

Pengolahan Daging Ayam menjadi Nugget Sebagai Upaya Peningkatan Gizi Keluarga

Handayani Indah Susanti*

¹Jurusan Ilmu Peternakan, Fakultas Sains dan Teknologi, Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar. Indonesia

*e-mail: handayaniindahsusanti@gmail.com

ABSTRAK

Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan, pelatihan dan pendampingan kepada masyarakat Majelis Taklim Ummu Salamah dalam pengolahan daging ayam menjadi nugget sebagai upaya peningkatan gizi keluarga. Program pengabdian kepada Masyarakat (PkM) melalui penyuluhan dalam upaya pemenuhan kebutuhan gizi keluarga sangat penting demi membangun keluarga yang sehat dan dapat beraktivitas dengan optimal. Keamanan dan kesehatan makanan merupakan kunci utamanya sehingga perlu peran aktif ibu dalam mengatasi persoalan tersebut. Melalui pengabdian masyarakat pengolahan daging ayam menjadi nugget, para peserta pengabdian dapat bertambah pengetahuan dan keterampilannya dalam mengolah bahan pangan daging ayam menjadi makanan yang sehat, bergizi, bersih dan terjamin keamanannya. Serta lebih ekonomis karena dibuat sendiri menggunakan bahan yang mudah didapat.

Kata kunci : pengolahan; nugget ayam; gizi.

ABSTRACT

This dedication to the society aims to provide knowledge, training and assistance to the people of the Majelis Taklim Ummu Salamah in processing chicken meat into nuggets as an effort to improve family nutrition. Community service program Fulfilling family nutritional needs is very important to build a healthy family and be able to carry out activities optimally. Food safety and health is the main key so that the mother's active role is needed in overcoming this problem. Through community service processing chicken meat into nuggets, service participants can increase their knowledge and skills in processing chicken meat into food that is healthy, nutritious, clean and guaranteed safety. As well as more efficient because it is made by yourself using materials that are easily available.

Keywords: *processing; chicken nuggets; nutrition.*

Copyright (c) 2023 Handayani Indah Susanti.



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

PENDAHULUAN

Daging ayam merupakan salah satu pangan asal hewani yang memiliki kandungan gizi yang tinggi. Kandungan protein dan vitamin dari daging ayam sangat bermanfaat jika dikonsumsi dalam jumlah yang cukup dan seimbang (Sukaryani et al., 2021). Kandungan protein dalam 100 gram daging ayam adalah sebesar 18%, selain itu Sejumlah nutrisi seperti kalsium, magnesium, fosfor, kalium, natrium, juga beberapa vitamin. Vitamin pada kandungan daging ayam seperti vitamin C, vitamin B1, vitamin D, vitamin B-12, vitamin A, vitamin K, folat, juga riboflavin dan niacin. Selain itu, harganya yang cukup terjangkau serta mudah didapat menjadikannya primadona di

kalangan ibu rumah tangga untuk diolah menjadi berbagai jenis sajian masakan. Konsumsi daging ayam/kapita per tahun pada tahun 2020 sebesar 15,5 kg menurut data Gabungan Pengusaha Pembibitan Unggas (GPPU). Tingginya tingkat konsumsi daging ayam ini memberikan gambaran peranannya terhadap status gizi masyarakat Indonesia. Melihat hal tersebut, sangat disayangkan apabila daging ayam yang selama ini menjadi salah satu sumber gizi keluarga, tidak diolah dengan berbagai menu yang variatif guna meningkatkan nilai gizinya serta semakin disukai oleh anggota keluarga (Raisawati et al., 2012). Apalagi jika hanya bergantung pada produk instan yang relatif lebih mahal dari segi harga serta risiko kandungan zat pengawet yang berlebihan masuk ke dalam tubuh jika dikonsumsi dalam jangka panjang yang dikhawatirkan memicu gangguan kesehatan. Selain itu marak pula jajanan pinggir jalan yang dikonsumsi oleh anggota keluarga terutama anak-anak, yang tidak terjamin keamanan dan kebersihannya.

