

## PELATIHAN PEMBUATAN *HEALTHY NUGGET* SEBAGAI PEMBERDAYA KEWIRAUSAHAAN DAN KETERAMPILAN WARGA

Jauhar Helmie<sup>1</sup>, Meilany Mutiara Putri<sup>2</sup>

<sup>1</sup>English Education Study Program, Faculty of Education and Teacher Training  
Suryakencana University

jauharhelimie@unsur.ac.id<sup>1</sup>, meilanimutiaraap18@gmail.com<sup>2</sup>

Diterima 29 November 2023, Direvisi 31 Desember 2023, Disetujui 31 Desember 2023

### ABSTRAK

Nugget merupakan makanan bergizi yang terbuat dari ayam dan digemari oleh semua kalangan. Bahan bakunya pun dapat dimodifikasi dengan ditambahkan sayur-sayuran seperti wortel. Hal ini menjadi salah satu upaya untuk meningkatkan minat anak-anak yang tidak menyukai sayur-sayuran. Program kerja ini difokuskan untuk ibu-ibu karena mereka penyedia makanan keluarga yang harus mengetahui cara mengolah makanan yang sehat namun tetap praktis dan ekonomis. Tujuan dari pengabdian masyarakat ini adalah dapat menumbuhkan jiwa kewirausahaan yang dapat meningkatkan pendapatan serta keterampilan ibu-ibu di desa Cijedil melalui pelatihan pembuatan *Healthy Nugget*. Metode pelaksanaan dalam program ini adalah sosialisasi, pelatihan, pendampingan dan evaluasi. Hasil dari program pengabdian masyarakat ini adalah pengetahuan, kemampuan untuk mengolah dan memasarkan *Healthy Nugget* meningkat yang awalnya hanya 14% menjadi 90%. Hal tersebut dapat dilihat dari survei awal dan survei akhir yang dilakukan sebelum dan sesudah sosialisasi dan pelatihan. Selain itu, keuntungan yang diperoleh setelah pendampingan meningkat yang awalnya 23% menjadi 532%.

**Kata kunci:** *nugget; healthy nugget; nugget wortel; kewirausahaan*

### ABSTRACT

Nugget is nutritious food made of chicken and favored by all people. The ingredients can be modified by adding vegetables such as carrots. This is one of the efforts to increase the interests of children who do not like vegetables. This community service program is focused on mothers because they are family food providers who have to know how to make healthy but food but still practical and economical. The purpose of this community service program is to foster entrepreneurial spirit that can increase income and skills of mothers in Cijedil village through training in making healthy nuggets. The method in this program are socialization, training, assistance and evaluation. The results of this program are knowledge, the ability to make healthy nugget and selling healthy nuggets increase which initially only 14% to 90%. This can be seen from the initial survey and final survey conducted before and after socialization and training. In addition, the benefits obtained after assistance increased which initially 23% to 532%.

**Keywords:** *nugget; healthy nugget; carrot nugget; entrepreneurship*

### PENDAHULUAN

Desa Cijedil merupakan salah satu dari 16 Desa di Kecamatan Cugenang Kabupaten Cianjur. Wilayah Desa Cijedil memiliki luas kurang lebih 610.258Ha. Desa ini berada di ketinggian sekitar 671 m di atas permukaan laut dengan wilayah yang beriklim tropis dengan curah hujan 3.000 sampai 4.000 mm per - tahun dan jumlah harian hujan rata-rata 100 per-tahun. Dengan iklim tropis tersebut menjadikan kondisi alam Desa Cijedil subur dan mengandung keanekaragaman

kekayaan sumber daya alam yang potensial sebagai modal dasar pembangunan dan potensi investasi yang menjanjikan. Lahan-lahan pertanian seperti tanaman pangan dan hortikultura serta peternakan merupakan sumber kehidupan bagi masyarakatnya. Permukaan tanah di desa Cijedil sebagian besar merupakan tanah vulkanik sehingga subur untuk berbagai jenis tanaman seperti jagung, wortel, kentang, padi, dll.

