

PELATIHAN PEMBUATAN ROLADE TAHU DAUN SINGKONG DI DESA SUKOWONO KECAMATAN JAYALOKA KABUPATEN MUSI RAWAS

Yuli Febrianti¹, Fitria Lestari^{2*}, Dian Samitra³,

^{1,2,3}Pendidikan Biologi, STKIP PGRI Lubuklinggau

*E-mail: Fitring@gmail.com

ABSTRAK

Desa Sukowono merupakan salah satu desa di Kecamatan Jayaloka Kabupaten Musi Rawas yang memiliki potensi singkong berlimpah. Umumnya masyarakat hanya mengolah singkong sebagai lalapan dan sayuran biasa karena keterbatasan keterampilan lainnya. Oleh karena itu, salah satu keterampilan dan pengetahuan yang dapat diinformasikan kepada masyarakat adalah mengolah daun singkong menjadi rolade tahu. Rolade adalah salah satu varian makanan pelengkap nasi. Adapun metode dalam kegiatan ini adalah sosialisasi, pelatihan dan workshop, dan pendampingan serta evaluasi. Hasil dari kegiatan berupa produk rolade tahu dari daun singkong sebagai pelengkap nasi. Selain produk, keterampilan masyarakat untuk membuat rolade tahu daun singkong juga mengalami peningkatan dari 25% menjadi 83,3%. Kesimpulan dalam kegiatan ini adalah daun singkong dapat diolah menjadi rolade tahu sebagai pelengkap nasi. Selain sebagai pelengkap, rolade tahu daun singkong juga mengandung gizi yang baik untuk tubuh.

Kata kunci: daun singkong, rolade tahu, sukowono

TRAINING FOR MAKING ROLADE CASSAVA LEAVES IN SUKOWONO VILLAGE KECAMATAN JAYALOKA KABUPATEN MUSI RAWAS

ABSTRACT

Sukowono Village is one of the villages in Jayaloka Subdistrict, Musi Rawas Regency which has potential for cassava. Usually people only process cassava as fresh vegetables and vegetables because of their limited skills. Therefore, one of the skills and knowledge that can be shared with the public is processing leaves into tofu rolade. Rolade is a complementary food variant for rice. The methods in this activity are socialization, training and workshops, mentoring and evaluation. The result of the activity is a tofu rolade product from cassava leaves as a complement to rice. In addition to the product, the community's skills in making rolade tofu of cassava leaves also increased from 25% to 83,3%. The conclusion in this activity is that cassava leaves can be processed into tofu rolade as a complement to rice. Apart from being a complement, rolade tofu cassava leaves also contains nutrients that are good for the body.

Keywords : *rolade, cassava leaves, sukowono village*

Disubmit : 06 Maret 2021; **Diterima:** 16 Maret 2021; **Disetujui :** 26 Mei 2021

PENDAHULUAN

Desa Sukowono merupakan salah satu wilayah di Kecamatan Jayaloka Kabupaten Musi Rawas. Desa Sukowono memiliki tiga Dusun yaitu dusun 1, 2, dan 3. Mayoritas penduduk Sukowono adalah orang Jawa, sedangkan untuk pekerjaannya adalah petani karet. Di desa Sukowono terdapat banyak tanaman seperti rambutan, jambu, dan dengan tanaman yang paling dominan adalah tanaman singkong. Berdasarkan Badan Pusat Statistik (2019) diketahui bahwa total produksi kayu tahun 2016 sebanyak 58.444 ton yang tersebar di 14 kecamatan di Kabupaten Musi Rawas. Umumnya tanaman singkong dimanfaatkan

oleh penduduk di desa tersebut sebagai lalapan dan sayuran. Oleh karena itu, salah satu olahan dengan memanfaatkan daun singkong adalah dijadikan rolade tahu.

