemade* Pada
Kelompok *Working Mom*
Lingkungan Perumahan Di
Kelurahan Manisrenggo Kota
Kediri. *Jurnal Mandala
Pengabdian Masyarakat*. 5(2).
387-392.

<https://doi.org/10.35311/jmpm.v5i2.481>

ABSTRAK

Ibu memiliki peran penting dalam pemenuhan kebutuhan gizi yang berpengaruh terhadap gizi keluarga. Pemenuhan gizi terutama protein hewani merupakan salah satu hal yang penting diketahui oleh seorang ibu, salah satunya bisa dipenuhi dengan pembuatan sosis sehat *homemade*. Sosis sehat *homemade* merupakan sosis yang dibuat sendiri di rumah menggunakan bahan yang mudah didapatkan dan sederhana dengan penambahan berbagai jenis sayuran agar nilai gizinya lebih lengkap. Tujuan penyuluhan dan pelatihan pengolahan sosis sehat *homemade* untuk meningkatkan kemampuan kelompok ibu-ibu lingkungan perumahan di Kelurahan Manisrenggo Kota Kediri terkait manajemen pangan sehat asal ternak serta pembuatan sosis sehat *homemade*. Berdasarkan hasil kegiatan sosialisasi dan pelatihan pengolahan sosis sehat *homemade*, kelompok ibu-ibu lingkungan perumahan di Kelurahan Manisrenggo Kota Kediri menjadi memahami dan menerapkan cara pengolahan sosis sehat *homemade* yang bermanfaat untuk pemenuhan kebutuhan gizi keluarga. Seluruh peserta pelatihan dapat menyelesaikan kegiatan dan pengetahuan akan pengolahan sosis sehat *homemade* meningkat signifikan. Diharapkan kegiatan ini para peserta dapat membuat sendiri sosis sehat *homemade* untuk memenuhi kebutuhan gizi asal ternak untuk keluarga mereka sendiri serta membuka peluang usaha bagi para peserta yang memiliki jiwa wirausaha.

Kata Kunci: Sosis Sehat; *Homemade*; Gizi Keluarga; Peluang Usaha

ABSTRACT

Mothers have an important role in fulfilling nutritional needs that affect family nutrition. Fulfilment of nutrition, especially animal protein, is one of the things that is important for a mother to know, one of which can be fulfilled by making homemade healthy sausages. Homemade healthy sausages are sausages that are made at home using easily available and simple ingredients with the addition of various types of vegetables so that the nutritional value is more complete. The purpose of the dissemination and training of homemade healthy sausage processing is to improve the ability of the women's group of Manisrenggo Village housing environment in Kediri City related to healthy food management from livestock and making homemade healthy sausages. Based on the results of the socialisation and training activities of homemade healthy sausage processing, the women's group in Manisrenggo Village, Kediri City became aware of how to process homemade healthy sausages that are useful for fulfilling family nutritional needs. All training participants can complete the activity and knowledge of homemade healthy sausage processing has increased significantly. It is hoped that this activity the participants can make their own homemade healthy sausages to meet the nutritional needs of animal origin for their own families and open business opportunities for participants who have an entrepreneurial spirit.

Keywords: Healthy Sausages; *Homemade*; Mothers; Housing.

PENDAHULUAN

Ibu merupakan peran yang membanggakan bagi seorang wanita. Peran ibu membutuhkan perjuangan besar dan tantangan yang tak mudah untuk dilalui, tak

terkecuali bagi ibu yang bekerja (*working mom*). *Working mom* di era modern ini menunjukkan bahwa para wanita di Indonesia memiliki peran sebagai istri juga. ibu dapat berkarir sesuai



passion yang dimilikinya. Kesempatan dalam berkarir bagi wanita pun kini semakin terbuka seiring dengan meningkatnya kebutuhan jumlah pekerja wanita, maka tak heran jika jumlah ibu yang bekerja pun semakin meningkat.

Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik (BPS) Jawa Timur, 57 dari 100 perempuan di Jawa Timur secara aktif berpartisipasi di pasar kerja pada tahun 2022. Data tersebut menunjukkan jika lebih dari 50% wanita di Jawa Timur berprofesi sebagai pekerja. Permasalahan seorang working mom adalah kurangnya manajemen waktu terutama dalam hal pemenuhan kebutuhan gizi bagi keluarganya.

Tugas ibu sebagai pengelola makanan keluarga memiliki peran penting dalam membuat hidangan untuk keluarga terutama yang memiliki anak balita, anak pra sekolah dan anak usia sekolah, mulai dari pemilihan bahan makanan bergizi, menyusun menu seimbang sesuai kebutuhan dan selera keluarga sangat diperlukan (Jubaedah, 2021).

