

Pelatihan Pembuatan Gula Merah Cair Untuk Menambah Produk Pada Koperasi Selaras Hati Utama

Nova Wisnianingsih¹, Agus Nurrokhman², Surasa³

^{1,2,3}Fakultas Teknik, Program Studi Teknik Industri, Universitas Pamulang

e-mail : 1dosen02276@unpam.ac.id, 2dosen02221@unpam.ac.id 3dosen02627@unpam.ac.id

Abstrak/Abstract

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan dan pelatihan tentang pembuatan gula merah cair untuk menambah produk yang dapat dilakukan dengan mudah dengan metode yang sederhana secara sederhana disertai dengan contoh praktis yang mudah untuk dilakukan oleh para anggota koperasi Selaras Hati Utama di Perumahan Tamansari Bukit Damai Kecamatan Gunung Sindur-Bogor. Pelatihan tersebut meliputi bahan apa yang digunakan, peralatan apa saja yang dibutuhkan, komposisi yang digunakan, metode atau cara memprosesnya serta apa saja yang dilakukan, hal-hal apa saja yang mesti dihindari, kualitas bahan seperti apa yang masuk kriteria, serta penyajian dalam bentuk produk gula merah cair ini yang siap untuk dikonsumsi maupun dipasarkan. Dari evaluasi didapatkan persentase pemahaman audiens pada manfaat gula merah cair diperoleh nilai 30% untuk kriteria sangat paham, 55% untuk kriteria paham, dan 15% untuk yang kurang paham. Untuk pemahaman pada alat dan bahan gula merah cair, diperoleh nilai 55% untuk kriteria sangat paham, 45% untuk kriteria paham, dan 0% untuk yang kurang paham. Sedangkan pada pemahaman pembuatan gula merah cair, diperoleh nilai 30% untuk kriteria sangat paham, 55% untuk kriteria paham, dan 15% untuk yang kurang paham.

Kata kunci: Gula Merah Cair, Produk Baru, Minuman Kesehatan.

1. PENDAHULUAN

Koperasi Selaras Hati Utama (SHU) yang bertempat di perumahan Tamansari Bukit Damai, kelurahan padurenan Kecamatan Gunung Sindur- Bogor. Koperasi SHU berdiri di akhir tahun 2020 sesuai akte pendirian tepatnya 01 November 2020 dan baru mulai disisi pada pertengahan Desember 2020. Anggota koperasi ini semua masyarakat yang dengan suka rela mau bergabung atau mendaftarkan diri sebagai anggota koperasi SHU.

Sampai saat ini anggota koperasi dari masyarakat sekitar baik di lingkungan perumahan Tamansari Bukit Damai dan warga di kelurahan wilayah Kecamatan Gunung Sindur. Sebagai koperasi yang baru di bentuk tentu masih membutuhkan kerja keras dari segenap anggotanya untuk bisa menjalankan koperasi ini demi kelangsungan hidup koperasi. Sebagaimana konsep berkoperasi adalah dari anggota, oleh anggota dan untuk anggota maka kami melihat perlu adanya pembinaan dan pelatihan bagi para anggota koperasi agar setiap anggota memiliki kemampuan untuk menghasilkan produk yang bisa di suplay ke koperasi untuk dipasarkan dan pada akhirnya memberikan keuntungan secara ekonomi bagi para anggota dan juga koperasi secara organisasi.

Anggota koperasi terdiri dari palaku usaha, pegawai dengan kondisi pekerjaan yang berbeda-beda ada juga profesi sebagai pedagang, maupun masyarakat biasa (ibu rumah tangga). Sasaran pelatihan ini selain kepada anggota koperasi inti juga para ibu-ibu rumah tangga dari istri para anggota koperasi yang mau belajar dalam pelatihan ini. Pelatihan ini selain memiliki tujuan kemandirian dalam ekonomi keluarga pelatihan pembuatan produk gula merah cair ini juga melihat peluang dan perkembangan pademik yang masih merebak sampai saat ini. Di masa pandemik ini dengan new normal semua masyarakat dihimbau agar selalu menjalankan protokol kesehatan memakai masker, mencuci tangan dan menjaga jarak tetapi juga diperlukan asupan makanan yang bergizi dan sehat. Produk yang berbahan dasar gula merah ini baik untuk menjaga tubuh agar mengurangi gula yang berlebih pada tubuh.

