

EDU KRISZA (KRITERIA JAJANAN SEHAT BEBAS ZAT ADITIF) KULINER LOKAL KUE BANJAR

Andhika Mayasari¹, Noer Af'idah², Oktaffi Arinna Manasikana³

¹Prodi Teknik Industri, Fakultas Teknik, Universitas Hasyim Asy'ari Tebuireng

^{2,3}Prodi Pendidikan IPA, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Hasyim Asy'ari
Tebuireng

¹andhikamayasari@gmail.com

²noerafidah1985@gmail.com

³changemaker.salatiga@gmail.com

Abstract: *The characteristics of healthy snacks are containing healthy nutrition criteria, clean, and free from harmful additives, so it is safe to consume. Banjar cake is a sweet and crunchy cake made from glutinous rice flour with original flavors, chocolate and ginger. So, this community service entitled "Edu Krisza (criteria for healthy snacks free from additives), a typical Banjarese cake, culinary of Sumbernongko village". Some of the reasons why this Banjar cake has not become the main daily snack of the community are: 1) limited human resources, limited people who makes this Banjar cakes, because there is remain elder women only who can make Banjar cake in Nongko village, from 4 other villages; 2) Limited marketing including packaging factors and women who produce Banjar cake do not have ability in science and technology to promote; 3) limited consumers, which are only produced based on demands or certain events. These are the stages: 1) educational training on the criteria for healthy snacks free from additives; 2) Simulation of making Banjar cake; 3) Online marketing of Banjar cake through social media (Facebook, YouTube and Instagram).*

Keywords: *edu criteria for healthy snacks, free from additives, local culinary, Banjar cake*

Abstrak: Syarat jajanan sehat diantaranya memenuhi kebutuhan gizi yang sehat, bebas dari kotoran, bersih, dan tidak mengandung bahan aditif yang berbahaya bagi kesehatan sehingga aman untuk dikonsumsi. Kue banjar adalah jajanan kue yang renyah manis berbahan dasar tepung ketan dengan varian rasa original, coklat dan jahe, maka pada pengabdian masyarakat ini pengabdian mengambil judul "Edu krisza (kriteria jajanan sehat bebas zat aditif) kuliner lokal khas kue banjar di desa Sumbernongko". Beberapa faktor yang menyebabkan kue banjar belum menjadi jajanan utama sehari-hari masyarakat adalah karena: 1) Keterbatasan SDM pembuat kue banjar karena hanya ibu-ibu yang sudah lanjut usia dan terbatas di desa Nongko saja dari 4 desa lain yang dapat memproduksi; 2) Keterbatasan pemasaran dalam faktor pengemasan yang menarik dan kekinian serta ibu-ibu yang memproduksi masih belum menguasai IPTEK; 3) Keterbatasan konsumen dimana hanya diproduksi saat ada pesanan atau acara tertentu saja. Adapun tahapan pengabdian berupa 1) Pelatihan edukasi kriteria jajanan sehat bebas zat aditif; 2) Simulasi pembuatan kuliner kue banjar; 3) Pemasaran online kue banjar melalui media sosial (facebook,youtube, dan instagram).

Kata kunci: edu kriteria jajanan sehat, bebas zat aditif, kuliner lokal, kue banjar

Pendahuluan

Salah satu sasaran pokok Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJM) Kementerian Kesehatan pada Program Indonesia Sehat 2019 adalah meningkatnya status kesehatan gizi ibu dan anak. Menurut Hasdianah (2012) sumber daya manusia yang berkualitas sangat dipengaruhi oleh asupan gizi. Gizi menjadi bagian sangat penting dalam pertumbuhan dan perkembangan. Gizi di dalamnya memiliki keterkaitan yang erat dengan kesehatan dan kecerdasan. Status gizi yang baik pada anak-anak perlu mendapatkan perhatian lebih karena ketika status gizi anak buruk dapat menghambat pertumbuhan fisik, mental maupun kemampuan berfikir. Makanan jajanan merupakan faktor yang penting bagi pertumbuhan anak, karena jajanan menyumbangkan energi dan zat gizi yang diperlukan untuk pertumbuhan anak, sehingga jajanan yang berkualitas baik akan mempengaruhi kualitas makanan anak (Murphy, 2007). Oleh sebab itu, makanan jajanan menjadi salah satu penentu kecukupan gizi pada anak.

