

## **I<sub>b</sub>M BISKUIT DAUN KATUK PELANCAR ASI**

**Erli Mutiara  
Adikahriani  
Bisrul Hapis Tambunan  
erli\_mutiara@yahoo.co.id**

### **Abstrak**

*The partners for this IbM's activity are Female Cambodian Farmer Group and Female Farmer Group in the village of Rengas Pulau, Marelan District of Medan. The location is about 20 km away from Unimed. The objective of this activity is to provide katuk's flour for the production of biscuit with the application of appropriate technology to increase the farmer's income. The implementation method for this activity are education, business management training, the using of oven dryer and mentoring. The output of this activity are to produce a) katuk's flour; b) katuk's biscuit for increasing the production of breast milk; c) katuk oven dryer. The specification of katuk oven dryer are a) oven 40×50×120cm; b) Inside material : iron plate; outside material: tin plate; shelves: iron plate; frame: iron; c) Number of shelves: 6 pieces; d) Heat source : LPG (also available for electricity); e) Climate control: Auto(design for LPG); f) Drying capacity : 50 kg/hour. Results of this activity is as expected, it can be proved by the achievement of the target and the high interest and the enthusiasm of the partners when they listen to the presentation session and pay attention of the biscuit processing practices from the team leader. The production of katuk's biscuit is ready for market thus can increase IbM's partners income.*

*Kata Kunci: Biscuit, Katuk, Increasing Breast milk production*

## Pendahuluan

Pemberian Air susu ibu (ASI) telah terbukti bermanfaat bagi optimalisasi imunitas, pertumbuhan, dan perkembangan bayi. Selain itu pemberian ASI menciptakan ikatan cinta kasih antara ibu dan anak, mempercepat pemulihan kesehatan nifas, menunda kehamilan dan mengurangi resiko kanker payudara (Depkes, 2002). Sejalan dengan ini, pemerintah Indonesia telah menetapkan kebijakan pemberian ASI eksklusif sampai bayi berusia 6 bulan dengan mengeluarkan Kepmenkes RI No.450/Menkes/IV/2004.

Air susu ibu (ASI) adalah cairan kehidupan terbaik yang sangat dibutuhkan oleh bayi. ASI mengandung berbagai zat yang penting untuk tumbuh kembang bayi dan sesuai dengan kebutuhannya. Meski demikian, tidak semua ibu mau menyusui bayinya karena berbagai alasan. Misalnya takut gemuk, sibuk, payudara kendor dan sebagainya (Anonim, 2013a). Di lain pihak, ada juga ibu yang ingin menyusui bayinya tetapi mengalami kendala. Biasanya ASI tidak mau keluar atau produksinya kurang lancar. Banyak hal yang dapat mempengaruhi produksi ASI. Produksi dan pengeluaran ASI dipengaruhi oleh dua hormon, yaitu prolaktin dan oksitosin (Anonim, 2013b). Prolaktin mempengaruhi jumlah produksi ASI, sedangkan oksitosin mempengaruhi proses pengeluaran ASI. Prolaktin berkaitan dengan gizi ibu, semakin baik asupan gizinya maka produksi yang dihasilkan juga banyak (Anonim, 2013e).

Biskuit merupakan jenis produk yang dinilai memenuhi persyaratan meningkatkan produksi ASI, sehingga sesuai untuk digunakan sebagai makanan tambahan ibu menyusui. Biskuit merupakan sejenis makanan yang terbuat dari tepung terigu dengan penambahan bahan makanan lain dengan proses pencetakan dan pemanasan (Johantika, 2002). Biasanya formulasi biskuit dibuat dengan diperkaya bahan-bahan tambahan seperti lemak, gula (ataupun garam) serta bahan pengembang. Biskuit dibuat dengan bermacam-macam jenis, terutama dibedakan atas

keseimbangan yang ada antara bahan utama tepung, gula, lemak, dan telur. Kemudian juga bahan tambahan seperti coklat, buah-buahan, sayur-sayuran dan rempah-rempah yang memiliki pengaruh terhadap cita rasa (Johantika, 2002).