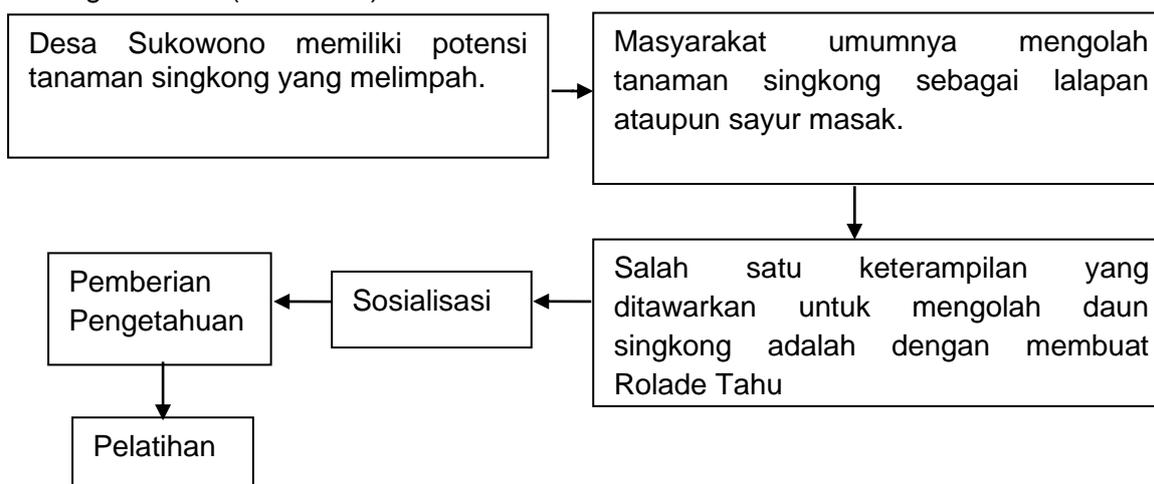
Daun singkong mempunyai nilai gizi yang sangat baik sebagai sumber vitamin, mineral, protein, dan lemak. Untuk setiap 100 gram bahan mengandung: Vitami A 11000 SI, vitamin C 275 mg, Vitamin B1 0,12 mg, Kalsium 165 mg, kalori 73 kal, fosfor 54 mg, protein 6,8 g, lemak 1,2 g, hidrat arang 13 g, zat besi 2 mg, dan 87% bagian daun dapat dimakan, persentase protein berkisar antara 21-37%. Keunggulan lainnya adalah sumber serat yang terdapat dalam daun ubi kayu menjadi penjaga yang baik pada proses pencernaan makanan dalam usus (Nassar and Marques, 2006; Widinanta and Widi, 2008).

Rolade merupakan olahan bahan (daging 25-36%, ikan 20-35%, susu 3,20%), pangan hewani yang terbuat dari campuran dan nabati (kedelai 36,49%, Almond 21,22%) daging sapi atau daging ayam (Halosehat.com, 2015). Protein hewani yang dan dicampurkan dengan pati atau tepung paling digemari oleh masyarakat Indonesia dengan atau tanpa tambahan bahan dan bumbu untuk dikonsumsi yang dibentuk bulat (Rodawati *et al.*, 2011). Salah satu inovasi rolade adalah dengan mencampurkannya dengan daun singkong dan tahu. Tahu adalah salah satu makanan favorit bagi orang Indonesia yang selalu hadir setiap harinya baik itu merupakan lauk pendamping nasi maupun sebagai cemilan seperti campuran rolade (Widaningrum, 2015). Tahu dikenal masyarakat sebagai makanan rakyat yang memiliki beberapa macam kandungan gizi, seperti misalnya protein, karbohidrat, dan tahu juga mengandung asam lemak yang tidak jenuh, serta tidak banyak mengandung kolesterol.

Tujuan dari kegiatan ini adalah memberikan keterampilan kepada masyarakat desa Sukowono mengenai pemanfaatan potensi lokal berupa daun singkong diolah menjadi rolade yang juga dicampur dengan tahu.

METODE KEGIATAN

Kegiatan ini dilaksanakan di Desa Sukowono Kecamatan Jayaloka pada bulan April 2021 dengan jumlah peserta 20 orang, maka metode yang digunakan terdiri dari sosialisasi, pemberian pengetahuan dasar, dan pelatihan. Adapun alur pelaksanaan kegiatan ini, sebagai berikut (Gambar 1).