Hingga saat ini, terutama di sektor ekonomi perkembangannya mengalami beberapa kendala

seperti BUMDes yang hanya menyediakan jasa simpan pinjam tetapi tidak menyediakan jasa jual beli hasil tani atau produksi olahan makanan praktis dan ekonomis yang dapat membantu meningkatkan perekonomian dan sumber daya masyarakatnya. Selain itu karena adanya lonjakan kasus COVID-19 yang meningkat drastis membuat pemerintah mengadakan PPKM yang mengakibatkan jumlah pendapatan warga menurun. Di masa pandemi covid-19 ini juga tuntutan untuk mengkonsumsi makanan yang sehat relatif meningkat.

Namun terkadang makanan yang sehat seperti sayur-sayuran itu tidak disukai anak-anak karena cita rasanya yang tidak enak padahal sayuran merupakan bahan pangan sumber vitamin, mineral dan serat, sehingga sangat baik dikonsumsi untuk kesehatan serta sangat penting untuk membantu dalam asupan vitamin dan mineral dalam pertumbuhan anak-anak (Zulaikhah et al., 2019). Sayuran juga penting untuk kesehatan, karena dapat memberi tenaga untuk melakukan aktivitas sehari-hari dan dapat menjaga kesehatan tubuh. Oleh karena itu, ibu-ibu rumah tangga yang ada di desa Cijedil membutuhkan alternatif lain untuk mengolah sayur-sayuran menjadi olahan makanan sehat, bergizi, serta mampu meningkatkan keterampilan dan menumbuhkan jiwa kewirausahaan yang dapat meningkatkan pendapatan mereka contohnya seperti pembuatan nugget.

Nugget merupakan makanan bergizi yang selama ini terbuat dari ayam yang digemari oleh semua kalangan baik orang tua maupun anak-anak (Setiawan et al., 2021). Nugget merupakan salah satu bentuk makanan beku siap saji, yaitu produk yang mengalami pemanasan terlebih dahulu sehingga menghasilkan makanan setengah matang (precooked), kemudian dibekukan sehingga memiliki umur simpan yang cukup panjang (Ikrawan & Nurminabari, 2020).

Nugget juga bersifat ready to cook kapan saja, dapat dijadikan teman makan kapanpun dan dimanapun. Salah satu kelemahan dari nugget yaitu kurangnya penambahan komposisi sayuran sehingga bahan baku nugget sebaiknya dimodifikasi dengan ditambahkan sayur-sayuran seperti wortel dalam rangka meningkatkan nilai gizi bukan hanya secara hewani saja tetapi bisa ditambah dengan nabati.

Selain itu, saat ini juga salah satu jenis nugget yang lagi nge-tren akhir-akhir ini adalah nugget sayuran, yang terbuat dari sayuran seperti wortel, brokoli, jagung, buncis dan sayuran lainnya yang diolah dengan campuran daging ayam, ikan dan bahan baku lain. Selain itu bahan baku nabati memiliki kandungan gizi seperti protein, vitamin, mineral, dan serat sehingga baik untuk tubuh. Sehingga pelatihan pembuatan healthy nugget dianggap cocok untuk dilakukan dan dikembangkan (Kurniawati et al., 2019).

Nugget sayur mengandung banyak gizi dan sangat menyehatkan sehingga sangat baik dikonsumsi

oleh semua umur khususnya untuk anak-anak pada tahapan pertumbuhan. Nugget sayuran ini juga sangat bergizi karena di dalam sayur-sayuran banyak terdapat zat gizi seperti vitamin dan mineral. Nugget yang terbuat dari sayuran ini juga menjadi salah satu upaya untuk meningkatkan minat para konsumen terutama anak-anak yang tidak menyukai sayur-sayuran (Muhaenah et al., 2021). Selain itu, dengan mengkonsumsi nugget sayuran, seperti mengkonsumsi sayuran utuh. Kandungan anti oksidannya yang tinggi dapat meningkatkan kekebalan tubuh dan melancarkan sistem pencernaan.

Pengolahan nugget sayur juga tidak rumit dan tidak membutuhkan biaya yang terlalu besar serta keterampilan khusus, namun produk makanan jenis ini memiliki gizi yang cukup tinggi, aman dikonsumsi oleh masyarakat karena diolah dari bahan pilihan yang bernilai gizi tinggi (Rujiah et al., 2013).