Perilaku ibu dalam pemenuhan kebutuhan gizi berpengaruh terhadap gizi keluarga (Ulfiana & Has, 2019). Berbagai permasalahan gizi pada anak dapat terjadi terutama karena kekurangan asupan zat gizi seperti protein hewani. Upaya untuk mengatasi kekurangan asupan gizi pada anak salah satunya melalui pemenuhan pangan asal produk hewani. Produk hewani yang banyak digemari pada kalangan anak-anak salah satunya adalah sosis.

Menurut Standar Nasional Indonesia (2015), sosis daging adalah produk makanan yang diperoleh dari campuran daging halus (mengandung daging tidak kurang dari 75%) dengan tepung atau pati dengan atau tanpa penambahan bumbu dan bahan tambahan makanan lain yang diizinkan dan dimasukkan ke dalam selongsong sosis. Namun banyak sosis di pasaran yang memiliki komposisi di bawah standar dan mengandung bahan sintetik zat aditif.

Sosis merupakan salah satu sumber protein yang banyak digemari. Sehingga muncullah inovasi sosis sehat *homemade*. Sosis sehat *homemade* merupakan sosis yang dibuat sendiri di rumah menggunakan bahan yang mudah didapatkan dan sederhana dengan

penambahan berbagai jenis sayuran agar nilai gizinya lebih lengkap.

Kelurahan Manisrenggo Kota Kediri merupakan wilayah yang banyak terdapat lingkungan perumahan yang warganya berpendidikan cukup dengan rata-rata lulusan SMA, sehingga memiliki kesadaran terhadap kualitas pangan yang cukup tinggi. Warga lingkungan perumahan terutama kalangan ibu-ibu rata-rata memiliki pekerjaan sebagai pekerja kantor dan ibu rumah tangga.

Kalangan ibu di lingkungan perumahan, dalam memenuhi kebutuhan protein hewani, mereka memanfaatkan pangan segar dan pangan olahan, bersumber dari ikan, udang maupun dari hewan ternak (susu, telur, daging sapi dan daging ayam). Pangan olahan seperti yoghurt, telur asin, sosis, baso, dendeng, abon, nugget.

Pangan olahan dapat dimodifikasi dengan penambahan sayuran, sehingga nilai gizinya akan lebih lengkap. Kalangan ibu-ibu di lingkungan perumahan ini biasanya mereka membeli produk olahan. Ibu-ibu dapat memasak pangan olahan tersebut, tetapi mereka belum pernah mencoba memasak, bahkan informasi tentang hal tersebut mereka belum mendapatkan.

Berdasarkan permasalahan tersebut diatas, PKM ini akan dilaksanakan penyuluhan dan pelatihan tentang pengolahan sosis sehat *homemade* dengan sasaran ibu-ibu di lingkungan perumahan, sehingga penyuluhan dan pelatihan ini merupakan salah satu alternatif yang tepat untuk menjawab permasalahan diatas. Diharapkan melalui kegiatan PKM dapat meningkatkan kemampuan manajemen pangan sehat asal ternak sehingga kebutuhan gizi keluarga dapat tercukupi.

METODE

Kegiatan pengabdian pada masyarakat ini dilakukan selama kurang lebih 2 bulan pada kelompok ibu-ibu di lingkungan perumahan Kelurahan Manisrenggo Kota Kediri. Kegiatan pengabdian masyarakat ini meliputi 3 tahapan yaitu:

a. Tahap Persiapan yang dilakukan adalah :

1. Survei, pemilihan dan penentuan lokasi, sasaran serta penentuan permasalahan mitra.

2. Evaluasi permasalahan dan penentuan solusi yang ditawarkan dan disepakati bersama mitra.
 3. Penyusunan materi dan kelengkapan kegiatan pengabdian pada masyarakat.
- b. Tahap pelaksanaan sosialisasi dan pelatihan, meliputi :
1. Penyuluhan memahami wawasan pentingnya pemenuhan gizi sehat melalui pengolahan pengolahan sosis sehat *homemade*.
 2. Teknologi pengolahan sosis sehat *homemade*.
- c. Tahap Pembuatan Laporan Tahap pembuatan laporan diperlukan untuk menganalisis tingkat keberhasilan kegiatan, mulai dari persiapan, proses hingga capaian hasil kegiatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Penyuluhan Pentingnya Pemenuhan Gizi Sehat Melalui Pengolahan Pengolahan Sosis Sehat *Homemade*

Tugas ibu sebagai pengelola makanan keluarga memiliki peran penting dalam membuat hidangan untuk keluarga terutama yang memiliki anak balita, anak pra sekolah dan anak usia sekolah; mulai dari pemilihan bahan makanan bergizi, menyusun menu seimbang sesuai kebutuhan dan selera keluarga sangat diperlukan (Jubaedah, 2021).