Gambar 1. Tahapan Kegiatan “Pengolahan Daun Singkong menjadi Rolade Tahu”

Adapun pelaksanaan program terdiri dari:

1. Tahap Sosialisasi Program Pelatihan

Pada tahap ini, akan diadakan sosialisasi tentang kegiatan pelatihan pembuatan rolade daun singkong di desa Sukowono. Sosialisasi disampaikan kepada perangkat desa dan masyarakat di desa Sukowono.

2. Tahap Pemberian Pengetahuan

Pemberian pengetahuan dasar kepada masyarakat desa yang diwakili ibu-ibu di desa Sukowono mengenai:

- a. Pengetahuan tentang singkong
- b. Pengetahuan tentang rolade tahu
 - 1) Menyiapkan alat dan bahan. Alatnya adalah alat tiris, kompor, wajan, sutil, pisau, talenan, kukusan, dan piring. Sedangkan bahannya adalah: ½ kg daun singkong, daun pisang secukupnya, minyak sayur. Bahan pelapis terdiri dari: 300 g tahu, 1 butir telur, 4 siung bawang merah, ½ sdt lada bubuk, 1 sdt garam, dan 1 sdt gula. Bahan pencelup: 150 g tepung terigu, 300 ml air, 2 batang daun bawang di cincang halus, 1 butir telur, 3 bawang putih, 2 bawang merah, dan ½ sdt lada.
 - 2) Adapun prosedur pembuatan rolade tahu, sebagai berikut:
 - a) Merebus daun singkong (meniriskan terlebih dahulu lalu peras airnya dan kepalkan)
 - b) Pelapis: mencuci bersih tahu lalu meniriskan dan menghaluskan bawang putih, ;ada dan garam lalu mencampurkan tahu halus, kemudian menambahkan telur aduk rata
 - c) Menyiapkan daun pisang lalu menata adonan pelapis tahu yang sudah dibumbui kemudian meletakkan daun singkong dan gulung seperti lontong dan menyematkan kedua ujungnya dengan lidi.
 - d) Melakukan sampai adonan habis, kemudian mengukus Rolade tahu daun singkong selama 30 menit.
 - e) Mengangkat rolade tahu daun singkong, lalu mendinginkan kemudian memotong
 - f) Pencelup: Menghaluskan bumbu halus lalu mencampurkan tepung terigu, telur, air, dan daun bawang
 - g) Mencilupkan rolade tahu daun singkong lalu menggoreng dalam minyak hingga berwarna kecoklatan

Kegiatan ini melibatkan narasumber berasal dari dosen-dosen dengan keahlian dibidang masing-masing sehingga dapat saling melengkapi dan berbagi pikiran dan pengetahuan. Pelatihan ini dilaksanakan selama 1 bulan.

3. Tahap Pemberian Pelatihan

Setelah masyarakat diberikan pengetahuan tentang singkong dan rolade tahu, tahap selanjutnya adalah pemberian pelatihan tentang rolade daun singkong di desa Sukowono Kecamatan Jayaloka Kabupaten Musi Rawas.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian Kepada Masyarakat adalah sebuah tugas dan kewajiban seorang dosen untuk menjadi masyarakat memiliki wawasan pengetahuan dan mampu menerapkan teknologi yang sedang berkembang. Semoga dengan kegiatan “Pelatihan pembuatan rolade daun singkong di desa Sukowono Kecamatan Jayaloka Kabupaten Musi Rawas”, dapat membuat masyarakat terampil dalam memanfaatkan daun singkong menjadi rolade serta memiliki kemampuan dan pengetahuan untuk mengolah daun singkong menjadi rolade sebagai menu varians. Kegiatan pelaksanaan PPM dilaksanakan secara tatap muka.