Olahan nugget sayur yang bervariasi akan mampu bersaing karena memiliki keunikan rasa yang berbeda dengan nugget ayam serta kandungan gizi yang lebih banyak. Variasi rasa maupun bentuk dapat mempengaruhi anak-anak untuk lebih suka mengkonsumsi sayuran karena sudah berubah rasanya menjadi lebih enak dan bentuknya lebih menarik. Selain untuk menarik minat anak-anak, nugget sayuran atau healthy nugget juga cocok untuk menjadi pilihan konsumen yang vegetarian karena kandungan dalam healthy nugget tidak mengandung banyak daging.

Salah satu sayuran yang berpotensi ditambahkan dalam nugget adalah wortel (*Daucus carota L.*) Dalam program kerja yang dilaksanakan untuk pengabdian masyarakat ini, penulis menjadikan wortel sebagai bahan utama dalam pembuatan Healthy Nugget. Wortel merupakan salah satu jenis sayuran umbi yang banyak dikenal oleh kalangan masyarakat. Wortel memiliki warna jingga yang menarik, rasa yang manis, serta aromanya yang khas dan segar. Warna jingga pada wortel menunjukkan mengandung  $\beta$ -karoten sebagai sumber antioksidan alami, serat pangan, tokoferol, asam askorbat, dan  $\alpha$ -tokoferol. Wortel tergolong memiliki kandungan serat yang tinggi, yaitu 4 g per 100 g bahan (Rusilanti dan Kusharto, 2007 dalam Wibowo et al., 2014). Menurut Utami et al., (2018) semakin orange warna dari wortel, maka semakin tinggi pula kandungan betakaroten nya.

Serat wortel memiliki total (TDF) yang tinggi sebesar 46,95% bk, dengan IDF 41,29% bk dan SDF 5,66% bk sehingga wortel termasuk sayuran dengan serat tidak larut yang tinggi. Banyaknya manfaat wortel bagi kesehatan menjadikan wortel salah satu sayuran penting untuk dikonsumsi. Kandungan alfabetakaroten akar tunggang wortel merupakan komponen penting dalam gizi untuk kesehatan manusia. Menurut Susanti, R., (2017) kedua jenis karoten ini penting dalam gizi manusia sebagai

precursor vitamin A. Selain itu, kandungan beta-karoten di dalam wortel itu, berguna sebagai antioksidan. Manfaat wortel juga didapat dari kandungan serat, vitamin K, dan kalium. Wortel mengandung serat makanan yang bisa memperbaiki kondisi saluran pencernaan yang terganggu seperti diare atau konstipasi (Bjarnadottir, 2015).

Rasa yang dihasilkan dari wortel pun tetap terasa nikmat dan masih dapat diterima oleh konsumen (Pramudya et al., 2021). Hal ini didasari dari hasil penelitian yang menunjukkan terdapat perbedaan nyata pengaruh persentase penambahan wortel terhadap tingkat kesukaan warna, bau dan terstruktur nugget ayam yang dihasilkan. Tidak terdapat perbedaan nyata pengaruh persentase penambahan wortel terhadap tingkat kesukaan rasa nugget ayam. Sehingga dapat disimpulkan bahwa penambahan wortel sampai 35% dalam pembuatan nugget ayam masih bisa diterima atau disukai konsumen. (A. A. R. et al., 2020).

Oleh karena itu penyusun bermaksud untuk menyelenggarakan pengabdian kepada masyarakat dengan membuat program kerja yang memanfaatkan salah satu potensi di desa Cijedil yaitu di bidang pertanian. Program kerja ini bertujuan dapat menumbuhkan jiwa kewirausahaan yang dapat meningkatkan pendapatan dan keterampilan ibu-ibu di desa Cijedil melalui pelatihan pembuatan *Healthy Nugget*. Program kerja ini difokuskan untuk ibu-ibu karena merekalah penyedia makanan keluarga yang harus mengetahui cara mengolah makanan yang sehat namun tetap praktis dan ekonomis. Selain itu, hasil panen sayuran di desa Cijedil seperti wortel dapat dimanfaatkan menjadi makanan olahan *Healthy Nugget* yang dapat membantu meningkatkan penghasilan petani wortel yang ada di desa Cijedil

## METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Desa Cijedil Kecamatan Cugenang Kabupaten Cianjur selama 13 hari yang dimulai pada tanggal 3 Agustus 2021 sampai dengan tanggal 15 Agustus 2021. Metode pelaksanaan dari kegiatan ini adalah pelatihan, pendampingan dan evaluasi dari pembuatan *Healthy Nugget* sebagai upaya peningkatan keterampilan dan pemberdayaan kewirausahaan warga.