Gula merah dengan nama latinnya *Arenga Pinnata* ini begitu familiar di Indonesia dan gula merah atau gula aren adalah pemanis yang dibuat dari nira yang berasal dari tandan bunga jantan pohon enau. Gula aren biasanya juga diasosiasikan dengan segala jenis gula yang dibuat dari nira, yaitu cairan yang dikeluarkan dari bunga pohon dari keluarga palma, seperti kelapa dan aren.

Dibanding gula pasir, gula merah atau gula Jawa digadang-gadang merupakan alternatif pemanis yang relatif lebih aman. Mengapa demikian? Apakah memang manfaat gula merah lebih baik dibanding gula yang berbentuk kristal putih tersebut? Menurut Standar Nasional Indonesia, gula merah adalah sebutan untuk gula yang dihasilkan dari nira pohon palma. Pohon palma sendiri ada beberapa jenis, namun yang biasa digunakan untuk bahan baku pembuatan gula merah adalah pohon aren (*Arenga pinnata*), nipah (*Nypafruticans*), siwalan (*Borassua flabellifera*), dan kelapa (*Cocos nucifera*).

Proses pembuatan gula merah sendiri boleh dibilang lebih rumit dari pembuatan gula pasir. Gula merah seringkali dikatakan lebih baik daripada gula pasir, hal ini disebabkan oleh indeks glikemik gula merah yang lebih rendah dari gula pasir. Indeks glikemik untuk gula pasir sendiri berada di angka 70 sedangkan untuk gula merah di angka 55.

Meskipun begitu tetap harus diperhatikan, bukan berarti indeks glikemiknya yang lebih rendah membuat bisa dikonsumsi tanpa batasan. Gula merah juga seringkali diolah dengan bahan pangan lain yang juga bisa mengandung karbohidrat seperti dijadikan kue, diminum bersama boba, ataupun juga olahan lain yang bisa membuat kalorinya semakin tinggi setiap kali dikonsumsi. Beberapa orang kerap membedakan gula merah dan gula aren. Padahal dari deskripsi tersebut, gula aren termasuk dalam gula merah, sedangkan gula merah belum tentu gula aren karena bisa juga dibuat dengan bahan nipah, siwalan, atau yang paling umum adalah dari nila kelapa.

Benarkan gula merah lebih baik dari gula pasir? Apa pun bahan bakunya, manfaat gula merah memang lebih banyak dibanding gula pasir yang terbuat dari tanaman tebu. Bahkan, para ahli gizi kerap melabeli gula pasir sebagai bahan makanan yang tinggi kalori dan nol nutrisi, sedangkan gula merah memiliki berbagai manfaat karena kandungannya yang mengandung nilai gizi yang berguna bagi tubuh manusia.

Berikut beberapa perbedaan mendasar gula merah dan gula pasir dari segi kesehatan:

1. Indeks *glikemik*

Meski rasanya sama-sama manis, gula pasir dan gula merah memiliki perbedaan indeks glikemik yang cukup signifikan. Menurut The Philippine Food and Nutrition Research Institute, gula merah memiliki indeks glikemik 35 atau tergolong rendah (<55), sedangkan gula pasir memiliki indeks glikemik 64 atau nyaris tinggi (>70). Indeks glikemik sendiri menggambarkan kecepatan karbohidrat dalam gula diserap oleh tubuh. Semakin tinggi indeks glikemik makanan yang Anda konsumsi, semakin cepat karbohidrat diserap oleh tubuh sehingga mengakibatkan melesatnya kadar gula dalam darah yang bila terjadi terus menerus akan menaikkan risiko Anda terkena diabetes tipe 2.

2. Kandungan nutrisi

Meski memiliki indeks glikemik rendah, gula merah juga mengandung sejumlah gizi yang tidak terdapat di gula pasir, seperti mangan, boron, nitrogen, dan fosfor. Selain itu, kandungan nutrisi pada gula merah yang lebih tinggi dari gula pasir adalah zinc, zat besi, kalium, dan magnesium. Kandungan inilah yang membuat manfaat gula merah juga lebih superior dibanding gula pasir.