Pengabdian ini dilaksanakan oleh 3 orang dosen yang memberi materi, yaitu: singkong dan rolade.

a. Tahap Sosialisasi Program Pelatihan

Pada saat pelaksanaan, sebelum dilakukan praktik pembuatan rolade tahu daun singkong, maka terlebih dahulu tim menyampaikan tujuan dari kegiatan ini. Tujuan dari kegiatan ini adalah mengolah potensi yang ada di desa Sukowono yaitu daun singkong menjadi makanan yang lebih modern dan enak, yaitu rolade. Sosialisasi pada tahap ini disampaikan kepada kepala desa dan masyarakat di desa Sukowono.

b. Tahap Pemberian Pengetahuan

Setelah dilakukan sosialisasi, maka tahap selanjutnya adalah pemberian pengetahuan tentang singkong, manfaat daun singkong, dan rolade tahu daun singkong.

Adapun teknik pengumpulan data melalui observasi dengan menggunakan lembar observasi yang dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Kisi-Kisi Lembar Pengamatan Keterampilan

No	Aspek
1	Pemilihan Bahan
2	Proses Pembuatan
	a. Persiapan alat dan bahan
	b. Teknik pembuatan Rolade Tahu Daun Singkong
	c. K3 (Keselamatan, Keamanan, dan Kebersihan)
3	Hasil Produk
	a. Bentuk
	b. Rasa
	c. Aroma

Hasil yang didapat dari angket, selanjutnya dianalisis dengan deskriptif kualitatif dengan rumus:

$$Nilai = \frac{\text{Jumlah Skor yang Diperoleh}}{12} \times 100$$

Hasil kegiatan PPM berjudul “Pelatihan pembuatan rolade daun singkong di desa Sukowono Kecamatan Jayaloka Kabupaten Musi Rawas” secara garis besar mencakup komponen, yaitu: menghasilkan produk rolade tahu daun singkong.

Target jumlah peserta pada kegiatan ini adalah masyarakat yang berjumlah 20 orang dalam pelaksanaannya. Setelah itu, melaksanakan demonstrasi rolade tahu daun singkong, terlebih dahulu tim menyediakan alat dan bahan untuk mengolah rolade tahu daun singkong (Gambar 2).