Di Desa Sumbernongko, Kecamatan Ngusikan, Jombang memiliki makanan khas berupa Kue Banjar. Kue yang merupakan peninggalan leluhur ini memang bisa dikatakan hampir punah, karena sampai saat ini hanya ada beberapa keluarga saja yang masih mempunyai keahlian dalam membuat kue banjar ini. Beruntung di Desa Sumbernongko Ngusikan Jombang adalah salah satu pewaris resep tradisional kue ini. Kue dengan rasa yang gurih ini berbahan dasar tepung beras ketan dan mampu bertahan.

Permasalahan yang dihadapi antara lain: (1) Keterbatasan sumber daya manusia pembuat kue banjar, karena hanya ibu-ibu yang sudah berusia lanjut dan hanya di Desa Nongko saja yang bisa membuat kue tersebut, sedangkan di Desa lain belum ada yang membuat. (2) Keterbatasan pemasaran dalam faktor

pengemasan yang menarik dan kekinian serta ibu-ibu yang memproduksi belum menguasai IPTEK atau medsos yang ada. (3) Konsumen kue banjar yang terbatas, karena hanya diproduksi pada saat ada pesanan atau acara tertentu dan belum menjadi budaya jajanan kuliner sehat sehari-hari bagi usia muda. Permasalahan utama mitra adalah masyarakat Desa Sumbernongko masih belum memahami dalam penguasaan teknologi untuk memasarkan Kue Banjar supaya lebih meluas jangkauannya.



Gambar 1. Kue Banjar

Metode

Metode dari kegiatan pengabdian ini adalah memberikan pelatihan penggunaan media sosial sebagai media pemasaran dan penyuluhan makanan/jajanan sehat dan bebas dari zat aditif yang berbahaya. Kegiatan ini diharapkan dapat menjadi solusi dalam mengatasi permasalahan utama mitra. Pelatihan dan penyuluhan tersebut diharapkan mampu meningkatkan ketrampilan teknologi para produsen kue banjar sehingga semakin dikenal di kalangan masyarakat luar daerah dan penyuluhan kepada orang tua diharapkan semakin memperhatikan jajanan yang dibeli oleh anak-anaknya.

Pelatihan dan penyuluhan yang dirancang tim Dosen dan Mahasiswa untuk diterapkan pada masyarakat di Desa Sumbernongko Ngusikan Jombang adalah : a) Pelatihan Edu kriteria jajanan sehat bebas zat aditif. b) Simulasi pembuatan kuliner lokal kue banjar. c) Pelatihan pemasaran kue banjar melalui media social (youtube, instagram, facebook). Sasaran dari kegiatan

pengabdian ini adalah semua ibu-ibu pengurus dan anggota PKK desa Sumbernongko Kecamatan Ngusikan Kabupaten Jombang.

Hasil dan Pembahasan

Desa Sumbernongko sangat layak untuk dijadikan sebagai mitra kegiatan pengabdian ini karena melihat beberapa permasalahan yang muncul berdasarkan analisis situasi yang telah dilakukan. Masyarakat Desa Sumbernongko membutuhkan edukasi dan pengetahuan tentang jajanan sehat bebas zat aditif berbahaya dan ketrampilan menggunakan teknologi media sosial berupa facebook, Instagram, dan youtube dalam pemasaran produk yang mereka hasilkan

a. Kue Banjar

Kue Banjar atau Kue Tasbih warnanya coklat, bentuknya berlekuk-lekuk mirip tasbih. Kue ini mirip seperti jajanan asem yang berasal dari negara Thailand yang sering disebut sebagai Tamarine. Warna dan bentuknya mirip seperti Tamarine. Kue Banjar merupakan makanan camilan yang unik, karena bukan termasuk roti, biscuit ataupun keripik. Rasanya tidak terlalu manis, cocok untuk orang yang sedang diet gula. Teksturnya keras, tapi tetap enak dinikmati.