Kondisi tersebut menjadi latar belakang untuk turun langsung berbagai ilmu mengenai kandungan gizi daging ayam dan praktik pengolahannya menjadi nugget. Nugget yang dibuat sendiri di rumah, tidak hanya lebih ekonomis namun terhindar dari pengawet serta lebih terjamin kebersihannya. Olahan daging ayam menjadi nugget ini dipilih karena dapat disimpan dalam jangka waktu tertentu sehingga lebih ekonomis dan rasanya juga disukai segala umur (Susilowati et al., 2020).

Kegiatan penyuluhan ini menyasar pada ibu rumah tangga sehingga Jurusan Ilmu Peternakan bekerja sama dengan Majelis Taklim Ummu Salamah di Kabupaten Gowa dengan tema "Peningkatan Gizi Keluarga melalui Pengolahan Daging Ayam menjadi Nugget". Kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan wawasan dan keterampilan para ibu-ibu rumah tangga yang tergabung dalam majelis taklim khususnya dalam mengolah daging ayam dalam berbagai aneka olahan dengan nilai gizi yang tinggi. Dengan demikian diharapkan ibu-ibu rumah tangga selain menjalankan kesehariannya di rumah, juga mampu membantu perekonomian keluarga secara mandiri (Awaluddin et al., 2022, Yanti et al., 2022, Lilik Nurcholidah, 2018).

METODE

Mitra dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini yaitu kelompok Majelis Taklim Ummu Salamah BTN Nusa Tamarunang, Kabupaten Gowa. Kegiatan pengabdian dilakukan dalam bentuk penyuluhan (Basuki et al., 2022) dan pelatihan (Bukhari, 2022; Pitriani, 2022) serta pemberdayaan (Amran, 2023) masyarakat. Pelatihan ini meliputi pemaparan teori dasar mengenai pengolahan daging ayam menjadi nugget dengan beberapa bahan, lalu dilanjutkan diskusi dengan peserta, serta praktik secara langsung (Darmadi et al., 2019; Mulyani et al., 2022).

Berikut adalah alat yang digunakan pada pengabdian yakni: lender/chopper, baskom, sendok, kompor, wadah, mangkuk kecil, plastik sarung tangan, panci, pisau. Bahan yang digunakan adalah satu kg daging ayam, satu bungkus roti tawar, sekotak susu cair, satu bungkus tepung maizena, dua buah es batu, satu siung bawang putih, lima siung bawang merah, lima bungkus lada halus, satu kilogram wortel, sepuluh butir telur ayam, dan satu bungkus tepung roti.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan penyuluhan dan sosialisasi disampaikan kepada Ibu-Ibu majelis taklim dalam pengolahan daging ayam menjadi nugget dengan bahan roti tawar dan ekstrak wortel. Penyampaian materi sekaligus sosialisasi dalam kegiatan ini (Gambar 1) yaitu membahas mengenai daging, chicken nugget, tahapan pembuatan nugget, reaksi yang terjadi selama pembuatan nugget, serta alat dan bahan yang diperlukan dalam membuat nugget ayam dari roti tawar dan ekstrak wortel. Selain itu disampaikan materi mengenai bahan alternatif substitusi dalam pengolahan daging Ayam dan fungsinya. Materi yang disampaikan merupakan bagian dari tema pengolahan daging ayam. Setiap peserta diberikan soft file materi agar dapat dibuka kembali jika lupa dalam praktek di rumah masing-masing. Setelah kegiatan praktek pembuatan nugget selesai, peserta diperbolehkan membawa hasilnya.



Gambar 1. Pemaparan materi oleh narasumber

Pada acara praktik pembuatan nugget (Gambar 2), pemateri memperlihatkan contoh dan cara mengerjakannya bagaimana membuat nugget dengan menggunakan bahan-bahan yang mudah didapat dan alat-alat dapur yang umum tersedia di rumah (Mughtar & Bahar, 2022; Paulini, R. Anjalani, 2023; Yanti et al., 2022). Praktik dimulai dengan penimbangan bahan-bahan, pencampuran, dan penggorengan serta pengukusan nugget.



