

**PEMANFAATAN SOLE SEBAGAI MEDIA PENGHANTAR PANAS DALAM  
PEMBUATAN BABAE MAKAN KHAS NIAS SELATAN**

**Darmawan Harefa**

STKIP Nias Selatan

E-mail: harefadarmawan@gmail.com

**ABSTRAK**

Masyarakat Nias pada umumnya dan terkhusus masyarakat Nias Selatan banyak jenis makanan tradisional yang dikelola secara sederhana. Salah satu masakan tradisional disini adalah *Baebae* atau *babae* adalah makanan khas Nias Selatan yang mengasup protein dan vitamin dari kacang putih telah dikenal sejak lama. Resep dan cara pembuatan makanan ini dikenal sejak lama. Resep dan cara pembuatan makanan itu diturunkan dari satu generasi ke generasi lain, terutama dari ibu kepada anak perempuannya. Babae merupakan makanan khas dari Nias Selatan. Khususnya masyarakat di Desa Botohili Silambo, Kecamatan Luahagudre Maniamolo, Kabupaten Nias Selatan, kembali melestarikan makanan tradisional ini. Pada zaman dahulu, babae hanya dapat disuguhkan, antara lain, di pesta adat, upacara kelahiran anak, acara pertunangan, serta pernikahan. Sole atau lele tua (tempuruk kelapa) merupakan limbah media penghantar dari pada pembuatan babae (Kacang putih). Tidak susah untuk mendapatkan media limbah sole, karena rata-rata masyarakat memiliki limbah sole, karena wilayah berdekatan dengan pesisir laut. Dari hasil pelaksanaan para peserta antusias mengikuti pelatihan dari awal hingga akhir kegiatan.

**Kata kunci:** Pengelolaan, Sole, Babae

**ABSTRACT**

*The Nias people in general and especially the people of South Nias have many traditional foods that are managed in a simple way. One of the traditional dishes here is Baebae or babae, a special dish from South Nias that absorbs protein and vitamins from white beans has been known for a long time. These recipes and ways of making food have been known for a long time. The recipes and ways of making food are passed down from one generation to another, especially from the mother to her daughter. Babae is a typical food from South Nias. Particularly the people in Botohili Silambo Village, Luahagudre Maniamolo Subdistrict, South Nias Regency, have again preserved this traditional food. In the past, babae could only be served, among others, at traditional parties, child birth ceremonies, engagement events, and weddings. Sole or old catfish (coconut tempuruk) is a waste of conveying media rather than making babae (white beans). It is not difficult to get sole waste media, because the average community owns sole waste, because the area is close to the sea coast. From the results of the implementation the participants were enthusiastic in attending the training from the beginning to the end of the activity.*

**Keywords:** Management, Sole, Babae

**PENDAHULUAN**

Indonesia dari sabang sampai merauke memiliki berbagai keanekaragaman budaya maupun dengan masakan tradisional budaya mereka sendiri. Masyarakat Desa pada umumnya memiliki banyak sekali makanan khas yang di olah tetapi tidak pernah terpublikasikan secara umum karena keterbatasan biaya maupun pengetahuan masyarakat akan hal itu terbatas (Telaumbanua, 2019). Demikian juga dengan kondisi masakan khas Nias Selatan ini yaitu Babae (kacang). Makanan sehat adalah dengan meramu berbagai jenis makanan yang seimbang, sehingga terpenuhi seluruh kebutuhan gizi bagi tubuh dan mampu dirasakan secara fisik dan mental (Aisyah, 2009).

Masakan babae ini tidak semua orang bisa menikmati dan membuatnya, karena memiliki keterbatasan dari segi bahan baku serta yang bukan menjadi prioritas utama dari kebutuhan pokok masyarakat umumnya di Desa Botohilisilambo ini. Komposisi dan bahan dari Babae ini adalah dari

kacang kedelai. Tidak semua masyarakat memiliki lahan untuk menanam dan membudidayakannya, karena konsentrasi masyarakatnya terbagi untuk bekerja di sawah.