Kue Banjar merupakan jajanan khas dari Kudu dan Ngusikan yang resepnya sudah menjadi warisan turun temurun warga setempat. Pembuatan kue banjar cukup rumit karena terbuat dari beras ketan, inilah yang menyebabkan ongkos produksi jajanan ini sering melambung tinggi selain harga bahan baku di pasaran. Selain itu, pesanan yang tak menentu di luar musim lebaran membuat jajanan ini agak susah didapatkan. Bahan yang dibutuhkan untuk membuat kue Banjar yaitu : Beras Ketan, Telur, Santan, Gula, Mentega, Perasa seperti vanili, kayu manis atau jahe sesuai selera. Cara Pembuatannya yaitu:

- 1) Mula-mula alat dan bahan disiapkan termasuk membuat santan untuk adonannya. Beras ketan disangrai supaya mudah ditumbuk. Penumbukan beras ketan supaya menjadi tepung dilakukan dengan lumpang batu.
- 2) Tepung yang sudah jadi kemudian dicampur dengan berbagai bahan lainnya seperti telur, santan, mentega, gula, dan perasa lainnya seperti vanili, serbuk jahe, atau kayu manis. Kemudian semua campuran tadi ditumbuk lagi di dalam lumpang batu.
- 3) Penumbukan kedua dilakukan dengan mengoleskan mentega ke dalam lumpang supaya adonan tidak lengket di permukaan lumpang dan alu.
- 4) Penumbukan ulang ini membuat adonan jadi lebih halus. Penumbukan ulang ini bertujuan menghilangkan udara yang terkandung di dalam adonan. Jika masih ada udara yang ada di dalam adonan, dikhawatirkan kue nantinya tidak akan jadi sesuai dengan harapan
- 5) Setelah adonan jadi dan sudah kalis, kemudian diambil sejumlah secukupnya. Lalu dibentuk gulungan memanjang seperti cacing. Di sinilah pembentukan lekuk mirip tasbih dilakukan
- 6) Jajanan adonan kue yang sudah dibentuk seragam kemudian siap dimasukkan ke dalam oven. Ada yang bilang, kue tersebut sebaiknya dipanggang di dalam tungku supaya tidak terlalu keras. Kue-kue tersebut dipanggang selama 25 sampai 30 menit

- 7) Setelah selesai, kemudian diangkat dan dikemas dalam plastik.

b. Makanan Sehat Bebas Zat Aditif

Pada dasarnya baik masyarakat desa maupun kota, pasti telah menggunakan zat aditif makanan dalam kehidupannya sehari-hari. Secara ilmiah, zat aditif makanan didefinisikan sebagai bahan yang ditambahkan dan dicampurkan sewaktu pengolahan makanan untuk meningkatkan mutu. Zat aditif makanan sudah termasuk: pewarna, penyedap, pengawet, pemantap, antioksidan, pengemulsi, pengumpal, pemucat, pengental, dan anti gumpal. Zat aditif pada makanan ditambahkan untuk meningkatkan kualitas makanan. Zat ini digunakan untuk meningkatkan kualitas pangan, baik secara rasa, tampilan, tekstur, dan masa kadaluarsanya. Pada umumnya, zat aditif pada makanan yang beredar di pasaran sudah dipastikan aman oleh Badan Pengawas Obat dan Makanan (BPOM), namun tetap harus diperhatikan ketepatan penggunaannya dan batas aman yang bisa dikonsumsi oleh tubuh. Jenis-jenis zat aditif pada makanan, antara lain:

1) Zat pemanis

Zat pemanis digunakan untuk memberi rasa manis pada makanan dan minuman. Pemanis buatan ini terbuat dari bahan kimia, dan mampu menghasilkan rasa manis yang jauh lebih terasa ketimbang gula pasir biasa, yaitu ratusan hingga ribuan kali lipat lebih manis. Beberapa jenis pemanis buatan, seperti aspartam dan sakarin, mengandung rendah kalori sehingga ada kemungkinan menyebabkan tubuh menjadi lebih lapar ketimbang mengonsumsi gula biasa. beberapa jenis pemanis buatan lainnya yang dinyatakan aman untuk digunakan, yaitu asesulfam-K, siklambat, sukralosa, dan neotam. efek negatif dari zat pemanis ini yaitu sakit kepala, depresi, dan kejang, pada beberapa orang yang

dianggap lebih sensitif terhadap zat ini. Untuk menghindarinya, bisa memilih makanan dengan pemanis alami, seperti stevia, silitol, atau sorbitol.

2) Zat perisa

Rasa adalah hal paling penting dari suatu makanan. Untuk menghadirkan sensasi rasa pada lidah, terkadang zat perisa ditambahkan pada makanan untuk memperkuat atau menciptakan rasa tertentu yang diinginkan. Zat perisa makanan meniru rasa yang identik dari suatu makanan. Pada makanan ringan, biasanya perisa seperti perisa buah-buahan, susu, cokelat, dan semacamnya ditambahkan untuk menguatkan rasa dan aroma dari makanan dan minuman tersebut. *Monosodium glutamate* (MSG) adalah contoh paling umum dari zat aditif yang dikenal memberikan rasa gurih pada makanan. Zat perisa yang lebih alami, bisa menggantinya dengan pasta tomat, keju, atau kaldu jamur karena glutamat secara alami diproduksi dalam jumlah yang tinggi pada bahan-bahan tersebut.

3) Zat pewarna

Pewarna makanan adalah zat kimia yang dikembangkan untuk meningkatkan penampilan makanan dengan memberi warna buatan. Beberapa pewarna buatan yang diizinkan, namun dibatasi penggunaannya, yakni kuning kuinolin, kuning FCF, karmoisin, tartrazin, ponceau, eritrosin, merah allura, indigotin, hijau FCF, cokelat HT, dan biru berlian FCF. Zat aditif pada makanan jenis rhodamin B atau metanil yellow, yang biasanya memberikan warna terang berwarna kuning hijau atau biru yang menyolok pada makanan dilarang untuk ditambahkan pada makanan

karena diduga dapat menyebabkan kanker, iritasi saluran cerna, mual, muntah, sakit perut, diare, demam, dan tekanan darah rendah.

Sebagai alternatif dari zat pewarna sintesis, bisa memilih makanan dengan zat pewarna alami, seperti kurkumin, riboflavin, karmin dan ekstrak cochineal, klorofil, karamel, karbon tanaman, beta-karoten, antosianin, titanium dioksida, ekstrak anato, karotenoid, dan merah bit.

4) *Enzyme preparation*

Enzyme preparation ini umumnya diperoleh melalui proses ekstraksi dari tanaman, produk hewani, atau mikroorganisme seperti bakteri. *Enzyme preparation* kebanyakan digunakan sebagai alternatif zat aditif yang berbahan kimia dalam proses pemanggangan kue (untuk memperbaiki adonan), pembuatan jus buah, fermentasi anggur dan bir, dan pembuatan keju.