Gambar 2. Praktik pembuatan nugget

Hasil yang diperoleh dari Pengabdian kepada masyarakat ini adalah mitra memiliki pengetahuan teknologi terapan yang mudah dan murah untuk mereka lakukan sendiri nantinya. Kegiatan berjalan lancar dan para peserta pengabdian sangat antusias dalam memperhatikan kegiatan pengabdian ini. Selain itu, peserta juga aktif bertanya yang ada kaitannya dengan pengolahan daging ayam yang disampaikan dalam kegiatan tersebut. Harapannya, peserta dapat memproduksi dan menjual olahan nugget tersebut secara berkelanjutan.

Pengabdian ini merupakan upaya untuk menimbulkan kesadaran bagi para ibu-ibu rumah tangga, bahwa menjadi seorang ibu rumah tangga itu harus cerdas, termasuk cerdas dalam menyediakan pangan dalam hal ini pemenuhan gizi keluarga. Kegiatan ini agar dapat dipraktikkan kembali di rumah masing-masing dan dapat menjadi salah satu alternatif cemilan keluarga, bahkan dapat dijual untuk meningkatkan ekonomi keluarga.

KESIMPULAN

Program pengabdian penyuluhan Pemenuhan kebutuhan gizi keluarga sangat penting demi membangun keluarga yang sehat dan dapat beraktivitas dengan optimal. Keamanan dan kesehatan makanan merupakan kunci utamanya sehingga perlu peran aktif ibu dalam mengatasi persoalan tersebut. Melalui pengabdian masyarakat pengolahan daging ayam menjadi nugget, para peserta pengabdian dapat bertambah pengetahuan dan keterampilannya dalam mengolah bahan pangan daging ayam menjadi makanan yang sehat, bergizi, bersih dan terjamin keamanannya. Serta lebih ekonomis karena dibuat sendiri menggunakan bahan yang mudah didapat.

Ke depannya, diharapkan keterampilan tersebut dapat diaplikasikan oleh peserta sehingga selain meningkatkan keterampilan peserta, juga menjadi sumber penghasilan tambahan dengan apabila mampu membuat nugget dalam jumlah banyak dan dijual. Potensi pengolahan ini tidak hanya berhenti pada pemanfaatan daging ayam sebagai nugget namun juga sumber pangan hewani lain yang dapat didiversifikasi menjadi berbagai olahan ekonomis dan bergizi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Jurusan Ilmu Peternakan Fakultas Sains dan Teknologi Universitas Islam Negeri Makassar yang telah memberikan dukungan terhadap pengabdian ini

REFERENSI

- Amran, A. N. (2023). *Pemberdayaan Kader dan Edukasi Kepada Ibu Hamil dalam Upaya Pencegahan Stunting Pada Balita di Wilayah Puskesmas Kalumata, Kota Ternate*. BARAKATI: Journal of Community Service, 1(2), 38–43.
- Awaluddin, Sri Prilmayanti, Abdullah, Indrawan Azis, Nurani, M. (2022). *Pelatihan Produksi dan Pemasaran Produk Nugget Nabati untuk Membentuk Wirausaha Baru di Bonto Langkasa Kabupaten Pangkep*. Jurnal Pengabdian UNDIKMA: Jurnal Hasil Pengabdian & Pemberdayaan Kepada Masyarakat, 3(2), 221–232.