Jadi untuk tetap melestarikan makanan khas Nias Selatan ini tetap eksis baik di Nias Selatan maupun di seluruh Indonesia, maka perlu diberikan pelatihan dan mengajak masyarakat Desa Botohili Silambo untuk tetap menjaga bagaimana babae ini bisa dilestarikan. Terutama alat yang diperlukan adalah sole (tempuruk kelapa), limbah tempuruk kelapa ini dapat dijadikan sebagai media pengantar panas untuk memasak makanan Babae. Kacang kedelai ini mengandung nilai gizi yang tinggi (Apriadji, 2007).

Dalam sebuah penelitian yang dilakukan oleh (Tangkuman & Aritonang, 2009) menyatakan bahwa : Tempuruk kelapa pada umumnya digunakan untuk bahan bakar , keperluan rumah tangga atau souvenir. Melimpahnya tempuruk kelapa dapat di angkat sebagai potensi desa dalam meningkatkan perekonomian masyarakat. (Darmawan Harefa, 2018) berdasarkan hal tersebut, penghantar panas dapat meningkatkan kecepatan dalam volume panas.

## **2. METODE**

Metode yang dilakukan dalam pengabdian ini adalah:

a. Survei lokasi dan pemilihan mitra

Survei lokasi merupakan suatu teknik yang dilakukan untuk pengumpulan informasi yang dilakukan di desa Botohili Silambo.

Gambar. Tempat an lokasi pelaksanaan



b. Penyuluhan atau sosialisasi

Sosialisasi adalah proses belajar. Dalam proses sosialisasi individu mempelajari kebiasaan, sikap, ide-ide, pola-pola nilai dan tingkah laku dalam masyarakat tempat ia hidup. Semua sifat dan kecakapan yang dipelajari disusun dan dikembangkan sebagai suatu kesatuan system dalam diri pribadi masyarakatnya. Tujuan Sosialisai adalah untuk memberikan pengetahuan dan keterampilan yang dibutuhkan untuk melangsungkan kehidupan masyarakat. Menambahkan kemampuan berkomunikasi secara efektif dan efisien serta mengembangkan kemampuan untuk membaca, menulis, dan bercerita (Apriadji, 2005). Membantu pengendalian fungsi-fungsi organic yang dilakukan mengenai latihan-latihan mawas diri yang tepat. Membiasakan individu dengan nilai-nilai dan kepercayaan yang ada pada masyarakat.

Gambar. Diskusi



c. Diskusi Interaktif

Diskusi Interaktif atau dialog yang dilakukan yaitu melibatkan peran pendengar untuk ikut menanggapi dan menanyakan seputar isi pembicaraan mengenai pembuatan Babae dengan menggunakan sole. Dengan begitu topik yang sedang dibahas akan semakin tajam dan mendalam. Diskusi interaktif ini penting untuk diikuti sesuai dengan topik yang sedang diperbincangkan, sehingga tidak akan ketinggalan informasi mengenai pemanfaatan sole sebagai penghantar panas dalam pembuatan babae.

d. Pelatihan

Pelatihan yang diberikan adalah tentang bagaimana cara yang efektif dalam pembuatan babae dengan pemanfaatan sole sebagai penghantar panas dalam pembuatan babae. Di Desa Botohili Silambo, Kecamatan Luahagundre Maniamolo, Kabupaten Nias Selatan

Gambar. Persiapan



### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Metode yang digunakan adalah metode presentasi, praktik dan diskusi, materi yang disampaikan adalah tentang beberapa hal seperti berikut:

- a. Dewasa ini pengetahuan masyarakat tentang babae, serta unsur-unsur yang menjadi bagian dalam pembuatan babae kurang dipahami.