Mengingat bahwa jumlah peserta Kuliah Kerja Nyata (KKN) Mahasiswa Universitas Suryakencana di Desa Cijedil hanya satu orang, untuk mengefektifkan keberlangsungan kegiatan maka pelaksana hanya berfokus pada beberapa ibu-ibu warga kampung Gunung Lanjung RT/04 RW/07 dengan pertimbangan potensi yang dimiliki oleh ibu-ibu sasaran tersebut, yang dilihat dari aspek kewirausahaannya. Selain ibu-ibu juga merupakan

penyedia makanan keluarga yang harus mengetahui cara mengolah makanan yang sehat, apalagi di situasi pandemi saat ini kita diharuskan untuk selalu mengkonsumsi makanan yang sehat dan bergizi namun tetap terjangkau harganya. Berikut ini adalah alat dan bahan yang diperlukan dan digunakan dalam pelatihan pengolahan *Healthy Nugget*:

Tabel 1

Alat dan Bahan untuk produksi *Healthy Nugget*

No.	Alat	Bahan
1.	Kompor	Wortel
2.	Wadah	Tepung Terigu
3.	Nampan	Garam
4.	Wajan	Tepung Panir
5.	Blender	Minyak
6.	Pisau	Bawang putih
7.	Sendok	Telur
8.	Cetakan persegi (Loyang)	Penyedap rasa
9.	Mangkuk	Tepung Maizena
10.	Spatula	Ayam

Pelaksanaan pengabdian masyarakat ini dengan melalui tahapan-tahapan sebagai berikut: 1. persiapan, yaitu peneliti menentukan lokasi dan jumlah peserta yang akan mengikuti pelatihan dimasa pandemi covid-19 ini, 2. mengadakan sosialisasi rencana program kerja pembuatan *Healthy Nugget* kepada beberapa warga, 3. melakukan survei awal terkait dengan pengetahuan dan keterampilan pengolahan wortel menjadi *Healthy Nugget*, 4. mengadakan pelatihan cara pengolahan wortel menjadi *Healthy Nugget*, 5. Mengadakan pendampingan pengolahan wortel menjadi *Healthy Nugget*, 6. membagikan sampel *Healthy Nugget* kepada target pasar, 7. mengemas dan memasarkan produk *Healthy Nugget* secara daring dan luring, 8. memproduksi ulang *Healthy Nugget* bersama warga untuk dipasarkan dan 9. melakukan survei akhir dan evaluasi untuk mengetahui peningkatan pemahaman, pengetahuan dan keterampilan warga dalam pengolahan wortel menjadi *Healthy Nugget*.

Adapun jadwal kegiatan dari program kerja ini dijelaskan dalam tabel berikut:

Tabel 2

Jadwal Kegiatan Pelatihan Pembuatan *Healthy Nugget*

No.	Nama Kegiatan	Waktu Pelaksanaan
1.	Sosialisasi	3 Agustus 2021
2.	Pelatihan pembuatan <i>Healthy Nugget</i> .	5 Agustus 2021

3.	Men-design logo untuk produk <i>Healthy Nugget</i> .	6 Agustus 2021
4.	Mencetak logo produk <i>Healthy Nugget</i> .	7 Agustus 2021
5.	Pendampingan Pembuatan dan Pengemasan <i>Healthy Nugget</i> I.	8 Agustus 2021
6.	Promosi produk <i>Healthy Nugget</i> secara <i>offline</i>	9 Agustus 2021
7.	Pembuatan dan Pengemasan <i>Healthy Nugget</i> II.	10 Agustus 2021
8.	Pemasaran produk <i>Healthy Nugget</i> secara <i>online</i> I.	10 Agustus 2021
9.	Pemasaran produk <i>Healthy Nugget</i> secara <i>online</i> II.	14 Agustus 2021
10.	Pembuatan dan Pengemasan <i>Healthy Nugget</i> III.	15 Agustus 2021