5) Zat pengawet

Zat pengawet ditambahkan untuk memperpanjang masa simpan makanan. Pengawet makanan diklasifikasikan menjadi dua kelompok utama, yaitu antioksidan dan antimikroba. Antioksidan adalah senyawa yang dapat menunda atau mencegah kerusakan makanan dengan mekanisme oksidatif. Sementara, agen antimikroba menghambat pertumbuhan mikroorganisme pembusuk dan patogen dalam makanan. Jenis-jenis pengawet yang lazim digunakan dan sudah dinyatakan aman, yakni asam benzoate, asam sitrat, asam propionate, belerang sorbetes, dan lainnya. Akan tetapi, tetap perlu memerhatikan batas wajar penggunaan zat aditif pada makanan ini, agar tidak berbahaya

bagi tubuh. Zat pengawet yang dilarang ditambahkan di makanan adalah formalin dan boraks karena dapat menyebabkan kanker paru-paru, gangguan berat pada alat pencernaan, memicu sakit jantung, serta akan merusak sistem saraf. Selain zat pengawet kimiawi, garam dapur, gula pasir, cuka apel, bawang putih dan kluwak juga dapat berfungsi sebagai zat pengawet alami yang bisa ditambahkan pada makanan.

Batas maksimum penggunaan zat aditif pada makanan ini telah ditentukan oleh BPOM agar tidak membahayakan kesehatan. Bagi para produsen yang melanggar batas ketentuan tersebut, dampaknya bisa menjatuhkan sanksi berupa peringatan tertulis hingga pencabutan izin edar produk yang permanen.

c. Pelatihan Edukasi Kriteria Jajanan Sehat Bebas Zat Aditif.

Kegiatan ini dilakukan dengan sasaran pengurus, kader, dan ibu-ibu anggota PKK desa Sumberongko kecamatan Ngusikan kabupaten Jombang. Dengan memberikan edukasi kriteria jajanan sehat bebas zat aditif kepada para ibu ini diharapkan tumbuh kesadaran pada masyarakat tentang pentingnya memberikan jajanan sehat dan aman bagi anggota keluarga mereka. Kegiatan ini diawali dengan memberikan pengetahuan tentang apa itu zat aditif, jenis-jenisnya, dan apa saja dampak negatif dari penggunaan zat aditif berbahaya pada makanan.

Dari kegiatan pelatihan ini diharapkan semua anggota masyarakat khususnya desa Sumberongko mempunyai wawasan dan pengetahuan tentang kriteria makanan sehat yang bebas dan aman untuk dikonsumsi semua anggota keluarga.



Gambar 2. Edukasi tentang jajanan sehat bebas zat aditif berbahaya

d. Simulasi Pembuatan Kuliner Kue Banjar

Desa Sumbernongko merupakan salah satu desa kecil yang jauh dari pusat kota Jombang. Desa Sumbernongko mempunyai jajanan khas tradisional yang berupa kue banjar. Kue yang merupakan peninggalan leluhur ini memang bisa dikatakan hampir punah, karena sampai saat ini hanya ada beberapa keluarga saja yang masih mempunyai keahlian dalam membuat kue banjar ini. Beruntung di Desa Sumbernongko Ngusikan Jombang adalah salah satu pewaris resep tradisional kue ini. Kue dengan rasa yang gurih ini berbahan dasar tepung beras ketan dan mampu bertahan meskipun tanpa bahan pengawet. Keunggulan lainnya adalah bentuknya yang khas dan unik seperti tasbih sehingga menarik orang untuk mencicipinya. Kue banjar kuliner jajanan lokal kesukaan Gus Dur ini sangat tepat dianggap sebagai jajanan sehat bebas zat aditif berbahaya.

Dalam kegiatan pengabdian ini dilakukan simulasi sederhana pembuatan kue banjar. Dari kegiatan ini diharapkan mampu mendorong generasi muda khususnya para ibu yang hadir untuk mendapatkan ketrampilan khusus dan resep pembuatan kue banjar yang legendaris. Selain itu diharapkan para ibu senantiasa berusaha memberikan jajanan sehat bagi keluarganya. Kegiatan ini melibatkan ibu-ibu yang sudah terampil membuat kue banjar, dengan mempraktikkan pembuatan kue banjar tersebut secara langsung.