Di Indonesia, daun katuk umumnya dimanfaatkan untuk melancarkan air susu ibu. Daun ini sudah diproduksi sebagai sediaan fitofarmaka yang berkhasiat untuk melancarkan ASI. Selain itu, konsumsi sayur katuk oleh ibu menyusui dapat memperlama waktu menyusui bayi perempuan secara nyata dan untuk bayi pria hanya meningkatkan frekuensi dan lama menyusui. Daun katuk merupakan satu-satunya tanaman lokal yang memiliki kadar klorofil tinggi, di dalamnya terkandung antioksidan dalam jumlah besar yang sangat bermanfaat untuk mencegah radikal bebas dan mencegah penuaan dini. Daun ini juga berkhasiat untuk menanggulangi penyakit kurang darah (anemia), meningkatkan efisiensi absorpsi saluran pencernaan, mencegah kelelahan, dan menghambat terjadinya penyakit kronis pembuluh darah (Anonim, 2013c).

Produksi daun katuk di Indonesia dari tahun ke tahun terus meningkat, yaitu sekitar 84,545 ton pada tahun 2009 dan meningkat menjadi 107,872 ton pada tahun 2010 (BPS 2012).

Daun katuk merupakan sayuran yang potensial untuk dimanfaatkan karena kandungan zat gizinya yang cukup tinggi sebagai sumber protein, lemak, kalsium, fosfor, besi, vitamin A, B, dan C. pirolidinon, dan metil piroglutamat serta p-dodesilfenol sebagai komponen minor (Anonim, 2013c). Selama ini produk yang banyak beredar dipasaran berupa kapsul pelancar ASI ataupun susu pelancar ASI, namun untuk produk biskuit pelancar ASI belum ada di pasaran. Untuk itu perlu suatu terobosan baru untuk mengolah daun katuk menjadi suatu produk makanan berupa biskuit pelancar ASI dengan bentuk dan ukuran yang bermacam-macam (Anonim, 2013c).

Melihat prospek daun katuk dari segi pasar (permintaan), bisnis ini merupakan bisnis cemerlang. Kebutuhan konsumsi

daun katuk akan semakin meningkat dengan memperkenalkan berbagai khasiat yang terkandung didalamnya. Bagi ibu yang sedang menyusui memerlukan makanan tambahan yang dapat meningkatkan produk ASI setiap harinya, maka produk ini dapat digunakan oleh konsumen terutama ibu menyusui sebagai makanan yang dapat meningkatkan produksi ASI (Anonim, 2013e).

Lingkungan 8 dan Lingkungan 9 Kelurahan Rengas Pulau merupakan kelurahan yang terletak di Kecamatan Medan Marelan Kota Medan, berjarak 30 km dari Unimed. Umumnya masyarakat bekerja sebagai petani sayuran, pedagang keliling, pekerja harian, pengangguran dan sebagian kecil PNS, secara umum status sosial dan ekonomi rendah dengan penghasilan dibawah garis kemiskinan untuk Provinsi Sumatera Utara daerah perkotaan yaitu Rp 234.712. Kelurahan Rengas Pulau merupakan daerah pertanian penghasil sayur-sayuran terutama daun katuk. Luas lahan pertanian 80 hektar, sedangkan luas lahan khusus untuk tanaman sayuran dan palawija seluas 52 hektar, dengan masa panen pertama 3 bulan, selanjutnya dapat di panen seminggu sekali. Masyarakat petani daun katuk ingin mengembangkannya untuk meningkatkan penghasilan. Salah satu keinginan mereka menjadi pengolah biskuit daun katuk karena merupakan bisnis yang sangat mudah sebagai pekerjaan sampingan selain sebagai petani, namun karena keterbatasan pengetahuan dan teknologi tepat guna dalam pengolahan, hal ini belum terlaksana dan mereka juga belum pernah mendapat pengarahan ataupun pengetahuan tentang pengolahan daun katuk baik dari pihak pemerintah dan pihak manapun. Masyarakat petani daun katuk belum pernah mengajukan permohonan kredit ke lembaga perbankan manapun dalam rangka ingin mengembangkan usaha, hal ini karena keterbatasan wawasan dan pengetahuan dan pengalaman masyarakat.