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengolahan wortel menjadi *Healthy Nugget* meliputi beberapa tahapan, yaitu tahapan persiapan, pelaksanaan program, dan evaluasi yang akan diuraikan sebagai berikut:

### 1. Tahap Persiapan

Persiapan dalam pelaksanaan kegiatan ini yaitu menyusun perencanaan sangat erat kaitannya dengan pelaksanaan program yaitu pelatihan pembuatan *healthy nugget*. Fungsi dari perencanaan yaitu memudahkan dalam pelaksanaan program (Sanjaya, 2015). Survei yang dilakukan dalam program ini termasuk menyusun strategi program yang akan dilaksanakan. Survei sangat diperlukan untuk mengetahui kebutuhan masyarakat. Identifikasi kebutuhan peserta sosialisasi dapat dilakukan dengan cara memberikan sosialisasi, pelatihan dan pendampingan.

Sebelum benar-benar melaksanakan program kerja, sosialisasi dan koordinasi serta perizinan di sampaikan terlebih dahulu kepada Bapak Kepala Desa Cijedil, termasuk usulan mengenai kegiatan program kerja kewirausahaan yang akan dilakukan sebagai wujud pengabdian kepada masyarakat Desa Cijedil. Selain mengusulkan kegiatan kepada Bapak Kepala Desa Cijedil, kegiatan program kerja juga diusulkan dan disosialisasikan terlebih dahulu kepada warga sasaran kegiatan, yaitu beberapa ibu-ibu yang tinggal di Desa Cijedil khususnya di kampung Gunung Lanjung RT/04 RW/07 yang dinilai berpotensi untuk mengelola produk dari program kerja ini nantinya. Peneliti juga melaksanakan survei sebelum kegiatan

sosialisasi dilakukan untuk mengetahui pengetahuan dan keterampilan sasaran kegiatan dalam mengolah wortel menjadi *Healthy Nugget*. Hasil dari survei menunjukkan bahwa a. dibutuhkan peningkatan kualitas sumber daya manusia untuk dapat mengolah *Healthy Nugget* karena warga target sasaran belum mengetahui alat dan bahan apa saja yang diperlukan serta cara pembuatan *Healthy Nugget*, b. dibutuhkannya pelatihan untuk membuat *Healthy Nugget*, serta c. dibutuhkannya pendampingan untuk memproduksi dan memasarkan *Healthy Nugget* kepada warga desa Cijedil yang lain.

### 2. Tahap Pelaksanaan Program

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dengan metode sosialisasi, pelatihan dan pendampingan pembuatan *Healthy Nugget*.

#### 1. Sosialisasi

Gambar 1. Sosialisasi Program Kerja Pembuatan *Healthy Nugget*



Kegiatan sosialisasi kepada beberapa warga di Desa Cijedil Kecamatan Cugenang Kabupaten Cianjur merupakan langkah awal yang dilakukan dalam Program Pengabdian Kepada Masyarakat. Sosialisasi yang dilakukan dalam rangka memberikan pengetahuan tentang alat dan bahan yang diperlukan dalam pembuatan *Healthy Nugget*. Pelaksanaan sosialisasi dilaksanakan pada hari Selasa, 2 Agustus 2021 di rumah salah satu warga di kampung Gunung Lanjung RT/04 RW/07 dengan jumlah peserta sebanyak 7 orang. Dalam kegiatan sosialisasi pun terdapat survei awal dengan memberi peserta beberapa pertanyaan mengenai *Healthy Nugget*. Hal tersebut dilakukan untuk mengetahui tingkat pemahaman peserta pelatihan sebelum pelatihan diberikan. Pertanyaan yang diberikan kepada peserta seperti alat, bahan serta langkah-langkah untuk membuat *Healthy Nugget* bahkan pengalaman mereka untuk membuat olahan *nugget* secara mandiri. Dari survei awal ini menunjukkan bahwa hanya 14% peserta sosialisasi yang mampu menjawab benar pertanyaan penulis mengenai alat, bahan serta langkah-langkah untuk melakukan pengolahan wortel menjadi *healthy nugget*. Sehingga dapat disimpulkan bahwa belum

semua peserta sosialisasi bisa mengolah wortel menjadi *Healthy Nugget*. Hal ini serupa dengan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh Susilowati et al., (2020).