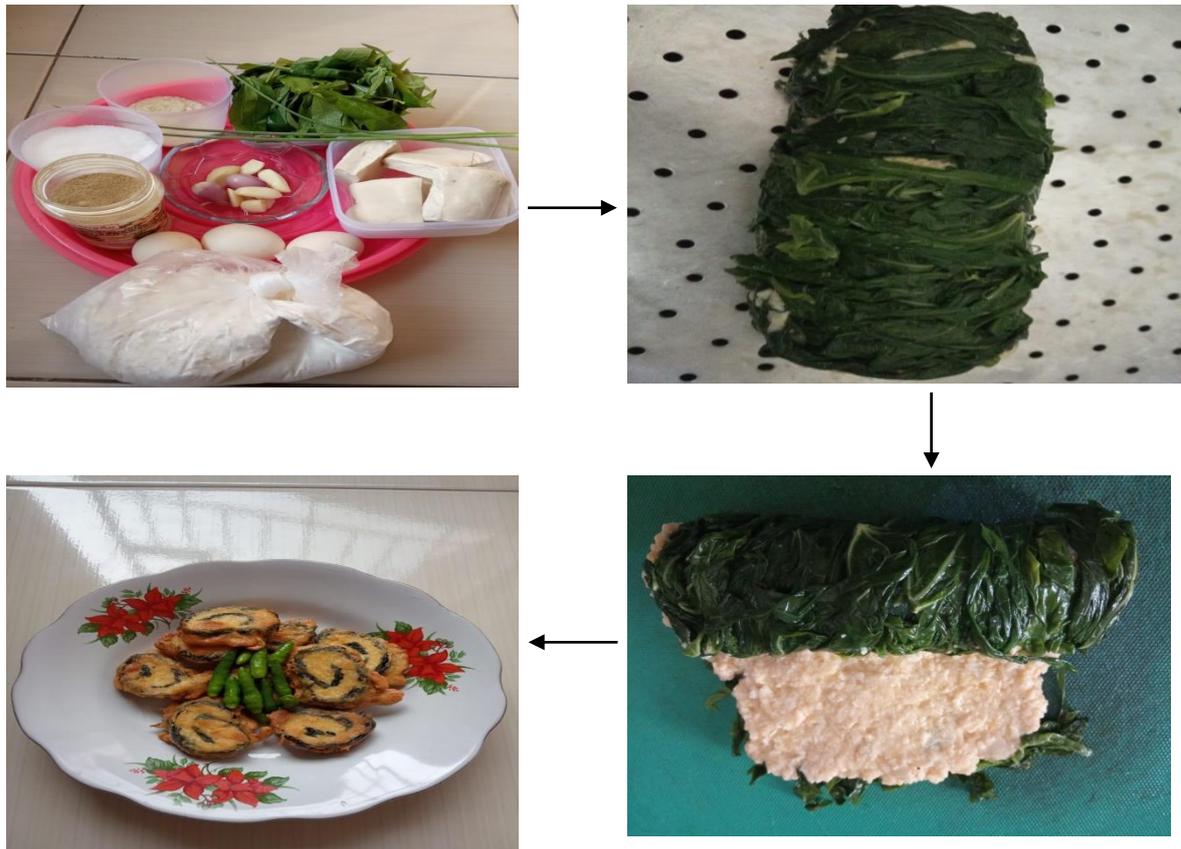
Gambar 2. Peserta Kegiatan

Setelah alat dan bahan disediakan, maka langkah selanjutnya adalah menyampaikan materi sebagai pengetahuan awal sebelum demonstrasi dilakukan. Materi yang disampaikan, yaitu: singkong dan rolade (Gambar 3). Materi yang direncanakan tersebut telah dilaksanakan secara keseluruhan, sehingga materi tuntas.

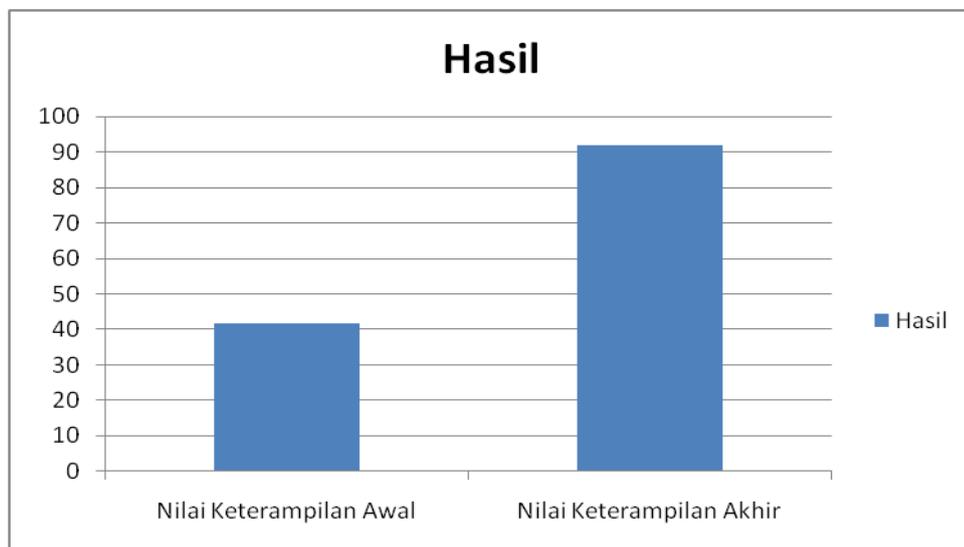


Gambar 3. Penyampaian Materi

Pada kegiatan pemberian materi, tim PPM melakukan komunikasi secara aktif kepada peserta sehingga respon yang diberikan baik. Setelah materi disampaikan, kegiatan selanjutnya adalah demonstrasi secara langsung cara mengolah rolade tahu daun singkong. Adapun tahapannya, yaitu: Pelapis: mencuci bersih tahu lalu meniriskan dan menghaluskan bawang putih, ada dan garam lalu mencampurkan tahu halus, kemudian menambahkan telur aduk rata; Menyiapkan daun pisang lalu menata adonan pelapis tahu yang sudah dibumbui kemudian meletakkan daun singkong dan gulung seperti lontong dan menyematkan kedua ujungnya dengan lidi; Melakukan sampai adonan habis, kemudian mengukus Rolade tahu daun singkong selama 30 menit; Mengangkat rolade tahu daun singkong, lalu mendinginkan kemudian memotong; Pencelup: Menghaluskan bumbu halus lalu mencampurkan tepung terigu, telur, air, dan daun bawang; dan Mencilupkan rolade tahu daun singkong lalu menggoreng dalam minyak hingga berwarna kecoklatan (Gambar 4).