Hasil suvey penulis (20 april 2012) di Lingkungan 8 dan 9, sebagian besar

masyarakatnya sebagai petani daun katuk. Kelurahan Rengas Pulau terkenal dengan produksi sayurnya terutama produksi daun katuk. Hasil panen daun katuk biasanya di jual kepada pengumpul sayur. Berdasarkan wawancara dengan ketua kelompok tani, daun katuk ini biasanya di pasarkan oleh pengumpul sayur ke berbagai daerah di Sumatera Utara seperti pasar tradisional Kota Medan, Kota Binjai, Kota Tebing Tinggi, Kota Siantar dan Kabupaten Langkat.

### **Informasi Kondisi Mitra Baik Secara Kualitatif Maupun Kuantitatif**

Penghasilan masyarakat setiap kali panen adalah sebagai berikut :

- a. Masyarakat petani daun katuk memiliki lahan pertanian antara 400m<sup>2</sup>-10 hektar per keluarga.
- b. Lahan seluas 400 m<sup>2</sup> biasanya di tanam daun katuk dengan modal harga bibit Rp 25.000,- lalu ditanam di bedengan tanah selama 3 bulan, saat panen pertama akan menghasilkan daun katuk sebanyak 20 bal (1 bal =20 ikat daun katuk) selanjutnya seminggu sekali dapat di panen lagi. Lalu daun katuk di jual kepada pengumpul dengan harga 1 bal Rp 5.000,- Sehingga total penghasilan petani setiap panen Rp100.000,-
- c. Pengumpul sayuran mampu mengumpulkan daun katuk sebanyak 26.000 bal setiap kali panen. Kemudian daun katuk di jual kepada pedagang perantara dengan harga 1 bal Rp 7.000,- lalu pedagang pengecer menjual kepada konsumen dengan harga Rp 500,- sampai dengan Rp 700,- per ikat.

Mengingat cukup besar potensi masyarakat petani daun katuk dan didukung dengan potensi sumberdaya alam seperti luasnya lahan pertanian di Lingkungan 8 dan lingkungan 9 ini, kiranya diperlukan suatu upaya untuk memberdayakannya. Salah satunya yaitu memberikan pengetahuan dan teknologi tepat guna, kegiatan yang mengaflikasikan pengolahan biskuit daun katuk tinggi pelancar ASI, pembuatan tepung daun katuk dan alat untuk

pengering daun katuk, yang secara langsung dapat dipasarkan, sehingga menjadi bekal dan sekaligus peluang untuk berwirausaha dan mampu berkembang menjadi usaha bagi masyarakat petani daun katuk.

Berdasarkan kondisi mitra tersebut, masyarakat petani daun katuk ingin mengembangkan usahanya dengan mengoptimalkan daya guna daun katuk sebagai biskuit serat tinggi, tepung daun katuk dan alat pengering daun katuk dengan menggunakan teknologi tepat guna yang sederhana, murah dan mudah untuk melakukannya.

### **Eksistensi Mitra Terhadap Lingkungan**

- a. Dari segi IPTEKS, masyarakat akan memperoleh pengetahuan tentang zat gizi daun katuk dan teknologi tepat guna dalam hal pengolahan daun katuk.
- b. Dari segi ekonomi, melihat kondisi masyarakat saat ini terjadinya perubahan gaya hidup dan pola konsumsi pada sebagian masyarakat yang mengakibatkan penurunan konsumsi pangan dalam bentuk sayuran karena produk pangan instan (*fas food*) yang lebih banyak mengandung karbohidrat, protein dan lemak, yang mengakibatkan resiko terjadinya penyakit degeneratif. Upaya untuk memperlancar ASI dibutuhkan alternatif sumber makanan yang mempunyai kandungan gizi tinggi salah satunya adalah daun katuk. Daun katuk yang selama ini hanya di anggap sebagai sayur biasa, ternyata memiliki kandungan gizi yang tinggi dibanding sayuran lainnya. Pengolahan biskuit daun katuk sangat menjajikan, sehingga menjadi usaha baru yang dapat meningkatkan ekonomi masyarakat petani daun katuk lainnya.
- c. Eksistensi mitra terhadap pemerintah terutama Dinas pertanian, Badan ketahanan Pangan dan Perindustrian akan dapat membantu memanfaatkan hasil-hasil sumberdaya alam terutama daun katuk yang selama ini belum dimanfaatkan untuk diolah menjadi biskuit. Daun katuk memiliki prospek

yang cukup baik untuk dikembangkan melalui pembuatan biskuit. Secara tidak langsung eksistensinya sangat berpengaruh terhadap lingkungan disekitarnya.