- Basuki, N., Sidayat, M., Djumadil, N., Ibrahim, K., Kaddas, F., Fatmawati, M., Dewi, E. K., & Suhardi, S. (2022). *Penyuluhan Pengasapan Ikan Cakalang Menggunakan Asap Cair di Desa Aketobatu Kecamatan Oba Tengah Kota Tidore Kepulauan*. BARAKATI: Journal of Community Service, 1(1), 26–30.
- Bukhari, M. R. (2022). *Pelatihan Fermentasi Tempe*. BARAKATI: Journal of Community Service, 1(1), 10–14.
- Darmadi, N. M., Pandit, I. G. S., & Sugiana, I. G. N. (2019). *Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) Nugget Ikan (Fish Nugget)*. Community Services Journal (CSJ), 2(1), 18–22.
- Lilik Nurholidayah, I. S. (2018). *Pemberdayaan Ekonomi Masyarakat Melalui Inovasi Pengolahan Kangkung Yang Bernilai Ekonomi Rendah Menjadi Produk Nugget Yang Bergizi Dan Bernilai Ekonomi Tinggi Di Desa Bakalanpule Kecamatan Tikung Kabupaten Lamongan*. Abdimas Berdaya: Jurnal Pengabdian Masyarakat, 1(2).
- Muchtar, F., & Bahar, H. (2022). *Edukasi Pembuatan Nugget Ikan Sebagai Upaya Pemanfaatan Potensi Perikanan di Desa Mekar Kecamatan Soropia Kabupaten Konawe*. Jurnal Pengabdian Masyarakat Bidang Sains Dan Teknologi, 1(4), 526–533. <https://doi.org/10.55123/abdikan.v1i4.1118>
- Mulyani, I., Yolandika, C., Metalisa, R., Darfia, N. E., Lesmana, I., Manajemen, S., Perairan, S., Riau, U., Studi, P., Perikanan, A., Riau, U., Studi, P., Perairan, B., Riau, U., Kualu, D., Tambang, K., & Tambang, K. (2022). *Penyuluhan Pembuatan Nugget Ikan Lele sebagai Solusi Camilan Sehat untuk Anak di Desa Kualu Kecamatan Tambang Kabupaten Kampar Provinsi Riau*. Jurnal Pengabdian Nasional, 3(1), 61–69.
- Paulini, R. Anjalani, N. R. (2023). *Pelatihan Pengolahan Hasil Peternakan di Kelompok Ibu-ibu PKK*. Buletin Udayana Mengabdikan, 22 Nomor 0, 212–217.
- Pitriani, P. E. (2022). *Pelatihan Pembuatan Donat Secara Fermentasi*. BARAKATI: Journal of Community Service, 1(1), 15–19.
- Raisawati, T., Susilo, E., & Parwito. (2012). *Pengolahan Daging Ayam Menjadi Nugget Di Desa Banyumas Lama, Kecamatan Kerkap Bengkulu Utara*. PAKDEMAMAS : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat, Faperta Unras, 1(1), 25–32.
- Sukaryani, S., Yakin, E. A., Purwati, C. S., Peternakan, P. S., Pertanian, F., Veteran, U., & Nusantara, B. (2021). *Penyuluhan dan Pelatihan Pembuatan Nugget , Bakso Daging Ayam Petelur Afkir Kombinasi Rumput Laut Pada Kelompok Ibu-Ibu Kader Posyandu “ Mawar ” Perumahan Barat Dusun Karangduren Desa Jati)*. Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia (JPMI), 1(6), 385–391.
- Susilowati, D., Diana, M. S. C., Bahri, A. P. M., Prastika, K. Y., Cahyo, Y. D., Saputra, F. E., Khowi, M. A., Kusni, A., & Albab, U. (2020). *Peningkatan Kapasitas Masyarakat Melalui Pelatihan Olahan Nugget Sawi Putih Dan Wortel*. Prosiding Seminar Nasional Abdimas Ma Chung, 170–178.

Yanti, Y., Riyanto, J., Dewanti, R., Cahyadi, M., & Wati, A. K. (2022). Pemberdayaan Ibu-ibu PKK di Kelurahan Tawangrejo Wonogiri dengan Pelatihan Pembuatan Nugget dan Sosis yang Mengandung Serat. PRIMA: Journal of Community Empowering and Services, 6(1), 46–53.