Gambar 3. Simulasi pembuatan kue banjar

e. Pemasaran Online Melalui Media Sosial

Kue banjar merupakan salah satu kue legendaris kota Jombang yang keberadaannya mulai jarang dikenal masyarakat. Selain karena jumlah produsen kue legendaris ini yang mulai sedikit, juga disebabkan karena minimnya pemasarannya. Pemasaran kue banjar hanya melalui penjualan secara langsung atau pemesanan pada hari-hari tertentu. Menjelang perayaan Hari Raya Idul Fitri biasanya pemesanan kue banjar mengalami peningkatan. Akan tetapi pada hari-hari biasa, produksi kue banjar hanya dalam jumlah kecil.

Dalam kegiatan pengabdian ini kami mencoba memberikan pelatihan penggunaan media sosial berupa facebook, Instagram, dan whatsapp sebagai media pemasaran berbasis online. Sebagian besar para ibu anggota PKK sudah mempunyai smartphone atau android. Bahkan beberapa diantara mereka sudah mempunyai akun media sosial, walaupun hanya berfungsi sebagai hiburan semata. Karena sebagian besar sudah terbiasa menggunakan media sosial, jadi kegiatan ini berupa sosialisasi dan pelatihan memanfaatkan media sosial sebagai ajang promosi dan pemasaran produk yang mereka buat secara online. Dengan kegiatan ini diharapkan secara tidak langsung menumbuhkan semangat para ibu untuk meningkatkan kemampuan mereka untuk memasarkan produk yang mereka buat.

Simpulan

Berdasarkan hasil kegiatan yang telah dilakukan dapat disimpulkan

sebagai berikut: (1) Pemberian edukasi tentang kriteria jajanan sehat bebas zat aditif berbahaya dapat menambah wawasan dan pengetahuan kepada masyarakat desa Sumberongko. (2) Kegiatan simulasi pembuatan jajanan kue banjar, sebagai upaya untuk melestarikan kue legendaris yang sehat dan bebas zat aditif berbahaya. Dengan kegiatan ini diharapkan masyarakat desa Sumberongko mempunyai ketrampilan untuk senantiasa menghadirkan jajanan sehat bagi keluarga. (3) Pemberian pelatihan penggunaan media sosial sebagai sarana pemasaran online diharapkan dapat membangkitkan perekonomian masyarakat Desa Sumberongko.

Kesehatan Di Sma Negeri I Belimbing Muara Enim Provinsi Sumatera Selatan. Universitas PGRI Palembang. Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat (JPKM), Volume 26 No.2. p-ISSN : 0852-271 5, e-ISSN : 2502-7220.

Daftar Pustaka

- Badan Pengawas Obat dan Makanan RI. 2010. Sistem Keamanan Pangan Terpadu. Diunduh dari <http://www.pom.go.id>
- Hasdianah. 2012. Gizi, Pemanfaatan Gizi, Diet, dan Obesitas. Nuha Medika. Yogyakarta
- Kementerian Kesehatan RI. 2015. Rencana Strategis Kementerian Kesehatan Tahun 2015-2019. Jakarta
- Lestari, Shinta Asih Witha. 2015. Pengaruh Penyuluhan Jajanan Sehat Terhadap Pengetahuan dan Sikap Siswa di Madrasah Ibtidaiyah Gonilan Kartasura, Naskah Publikasi. Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Rafiqua, Nurul. Lestari, Karlina .2020. Mengenal Zat Aditif pada Makanan yang Aman Dikonsumsi. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Diunduh dari: <https://www.sehatq.com/artikel/mengenal-zat-aditif-pada-makanan>
- Emilia, Ita. Setiawan, Andi A. Putri, Yunita P. 2020. Pengenalan Zat Aditif Pada Makanan Dan Dampaknya Terhadap