Manfaat gula Jawa yang paling bisa Anda rasakan adalah menambah cita rasa masakan menjadi berbeda dan khas, misalnya pada minuman cendol atau bubur kacang hijau. Selain itu, kandungan nutrisi pada gula merah juga diyakini bisa mendatangkan manfaat kesehatan, seperti:

1. Sumber energi yang baik

Gula merah mungkin memiliki rasa manis yang kurang kuat dibanding gula pasir, namun mengandung sukrosa yang sangat tinggi mencapai 84 persen berbanding 20 persen pada gula putih. Kandungan ini membuat gula merah dapat menjadi sumber energi yang lebih baik. Ditambah indeks glikemik yang rendah, maka gula merah dapat dijadikan alternatif sumber

makanan/minuman manis yang biasa disantap ketika berbuka puasa. Selain energi Anda cepat tergantikan, kadar gula darah juga tidak akan meroket dalam sekejap.

2. Meningkatkan daya tahan tubuh

Manfaat gula merah lainnya adalah meningkatkan daya tahan tubuh karena adanya kandungan zat besi yang tinggi, niasin, dan lain-lain. Kandungan tersebut juga dipercaya dapat mencegah anemia, mempercepat peredaran darah, dan menjaga kadar kolesterol tubuh tetap stabil.

3. Meredakan sakit perut

Dalam pengobatan tradisional, gula merah juga kerap dijadikan campuran pada obat pereda sakit perut. Ramuan yang sama juga dipercaya dapat meredakan demam, meski klaim ini masih perlu diteliti lebih lanjut.

Jika mengonsumsi dengan jumlah banyak, gula merah juga bisa meningkatkan asupan kalori harian. Hal ini bisa membuat peningkatan berat badan dan juga risiko masalah kesehatan seperti:

1. Penyakit diabetes
2. Obesitas
3. Gangguan jantung
4. Sindrom metabolik

2. METODE PENGABDIAN

a. Khalayak Sasaran

Sasaran dalam kegiatan ini terbuka bagi seluruh warga masyarakat dari mulai anak-anak, remaja sampai orang dewasa di Koperasi Selaras Hati Utama (SHU) yang bertempat di perumahan Tamansari Bukit Damai, kelurahan padurenan Kecamatan Gunung Sindur-Bogor.

b. Metode Kegiatan

Metode yang digunakan dalam kegiatan program ini adalah sebagai berikut:

1. Tahap persiapan
Pada tahap ini dilakukan dengan pendekatan kepada pengurus koperasi Selaras Hati Usaha untuk mengetahui apa yang menjadi kebutuhan bagi pengembangan kopersi dan para anggotanya
2. Peninjauan lapangan serta melakukan presentasi materi mengenai manfaat produk bahan dari gula merah untuk menjaga kesehatan tubuh sekaligus sebagai peluang usaha untuk menciptakan ekonomi mandiri dimasa pandemik virus covid 19 saat ini
3. Pelatihan mengenai pembuatan produk gula merah cair secara sederhana disertai dengan contoh praktis yang mudah untuk dilakukan oleh anggota koperasi Selaras Hati Usaha (SHU).

c. Tahapan Kegiatan

Dalam kegiatan ini akan dilakukan beberapa tahapan diantaranya:

1. Pra Pelatihan, yaitu dengan cara memberikan edukasi pengetahuan tentang peluang usaha dengan memanfaatkan sumberdaya alam yang tersedia disekitar dan mudah diperoleh. Memberikan pengetahuan tentang manfaat produk berbahan dasar gula merah terhadap kesehatan manusia. Kita dapat mengganti penggunaan gula pasir dengan gula merah cair ini yang dapat dicampurkan ke dalam minuman teh, kopi dan susu.
2. Pelatihan, yaitu dengan memberikan pelatihan pembuatan produk gula merah cair yang dapat dilakukan dengan mudah dengan metode yang sederhana secara sederhana disertai dengan contoh praktis yang mudah untuk dilakukan oleh para anggota koperasi Selaras Hati Utama di Perumahan Tamansari Bukit Damai Kecamatan Gunung Sindur-Bogor. Pelatihan tersebut meliputi bahan apa yang digunakan, peralatan apa saja yang

dibutuhkan, komposisi yang digunakan, metode atau cara memprosesnya serta apa saja yang dilakukan, hal - hal apa saja yang mesti dihindari, kualitas bahan seperti apa yang masuk kriteria, serta penyajian dalam bentuk produk gula merah cair ini yang siap untuk dikonsumsi maupun dipasarkan.