### **Permasalahan Mitra**

Masalah yang umum muncul pada masyarakat petani daun katuk yaitu terbatasnya pengetahuan dan teknologi tepat guna dalam hal pengolahan daun katuk. Hasil pengamatan penulis, usaha pertanian sudah dilakukan secara turun temurun, dari tahun ke tahun bahkan sampai sekarang terus mengalami perkembangan sesuai dengan permintaan pasar. Namun demikian karena keterbatasan pengetahuan dalam teknologi pengolahan, perkembangan terbatas hanya sebagai sayuran. Keterbatasan pengetahuan dan teknologi pengolahan merupakan kendala dalam menghadapi persaingan pasar dalam hal pengolahan biskuit.

### **Identifikasi Permasalahan Yang Dihadapi Mitra**

- a. Masyarakat petani daun katuk belum pernah mengolah biskuit, hal ini karena keterbatasan teknologi tepat guna dalam hal pengolahan dan keamanan pangan.
- b. Masyarakat petani daun katuk belum pernah memanfaatkan daun katuk yang dapat diolah sebagai tepung daun katuk karena keterbatasan teknologi tepat guna dalam hal pengolahan tepung daun katuk.
- c. Masyarakat petani daun katuk belum memiliki alat pengering daun katuk. Karena dengan alat ini daun katuk dapat dikeringkan lebih cepat, selanjutnya dihaluskan dengan blender, sehingga dihasilkan tepung daun katuk yang akan diolah menjadi biskuit Pelancar ASI.

Tujuan Kegiatan ini adalah memberi solusi mengolah daun katuk yang cukup melimpah menjadi tepung yang selanjutnya digunakan untuk produksi biskuit dengan

penerapan teknologi tepat guna dan dapat meningkatkan pendapatan keluarga petani.

Manfaat kegiatan ini adalah

1. Ketersediaan tepung daun katuk dapat mengurangi penggunaan tepung terigu yang harganya sangat komersial yang dapat di gunakan sebagai olahan biskuit sehingga dapat mengurangi biaya produksi;
2. Sebagai peluang untuk pengembangan usaha ataupun untuk membuka usaha baru yaitu produksi tepung dan biskuit daun katuk pelancar ASI.

Metode Pelaksanaan yang dilakukan dalam kegiatan lbM ini adalah metode pendidikan, metode pelatihan produksi, pelatihan manajemen usaha, penggunaan alat dan pendampingan.

Kegiatan Program Iptek bagi masyarakat bermitra dengan Kelompok Wanita Tani.Mitra dalam kegiatan ini berjumlah 2 (dua) mitra yaitu mitra 1 Kelompok Wanita Tani Kamboja dan mitra 2 Kelompok Wanita Tani Melati yang berada di Kelurahan Rengas Pulau Kecamatan Medan Marelan Kota Medan.Berjarak 20 km dari Unimed.

## **METODE**

Metode pendekatan yang digunakan dalam kegiatan ini adalah metode sosialisasi, metode pelatihan produksi, pelatihan manajemen usaha, penggunaan alat dan pendampingan. Untuk mencapai tujuan yang diharapkan, metode pendekatan yang diberikan adalah sebagai berikut :

- a. Memberikan teknologi pengolahan biskuit daun katuk dan keamanan pangan dengan metode sosialisasi dan pelatihan produksi, karena makanan yang diproduksi dengan tujuan untuk dijual kepada masyarakat umum, seharusnya dijamin mutunya baik serta aman untuk dikonsumsi. Tujuan sosialisasi dan pelatihan produksi ini, memberikan pengetahuan kepada masyarakat teknik pengolahan biskuit, sanitasi dan higiene makanan untuk meningkatkan mutu dan keamanan

pangan, sehingga dapat di jadikan peluang pengembangan usaha.

- b. Memberikan alat pengering daun katuk dengan metode pendampingan untuk penggunaan alat pada masyarakat petani daun katuk. Daun katuk yang telah dikeringkan selanjutnya di haluskan lalu di olah menjadi biskuit.
- c. Memberikan pelatihan manajemen usaha, sehingga dapat meningkatkan sosial ekonomi masyarakat petani daun katuk.