Perilaku ibu dalam pemenuhan kebutuhan gizi berpengaruh terhadap gizi keluarga (Ulfiana & Has, 2019). Berbagai permasalahan gizi pada anak dapat terjadi

terutama karena kekurangan asupan zat gizi seperti protein hewani. Salah satu produk olahan yang banyak digemari di berbagai kalangan adalah sosis.

Sosis merupakan makanan yang dibuat dari daging yang telah dicincang kemudian dihaluskan dan diberi bumbu-bumbu, dimasukkan dalam pembungkus (selongsong) yang berbentuk bulat panjang dari usus hewan atau pembungkus buatan (Atma, 2015). Namun banyak sosis di pasaran yang memiliki komposisi di bawah standar dan mengandung bahan sintetik zat aditif.

Sosis merupakan salah satu sumber protein yang banyak digemari. Sehingga muncullah inovasi sosis sehat *homemade*. Sosis sehat *homemade* merupakan sosis yang dibuat sendiri di rumah menggunakan bahan yang mudah didapatkan dan sederhana dengan penambahan berbagai jenis sayuran agar nilai gizinya lebih lengkap.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan tema pangan asal ternak (sosis) sehat *homemade* dilaksanakan di lingkungan perumahan Kelurahan Manisrenggo, Kota Kediri merupakan kegiatan yang didukung oleh Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat UNISKA Kediri. Pelatihan ini dihadiri oleh 19 peserta yang terdiri dari *working mom* di lingkungan perumahan Kelurahan Manisrenggo, Kota Kediri. Ibu-ibu yang menghadiri sosialisasi ini belum mempunyai pengetahuan dalam pengolahan sosis terutama sosis sehat *homemade* asal ternak.



Gambar 1. Pemaparan Materi Sosialisasi Pangan Sehat Asal Ternak (Sosis *Homemade*)

Kegiatan sosialisasi diawali dengan pemaparan dan penjelasan terkait pentingnya pemenuhan gizi keluarga yang didapatkan dari produk asal ternak serta keunggulan sosis sehat *homemade*. Peserta pelatihan terlihat antusias dalam mengikuti kegiatan pelatihan dengan mendengar dan memperhatikan materi yang disampaikan oleh narasumber.

Peserta pelatihan juga antusias dalam berdiskusi tentang manfaat sosis sehat *homemade* bagi kesehatan tubuh, bahan-bahan yang dapat digunakan dalam pembuatan sosis sehat *homemade*, serta bagaimana pengolahan sosis sehat *homemade*.

Kegiatan sosialisasi ini dilakukan keberlanjutan dengan mengadakan pelatihan pembuatan sosis sehat *homemade* asal ternak yang akan dilaksanakan pada 4 Agustus 2024. Kegiatan sosialisasi ini diharapkan nantinya peserta dapat mempunyai wawasan terkait pangan sehat asal ternak dalam bentuk sosis *homemade*.

2. Pelatihan Pembuatan Sosis Sehat Homemade

Pembuatan sosis sehat *homemade* dimulai dengan mempersiapkan alat dan bahan. Alat yang digunakan meliputi baskom, centong, *pipping bag*, kukusan, benang, jarum, selongsong sosis edible. Bahan yang digunakan untuk pembuatan sosis sehat *homemade* pada pembuatan sosis sehat *homemade* ini meliputi daging ayam giling, daging sapi giling, baking powder, air es, putih telur, tepung maizena, serta minyak goreng. Bumbu yang digunakan dalam pembuatan sosis sehat *homemade* ini meliputi gula, garam, bawang putih bubuk, bawang bombay bubuk, pala bubuk, oregano, dan mustard. Penambahan bumbu rempah yang bervariasi menambah kualitas dan rasa dari makanan yang dibuat karena akan memberikan rasa, aroma, warna pada suatu makanan. Selain itu bumbu juga berperan dalam meningkatkan selera makan.



Gambar 2. Bahan Pembuat Sosis



Gambar 3. Pengenalan Bahan Pembuat Sosis

Proses pembuatan sosis sehat *homemade* dimulai dengan mencampurkan daging sapi dan ayam giling ke dalam baskom, lalu tambahkan gula dan garam kemudian diaduk sampai homogen hingga berserat dan lengket. Kemudian bumbu-bumbu, putih telur, baking powder, minyak dan tepung maizena dimasukkan kedalam adonan. Setelah itu,

ditambahkan air es dan diaduk kembali hingga tercampur rata. Kemudian adonan dimasukkan ke dalam *piping bag* lalu disemprotkan ke dalam selongsong sosis dan diikat setiap ujungnya, serta ditusuk-tusuk menggunakan jarum agar tidak pecah saat dikukus. Selanjutnya sosis dikukus 15-20 menit.