3. Setelah Pelatihan kemudian dilakukan evaluasi yang pertama evaluasi terhadap para peserta pelatihan seberapa paham terhadap cara melihat peluang usaha dengan memanfaatkan bahan baku gula merah yang banyak tersedia di lingkungan dan manfaat produk gula merah cair sebagai produk pengganti gula pasir agar jauh dari penyakit diabetes. Yang kedua evaluasi terhadap pelatihan cara pembuatan produk gula merah cair apakah para peserta mampu dan bisa dalam mengimplementasikan pembuatan produk gula merah cair dengan metode sederhana dengan skala rumahan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Materi Pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat

Untuk pelatihannya adalah dengan menyiapkan alat dan bahan terlebih dahulu kemudian mengikuti prosesnya yang akan diuraikan sebagai berikut:

Bahan – bahan yang digunakan adalah :

1. Gula Aren
2. Gula Pasir
3. Air

Peralatan yang digunakan:

1. Kompor
2. Wajan
3. Pengaduk
4. Saringan

Proses Pembuatan:

1. Pertama-tama timbang 950 gram gula aren dan 50 gram gula pasir, tambahkan sedikit air sebagai pengencer.
2. Kemudian masak sampai mengental.
3. Saring dengan saringan halus agar kotoran terpisahkan
4. Dinginkan dan kemas

b. Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat

1. Foto Pelaksanaan

Dengan adanya kegiatan PKM ini, diharapkan anggota koperasi dapat membuat sendiri produk gula merah cair tersebut sehingga dapat menambah produk pada koperasi ini. Berikut foto-foto kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.





Gambar 1. Foto Kegiatan PKM

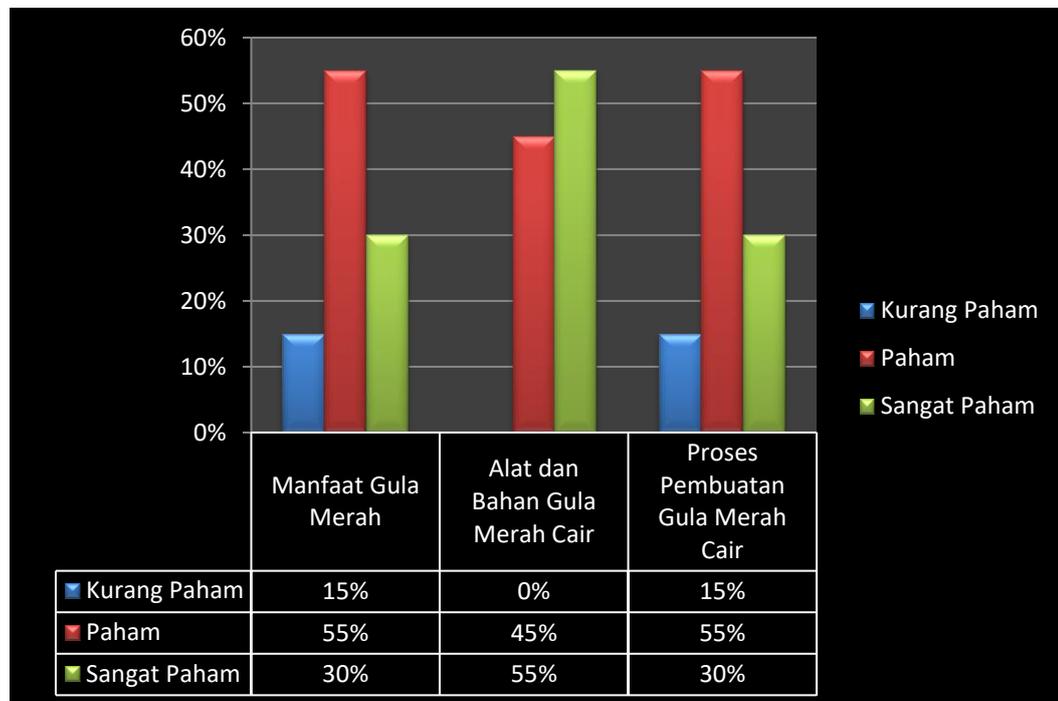
2. Evaluasi Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat

Dari pengabdian yang dilakukan pada Koperasi Selarah Hati Utama pada tanggal 03 April 2021 dapat berjalan dengan lancar dan memberikan manfaat bagi anggota koperasi, banyak anggota yang terinspirasi dengan produk ini mengingat sebentar lagi memasuki bulan puasa, sehingga dapat dimanfaatkan sebagai produk pemanis untuk berbuka puasa, bahkan ada yang terinspirasi sebagai campuran untuk petis buah dengan

menambahkan cabai saja. Dari pengabdian ini diharapkan akan menambah pemasukan bagi anggota Koperasi Selaras Hati Utama ini.

3. Grafik Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat

Dari materi dan pelatihan yang telah disampaikan pada waktu PKM maka diperoleh hasil pencapaian materi dan tanya jawab yang telah disampaikan adalah seperti pada grafik dibawah ini :



Gambar 2. Grafik Efektifitas PKM dan Persentase Pemahaman Audiens

Dari gambar grafik efektifitas PKM dan persentase pemahaman audiens diperoleh data pemahaman audiens pada manfaat gula merah cair diperoleh nilai 30% untuk kriteria sangat paham, 55% untuk kriteria paham, dan 15% untuk yang kurang paham. Untuk pemahaman pada alat dan bahan gula merah cair, diperoleh nilai 55% untuk kriteria sangat paham, 45% untuk kriteria paham, dan 0% untuk yang kurang paham. Sedangkan pada pemahaman pembuatan gula merah cair, diperoleh nilai 30% untuk kriteria sangat paham, 55% untuk kriteria paham, dan 15% untuk yang kurang paham.

4. SIMPULAN

Berdasarkan pelaksanaan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat yang telah dilakukan, diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Ada beberapa solusi yang dapat dilakukan untuk meningkatkan penjualan di Koperasi Selaras Hati Utama yaitu menambah produk dan membuat strategi pemasaran produk.
2. Dari pelatihan pembuatan gula merah cair dapat digunakan sebagai tambahan produk pada Koperasi Selaras Hati Utama dan penghasilan juga jika ingin dikembangkan menjadi usaha mandiri.

5. SARAN

Adapun saran dalam pengabdian kepada masyarakat ini adalah sebagai berikut:

1. Dalam pelaksanaan PKM tetap harus menerapkan protokol kesehatan yang telah dihimbau oleh pemerintah dan menjaga kesehatan diri sendiri.
2. Untuk kekentalan gula merah cair usahakan tidak terlalu kental agar masih bisa lewat di penyaringan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Universitas Pamulang, LPPM Universitas Pamulang, anggota Koperasi Selaras Hati Utama yang telah memberi dukungan terhadap keberhasilan pengabdian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Balai Penelitian Kelapa dan Palma Lain. 2007. *Sumber Benih dan Teknologi*. Pembibitan Aren. <http://puslitbangbun@litbang.deptan.go.id>
- Hadi, S. 1991. *Distribution and potential of arenga palm in the outer islands of Indonesia*. Pengumuman (Edisi khusus) No.15 Thn.1991: 3-8. Pusat Penelitian dan Pengembangan Hasil Hutan, Bogor.
- Heyne, K., 1950. *Tumbuhan Berguna Indonesia*. Jilid I. Terjemahan oleh Badan Litbang Kehutanan, Jakarta. 615 p.
- Ismanto, A. et al. 1995. *Pohon Kehidupan : Aren (Arenga pinnata Merr.)*. Badan Pengelola Gedung Manggala Wanabakti dan Prosea Indonesia, Jakarta. Hal.7-13.
- Iswanto, A.H., 2009. *Aren (Arenga pinnata Merr.)*. Departemen Kehutanan, Fakultas pertanian Universitas Sumatera Utara, Medan.
- <https://www.suara.com/bisnis/2020/09/15/150611/ini-sektor-usaha-yang-terdampak-corona-paling-parah-versi-bps>