## **HASIL DANPEMBAHASAN**

Kegiatan lbM merupakan suatu kegiatan pengabdian kepada masyarakat, yang secara langsung bersama-sama mitra menangani permasalahan yang dihadapi serta membantu menyelesaikan persoalan mitra di kelurahan Rengas Pulau dengan pendekatan multi disiplin ilmu. Salah satunya adalah kurang maksimalnya pemanfaatan daun katuk.Dalam hal ini, daun katuk tersebut diolah menjadi tepung selanjutnya dibuat menjadi biskuit yang dapat meningkatkan produksi ASI.Dalam kenyataannya, di wilayah tersebut daun katuk mudah di peroleh karena sebagian besar merupakan hasil pertanian masyarakat setempat. Oleh karena itu, kegiatan lbM ini dapat menyelesaikan permasalahan yang ada di kelurahan tersebut dengan memanfaatkan hasil pertanian masyarakat semaksimal mungkin.

Kegiatan yang dilakukan diawali dengan pertemuan tim pelaksanaan untuk pembagian tugas masing-masing tim pelaksana. Kemudian penetapan jadwal pelaksanaan kegiatan baik dari LPM dan mitra. Selanjutnya tim pelaksana melakukan pengurusan perijinan.

Dengan tersusunnya jadwal kegiatan maka, tim pelaksana melaksanakan tugas sesuai dengan yang sudah disepakati. Selanjutnya tim pelaksana melakukan pembelian bahan dan peralatan yang dibutuhkan untuk kegiatan lbM.

Pada gambar 1 dapat dilihat ketua pelaksana sedang memberikan sosialisasi tentang biskuit daun katuk kepada mitra. Kegiatankoordinasidansosialisasiprogramlb

Mbagi mitra dan warga masyarakat, ditanggapi positif oleh pihak mitra dan warga, Kepala Desa dan perangkatnya. Dengan adanya tanggapan positif dari pihak warga dan Kepala Desa beserta perangkatnya kegiatan ini bisa berjalan lancar, semua program dapat berjalan sesuai dengan waktu yang telah ditetapkan.



Gambar 1. Ketua pelaksana sedang memberikan sosialisasi biskuit daun katuk

Langkah berikutnya setelah dilakukan koordinasi dan sosialisasi ialah mengadakan pelatihan cara membuat tepung daun katuk dan biskuit daun katuk serta menggunakan alat pengering yang digunakan untuk pembuatan tepung daun katuk.

Sebelum dilakukan praktek pembuatan tepung dan biskuit terlebih dahulu dilakukan penyerahan alat-alat dan bahan-bahan pembuatan biskuit kepada mitra disaksikan oleh tim dari LPM Unimed dan perangkat Kelurahan. Penyerahan alat-alat dan bahan-bahan secara simbolik dilakukan oleh Ketua Tim LPM dan diterima oleh Mitra.

Pada gambar 2 dapat dilihat alat pengering yang digunakan untuk mengeringkan daun katuk.



Gambar 2. Alat pengering daun katuk

Pada kegiatan pelatihan membuat tepung daun katuk dan biskuit daun katuk, kegiatan diawali dengan penjelasan teori terlebih dahulu. Setelah teori diberikan kepada peserta selanjutnya diadakan tanya jawab untuk membahas hal-hal yang dirasa belum dipahami oleh peserta. Setelah teori dipandang cukup dipahami oleh peserta selanjutnya diadakan kegiatan praktik membuat tepung dan biskuit daun katuk. Setelah pelatihan dengan materi teori dipandang sudah cukup dan peserta sudah paham semua maka kegiatan berikutnya adalah dan praktik membuat tepung dan biskuit daun katuk. Pada gambar 3 dapat dilihat mitra sedang memetik daun katuk.



Gambar 3. Mitra sedang memetik daun katuk

Pada gambar 4 dapat dilihat mitra sedang memasukkan daun katuk kedalam open pengering untuk mengeringkan daun katuk.