Gambar 4. Proses Pembuatan Sosis



Gambar 5. Sosis Sehat Homemade

Setelah sosis sehat *homemade* jadi, peserta kemudian melakukan pengujian kualitas yang meliputi uji rasa, aroma, dan tekstur. Sosis sehat *homemade* yang baik memiliki aroma sedap dan rasa gurih dari penggunaan bahan yang bervariasi serta memiliki tekstur yang kenyal diluar dan lembut di dalam. Berdasarkan hasil pelatihan, peserta

menyukai sosis sehat *homemade* yang dibuat.

3. Evaluasi Kegiatan

Evaluasi kegiatan pelatihan yang telah dilakukan menunjukkan pelatihan selesai dengan baik, tepat waktu, lancar dan peserta dapat menyelesaikan kegiatan pembuatan sosis sehat *homemade*

Tabel 1. Evaluasi Hasil Pelaksanaan Pelatihan Pembuatan Sosis Sehat *Homemade*

No.	Pertanyaan	Pre test		Post test	
		Ya	Tidak	Ya	Tidak
1	Peserta mengetahui olahan sosis sehat <i>homemade</i>	5%	95%	100%	0%
2	Peserta pernah mengonsumsi sosis sehat <i>homemade</i>	0%	100%	100%	0%
3	Peserta mengetahui prosedur pembuatan sosis sehat <i>homemade</i>	0%	100%	100%	0%

Tabel 1 menjelaskan bahwa pengetahuan peserta terkait sosis sehat *homemade* masih sangat minim, bahkan seluruh peserta belum tau dan belum pernah membuat sosis sehat *homemade*. Namun

setelah diadakan penyuluhan dan pelatihan ini, pengetahuan para peserta menjadi meningkat terkait pentingnya dan bagaimana proses pengolahan sosis sehat *homemade*.



Gambar 6. Foto Bersama dengan Peserta Pelatihan

Harapan ke depan para peserta dapat membuat sendiri sosis sehat *homemade* untuk memenuhi kebutuhan gizi asal ternak untuk keluarga mereka sendiri serta membuka peluang usaha bagi para peserta yang memiliki jiwa wirausaha.

KESIMPULAN

Kesimpulan penyuluhan dan pelatihan ini adalah seluruh kegiatan terlaksana dengan baik dan lancar. Seluruh peserta pelatihan dapat menyelesaikan kegiatan dan pengetahuan akan pengolahan sosis sehat *homemade* meningkat dari 5% menjadi 100% yang mengetahui olahan sosis sehat *homemade* serta dari 0% menjadi 100% yang pernah mengkonsumsi dan mengetahui prosedur pembuatan sosis sehat *homemade*.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada LPPM Universitas Islam Kadiri Kediri yang telah memberikan dana hibah internal. Ucapan terima kasih juga kami sampaikan kepada para ibu-ibu lingkungan perumahan di Kelurahan Manisrenggo, Kota Kediri.

DAFTAR PUSTAKA

Atma (2015). Masyarakat yang mengkonsumsi sosis karena sosis merupakan makanan siap saji dan memiliki kandungan gizi tinggi terutama protein (Purnomo

2007).', 7(2).

Badan Pusat Statistik. (2022). Profil Angkatan Kerja Perempuan Provinsi Jawa Timur 2022. Fitri, N., Sulistyarini, R., & Windarti, Y. (2020). Pemberdayaan Perempuan/Ibu Tunggal Melalui Pelatihan Pembuatan Produk Industri Rumah Tangga Halal dan Sehat Sebagai Usaha Peningkatan Self Efikasi Diri Dalam Berwirausaha. *JAMALI -Jurnal Abdimas Madani dan Lestari*, 26-37.

Jubaedah, Y. (2021) . Upaya Peningkatan Gizi Keluarga Melalui Program Pelatihan Diversifikasi Ikan Nila Bagi Wanita Kelompok Tani Di Desa Sukamanah Kecamatan Rancaekek Kabupaten Bandung', *Lentera Karya Edukasi*, 1(3), pp. 147-152. Available at: <https://doi.org/10.17509/lekaedu.v1i3.42203>.

Ulfiana, E. and M.Has, E.M. (2019) 'Pemberdayaan Kaum Ibu Melalui Pengolahan Susu Kedelai Sebagai Upaya Peningkatan Gizi Keluarga', *Jurnal Pengabdian Masyarakat Dalam Kesehatan*, 1(1), p. 21. Available at: <https://doi.org/10.20473/jpmk.v1i1.12327>.