## 2. Pelatihan



Gambar 2. Pelatihan Pembuatan *Healthy Nugget*

Kegiatan pelatihan pembuatan *Healthy Nugget* dilaksanakan pada hari Kamis, 5 Agustus 2021 di rumah peneliti dengan peserta beberapa orang warga Kampung Gunung Lanjung RT/04 RW/07. Sebelum kegiatan ini dilaksanakan peneliti menyiapkan tempat, alat dan bahan untuk pelatihan pembuatan *Healthy Nugget*. Setelah semuanya siap peneliti melakukan panduan (tutorial) pembuatan *Healthy Nugget* yang kemudian diikuti oleh seluruh peserta pelatihan. Untuk lebih lengkapnya akan dijelaskan beberapa tahapan dalam pelaksanaan pelatihan pembuatan *healthy nugget*, diantaranya:

### 1. Pemilihan, Pembelian bahan serta Persiapan Alat



Gambar 3. Pemilihan, Pembelian Bahan serta Persiapan Alat untuk Pelatihan Pembuatan *Healthy Nugget*

Pembelian bahan dilakukan di pagi hari sebelum dimulai pelatihan pembuatan *Healthy Nugget* di salah satu rumah warga dilaksanakan. Bahan-bahan yang diperlukan diantara lain: 2 buah telur, ¼ kg wortel, ¼ kg dada ayam yang sudah di *fillet*, ¼ kg tepung terigu, ¼ kg tepung panir, penyedap rasa secukupnya, 1 buah merica bubuk, 2 sdm tepung maizena serta 1 sdm garam. Setelah itu penulis

mempersiapkan alat yang diperlukan seperti, wadah, nampan, blender, pisau, sendok, loyang persegi, mangkuk dan spatula.

### 2. Penggilingan



Gambar 4. Penggilingan bahan-bahan untuk Pelatihan Pembuatan *Healthy Nugget*

Daging ayam yang digunakan dalam pembuatan nugget adalah ayam yang masih segar, dalam pembuatan *healthy nugget* ini daging ayam yang diambil adalah bagian dadanya saja karena kandungan kolesterol tertinggi dalam daging ayam terdapat di bagian dada (breast). Kulit daging bagian dadanya tidak dibuang melainkan dipotong potong kecil agar cita rasa dari nugget nya lebih gurih. Sebelum digiling daging dada ayam di *fillet* terlebih dahulu kemudian dimasukkan ke dalam blender sedikit demi sedikit, lalu di blender hingga halus. Setelah itu, potong wortel menjadi bagian yang lebih kecil namun tidak di cincang. Kemudian masukkan wortel sedikit demi sedikit kedalam blender lalu di blender hingga sedikit halus, sehingga masih ada sedikit bulir-bulir wortel. Begitu pun untuk bawang putih, dipotong kecil-kecil lalu di blender hingga halus.

### 3. Pengadonan



Gambar 5. Pengadonan bahan-bahan untuk Membuat *Healthy Nugget*  
Pengadonan dalam pengolahan *healthy nugget* pada prinsipnya adalah pencampuran seluruh bahan yang

telah disiapkan yaitu wortel yang telah di blender, daging dada ayam dan bawang putih dicampurkan dalam satu wadah kemudian ditambahkan tepung terigu secukupnya dan penambahan bumbu penyedap rasa seperti royco, garam serta merica bubuk, telur 2 butir, minyak secukupnya lalu aduk hingga merata. Tambahkan air secukupnya. Air ini penting untuk membentuk adonan yang baik dan untuk mempertahankan temperatur selama pendinginan. Air ini selain berfungsi sebagai fase pendispersi dalam emulsi daging, juga berfungsi untuk melarutkan protein sarkoplasma dan sebagai pelarut garam yang akan melarutkan protein miofibril.