Gambar 4. Rolade Tahu Daun Singkong



Gambar 5. Peningkatan Nilai Keterampilan Pembuatan Rolade Tahu Daun Singkong

Berdasarkan kegiatan tersebut dapat diketahui bahwa daun singkong dapat diolah menjadi rolade sebagai variasi makanan serta dapat menaikkan status gizi masyarakat. Status gizi didefinisikan sebagai ekspresi dari keadaan keseimbangan antara konsumsi dan penyerapan zat gizi serta penggunaan zat-zat gizi tersebut (Wibowo *et al.*, 2013). Status gizi merupakan gambaran secara makro akan zat gizi tubuh salah satunya adalah zat besi (Arisman, 2009). Salah satu inovasi olahan yang bergizi, yaitu rolade tahu daun singkong.

Rolade menjadi salah satu upaya inovasi pengolahan daging sebagai sumber protein hewani yang tinggi (Putri, 2017).

KESIMPULAN

Program berjudul “Pelatihan Pembuatan Rolade Tahu Daun Singkong Di Desa Sukowono Kecamatan Jayaloka Kabupaten Musi Rawas” ini berjalan dengan baik. Tujuan dari kegiatan PPM tercapai dimana menghasilkan produk rolade tahu daun singkong. Selain itu, daun singkong juga dapat meningkatkan gizi bagi masyarakat di desa.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terselenggaranya kegiatan ini tentunya tidak terlepas dari pemberian izin oleh Kepala Desa Sukowono Kecamatan Jayaloka. Oleh karena itu, tim mengucapkan terimakasih kepada Pemerintah Kecamatan Jayaloka serta masyarakat Desa Sukowono yang telah memberikan kesempatan untuk berbagi pengetahuan.

DAFTAR PUSTAKA

Arisman. 2009. *Gizi dalam Daur Kehidupan Edisi 2*. Jakarta: EGC.

Badan Pusat Statistik Kabupaten Musi Rawas. 2019. *Sebaran Data Kabupaten Musi Rawas*. Musi Rawas.

Halosehat.com. 2015. *Makanan yang Mengandung Protein Tinggi, (Online)*. Available at: <http://halosehat.com/gizinutrisi/panduan-gizi>. Diakses tanggal 18 Mei 2021.

Nassar, N. M. A. and Marques, A. O. 2006 Cassava leaves as a source of protein, *International journal of food, agriculture and environment*, 4(1), pp. 187–188.

Putri, A. 2017. Pengaruh Penambahan Jagung Manis (*Zea mays caccharata*) Terhadap Uji Organoleptik Pada Rolade Tempe, *Jurnal Risenologi KPM UNJ*, 2(2), pp. 111–119.

Rodawati. 2011. *Rolade Daging*. Jakarta: Grafindo.

Wibowo, C. D. T., Notoatmojo, H. and Rohmani, A. 2013. Hubungan Antara Status Gizi dengan Anemia pada Remaja Putri di Sekolah Menengah Pertama Muhammadiyah 3 Semarang, *Jurnal Kedokteran Muhammadiyah*, 1(2), pp. 1–5.

Widaningrum, I. 2015. Teknologi Pembuatan Tahu yang Ramah Lingkungan (Bebas Limbah), *Jurnal Dedikasi*, 12, pp. 14–21.

Widinanta, A. and Widi, P. D. 2008. *Ubi Kayu (Manihot esculenta) Sebagai Bahan Alternatif Pengganti Bensin (Bioetanol) yang Ramah Lingkungan*. Bengkulu.