Gambar 6. Ketua Pelaksana sedang mendemonstrasikan cara pembuatan biskuit daun katuk

Setelah semua adonan selesai dicetak dan kemudian biskuit di bakar dalam oven. Setelah masak dan biskuit didinginkan selanjutnya biskuit tersebut di hias dengan coklat warna merah jambu dan hijau agar kelihatan lebih menarik dan juga menambah rasa yang lebih enak. Pada gambar 7 dapat dilihat mitra sedang menghias biskuit daun katuk.



Gambar 4. Tim mitra sedang memasukkan daun katuk ke dalam alat pengering.

Pada gambar 5 dapat dilihat daun katuk yang sudah kering dan dihaluskan sehingga menjadi tepung yang siap untuk digunakan untuk biskuit daun katuk.



Gambar 5. Tepung daun katuk  
Selanjutnya tepung daun katuk dapat digunakan untuk mengolah biskuit daun katuk.  
Pada gambar 6. Dapat dilihat ketua pelaksana mendemonstrasikan cara pembuatan biskuit daun katuk. Mitra sangat antusias memperhatikannya.



Gambar 7. Mitra sedang menghias biskuit daun katuk

Hasilpraktek mitra adalah berupa produk biskuit yang perlu mendapat penilaian dari Tim I<sub>b</sub>M. Penilaian terhadap kualitas produk didasarkan pada pedoman acuan yang telah ditetapkan oleh Tim Pelaksana. Secara umum kegiatan I<sub>b</sub>M ini berhasil dengan baik. Pada gambar 8 dapat dilihat biskuit yang sudah di hias dengan coklat merah jambu dan hijau.



Gambar 8. Biskuit daun katuk

Pada gambar 9 dapat dilihat biskuit yang sudah di kemas dalam toples dan diberikan label sehingga mitra dengan mudah mendistribusikannya untuk dijual ke toko-toko ataupun warung-warung terdekat ataupun langsung kepada ibu-ibu yang masih menyusui.



Gambar 9. Biskuit daun katuk dalam toples dengan menggunakan label

## A. PENUTUP

### 1. kesimpulan

Pelaksanaan kegiatan lbM ini sudah berjalan dengan lancar dan sesuai dengan yang diharapkan, baik oleh anggota tim pelaksana maupun para mitra. Hal tersebut dapat dibuktikan dengan terpenuhinya target dan animo serta antusiasme yang cukup tinggi dari para mitra pada saat mendengarkan ataupun memperhatikan pemaparan materi dan praktek pengolahan biskuit dari tim pelaksana. Pada saat pelaksanaan tanya jawab terus berlangsung. Selain dari pada itu praktek yang sudah dilakukan oleh tim pelaksana mudah diterima, dimengerti dan mendapat tanggapan dari peserta.

### 2. Saran

Setelah kegiatan ini terlaksana dengan baik, maka yang perlu disarankan yaitu kepada pihak LPM agar dapat membina kegiatan ini dan dapat merangkul peserta yang lebih banyak tidak hanya bagi masyarakat setempat dan di wilayah tertentu saja, tetapi juga dapat mencakup wilayah dan peserta yang lebih luas, agar tujuan dan manfaat dari pelaksanaan

program lbM ini dapat terlaksana secara berjenjang, bertahap dan berkelanjutan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anonim.2013a. Gizi dan Kesehatan.Diakses 10 Maret 2013. <http://www.ayahbunda.co.id>.
- Anonim. 2013b.Daun Katuk. Diakses 10 Maret 2013. <http://khasiatbuah.com>.
- Anonim.2013c. Biskuit.Diakses 10 Maret 2013. <http://id.wikipedia.org>.
- Anonim. 2013d. Air susu ibu. Diakses 10 Maret 2013. <http://id.wikipedia.org>.
- Anonim. 2013e. Upaya Memperbanyak ASI. Diakses 10 Maret 2013. <http://www.lusa.web.id>.
- Anthy E. 2013. Manfaat daun katuk..Diakses 10 Maret 2013. <http://kopihijau.info>
- Departemen Perindustrian. 1993. Syarat Mutu Biskuit dan Cookies No.01-2973-93.Standar Nasional Indonesia. Jakarta.
- Johantika E EB. 2002.Pemanfaatan Kangkung Darat Dalam Pembuatan Biskuit Tinggi Serat. Skripsi. Jurusan Gizi Masyarakat dan Sumberdaya Keluarga Fakultas Pertanian. IPB. Bogor.