#### 4. Pengukusan



Gambar 6. Pengukusan *Healthy Nugget*

Pengukusan dalam rangkaian proses pengolahan *healthy nugget* sangat penting, hal ini bertujuan agar adonan yang telah terbentuk itu dipastikan benar-benar matang, sehingga dalam proses selanjutnya yaitu pencetakan lebih mudah dan penyimpanan juga akan lebih tahan lama. Siapkan Loyang yang telah diberi minyak secukupnya agar adonan yang dimasukkan tidak lengket, lalu masukan adonan hingga merata. Setelah itu adonan dikukus selama 15-25 menit.

#### 5. Pencetakan



Gambar 7. Pencetakan *Healthy Nugget*

Pencetakan nugget dapat dilakukan sesuai dengan bentuk dan selera yang diinginkan, selain itu pencetakan dengan aneka bentuk juga bertujuan untuk

menarik minat konsumen terhadap produk tersebut, apalagi bagi anak-anak. Namun *healthy nugget* hanya dipotong-potong kecil seperti bentuk balok. Nugget yang sudah matang dimasukkan ke dalam kulkas selama 2 jam. Kemudian potong menyerupai bentuk balok kecil dan lepaskan adonan nugget yang sudah membeku/ padat dari loyang dengan bantuan spatula plastik yang pipih. Keluarkan secara perlahan dan hati-hati agar nugget tidak patah dan hancur. Setelah itu susun di sebuah wadah atau nampan sebelum proses *breeding*.

#### 6. *Breeding*



Gambar 8. Proses *Breeding Healthy Nugget*

*Breeding* adalah tepung-tepung yang digunakan untuk melapisi produk-produk makanan. *Breeding* merupakan bagian yang penting dalam proses pembuatan makanan beku, industri franchise, dan industri-industri pangan lainnya. Kerenyahan produk-produk yang dibreading membuat produk tersebut lebih enak dan lezat. Menganir dilakukan untuk mendapatkan lapisan nugget yang renyah dan membuat warnanya menjadi kecokelatan sehingga penampilan nugget lebih menarik dan menggugah selera. Tepung panir pada permukaan produk makanan berbentuk lapisan yang dapat memberikan tekstur krispi, warna kuning keemasan dan dapat mempertahankan kelembaban alami makanan.

Sambil menunggu adonan nugget matang, siapkan wadah yang berisi tepung panir serta ulekan batu lalu tumbuk tepung panir hingga sedikit halus sehingga bulirnya tidak terlalu kasar dan besar. Kemudian siapkan 3 butir telur di dalam mangkuk lalu kocok hingga merata. Nugget yang sudah matang dimasukkan ke dalam kulkas selama 2 jam kemudian dipotong-potong sesuai dengan selera, lalu celupkan nugget ke dalam telur dan tepung panir. Selanjutnya nugget digoreng hingga berwarna kuning keemasan atau dapat disimpan di dalam kulkas selama 2 jam sebelum digoreng.

Pelatihan dapat dikatakan lancar dan sukses karena peserta sangat antusias saat mencoba membuat *Healthy Nugget* dengan persentase kehadiran peserta sebanyak 95%. Peserta pun banyak bertanya seperti tentang proses pembuatan, takaran dari setiap bahan-bahan yang digunakan dan memberikan tanggapan terkait rasa serta tekstur dari *Healthy Nugget* yang dibuat bersama. Total biaya yang dikeluarkan untuk mengadakan pelatihan ini sebanyak Rp 23.000,00 karena penulis hanya mempersiapkan bahan-bahan untuk pembuatan *Healthy Nugget*, sementara untuk alat-alat yang digunakan disediakan oleh salah satu warga pemilik rumah yang dijadikan sebagai tempat pelatihan. Tetapi ada beberapa alat juga milik pribadi penulis yang digunakan selama proses pelatihan dan pendampingan untuk memproduksi *Healthy Nugget*.