- b. Jaman dulu makanan pokok masyarakat kurang sehingga dimanfaatkan makanan babae sebagai sarana kebutuhan pokok sehari-hari, sehingga membuat masyarakat saat ini melupakan bagai mana cara membuat makan tradisional babae ini.
- c. Pentingnya pelestarian babae sebagai makanan khas Nias Selatan.
- d. Berdasarkan permasalahan yang ditemukan di Daerah Nias Selatan pada umumnya dan Desa Botohili Silambo khususnya babae ini sudah jarang ditemukan, maka perlu diberikan sosialisasi kepada masyarakat betapa pentingnya kandungan dan nilai vitamin yang terdapat didalam babae, sehingga anak-anak dapat memperoleh manfaat berupa nilai-nilai gizi yang terkandung dalam babae.
- e. *Baebae/babae* dibuat dari campuran adonan basah kacang kedelai atau kadang digantikan dengan kacang hijau, santan, telur dan irisan daging babi asap.
- f. Untuk mendapat adonan kacang kedelai atau kacang hijau yang tepat, kacang direndam semalaman agar kulit ari lepas, setelah bersih kacang dijemur sampai sangat kering.
- g. Adonan yang digunakan untuk Babae ini diperoleh dari rebusan kacang kering yang kemudian digiling sampai bertekstur halus atau kasar bergantung selera.
- h. Adonan ini kemudian dimasak dengan menggunakan sole (tempuruk kelapa).
- i. Dalam pelatihan ini yang yang melatih pembuatan babae ini adalah seorang wanita tua yang berumur 67 tahun yang bernama Ibu Atirina yang sudah berpengalaman dalam pembuatan babae pada jamannya. Dalam pelatihan tersebut telah disiapkan bahan-bahan, seperti harita fakhe (kacang putih) (Andrianto, 2004), kuning telur, ndrua mbanio (santan), asio (garam). Sementara medianya adalah lesung untuk menumbuk kacang putih.



Gambar 1. Kacang putih



Gambar 2. Kacang dimasak terlebih dahulu



Gambar 3. Hasil babae yang dihidangkan

#### 4. SIMPULAN

Kesimpulan yang didapatkan dari kegiatan pelatihan tersebut adalah:

1. Masalah yang dihadapi dalam pembuatan babae (kacang putih) berbentuk bubur bertekstur ini biasanya disuguhkan kepada orang dengan status sosial tertentu meskipun untuk keperluan rumah tangga makanan ini kadang dibuat sebagai panganan.
2. Dalam acara lamaran, Babae menjadi penanda bahwa lamaran pihak laki-laki diterima
3. Pemberian pelatihan pembuatan babae di desa Botohili Silambo dapat menumbuhkan kepedulian akan pentingnya dalam membuat dan melestarikan pembuatan babae ini sebagai warisan dan kearifan lokal makanan khas Nias selatan.

#### 5. DAFTAR PUSTAKA

- Aisyah, D. (2009). *Perbedaan Status Gizi Pada Bayi Yang Diberi ASI Eksklusif dan ASI Non Eksklusif di Puskesmas Pandanaran Semarang*. Karya Tulis Ilmiah. Universitas Negeri Semarang.
- Andrianto, T. T. dan N. I. (2004). *Budidaya dan Analisis Usaha Tani Kedelai, Kacang Hijau, dan*

*Kacang Panjang. Absolut.*

Apriadji, W. H. (2005). *Metode Penelitian Kuantitatif Teori dan Aplikasi*. PT. Raja Grafindo.

Apriadji, W. H. (2007). *Good Mood Food : Makanan Sehat Alami*. Gramedia

Darmawan Harefa. (2018). EFEKTIFITAS METODE FISIKA GASING TERHADAP HASIL BELAJAR FISIKA DITINJAU DARI ATENSI SISWA (Eksperimen pada siswa kelas VII SMP Gita Kirtti 2 Jakarta). *Faktor Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 5.

Tangkuman, H. D., & Aritonang, H. F. (2009). BATOK KELAPA HIBRIDA DAN BATOK KELAPA DALAM. *Chem. Prog.*, 2(2), 106–109.

Telaumbanua, T. (2019). Kaum Milenial & Kebudayaan Nias. *SUNDERMANN: Jurnal Ilmiah Teologi, Pendidikan, Sains, Humaniora Dan Kebudayaan*, 1(1), 1–16.  
<https://doi.org/10.36588/sundermann.v1i1.19>