### 3. Pendampingan



Gambar 9. Pendampingan Pembuatan *Healthy Nugget*

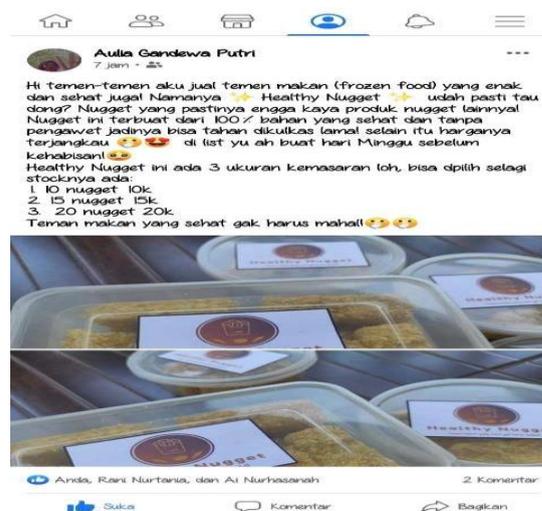
Pendampingan dalam pembuatan *Healthy Nugget* merupakan suatu proses untuk memudahkan masyarakat dalam mengolah *Healthy Nugget* sehingga masalah-masalah yang timbul segera diselesaikan. Secara umum pendampingan merupakan fasilitas pelayanan oleh pendamping kepada anggota atau peserta pelatihan dalam mengidentifikasi dan memecahkan masalah serta mendorong tumbuhnya kemandirian peserta pelatihan secara berkelanjutan (Azis & Lestariningsih, 2018). Pendampingan juga termasuk sarana komunikasi antara pendamping dengan peserta pendampingan. Pendampingan pembuatan *Healthy Nugget* dilaksanakan selama 3 kali pada tanggal 8, 10 dan 15 Agustus 2021. Hal tersebut dilakukan karena peserta pelatihan ingin memasarkan produk *Healthy Nugget* kepada warga yang lain. Peserta pelatihan disamping bisa memproduksi *Healthy Nugget* juga memiliki keterampilan memasarkan nugget sayuran dengan strategi yang efektif dan efisien.

- a. Pada pendampingan pertama tanggal 8 Agustus 2021 tidak hanya memproduksi *Healthy Nugget* saja tetapi sudah ada desain logo, desain kemasan yang *eye-catching* karena kemasan merupakan salah satu hal yang harus diperhatikan ketika hendak memproduksi produk pangan. Fungsi kemasan sebagai wadah dan pelindung produk. Kemasan juga berfungsi sebagai alat untuk mengkomunikasikan produk pangan yang dikemas melalui label yang tertera pada kemasan sehingga konsumen mengetahui produk yang akan dibeli (Sigh et al, 2014). Selain itu sudah ditentukan strategi pemasaran yaitu secara *offline* kepada tetangga terdekat.



Gambar 10. Pemasaran *Healthy Nugget* secara *offline*

- b. Pada pendampingan kedua tanggal 10 Agustus 2021 selain menambah jumlah produksi *Healthy Nugget* juga pembuatan strategi penjualan secara *online* melalui Facebook dan Whatsapp *Healthy Nugget*.



Gambar 11. Pemasaran *Healthy Nugget* secara *online*

- c. Pendampingan terakhir dilaksanakan tanggal 15 Agustus 2021 dengan menambah jumlah

produksi *Healthy Nugget* dengan tetap menggunakan metode promosi secara *online* dan sistem PO atau *booking* agar pembeli tidak kehabisan stok *Healthy Nugget*.

### 3. Evaluasi

Perjalanan program pengabdian ini perlu adanya evaluasi untuk menilai suatu program yang dijalankan terukur tingkat keberhasilannya. Tahap evaluasi dalam program pengabdian ini yaitu dilaksanakan sebanyak empat kali. Evaluasi pertama dilaksanakan pada 3 Agustus 2021 setelah terlaksananya kegiatan sosialisasi. Evaluasi ini diadakan dalam bentuk survei untuk melihat sejauh mana pemahaman, pengetahuan dan keterampilan peserta sosialisasi. Survei yang dilakukan dalam bentuk tanya jawab kepada setiap peserta pelatihan serta observasi dilapangan. Hasil survey dapat dilihat pada diagram berikut:



Diagram 1  
Pengetahuan dan Keterampilan Peserta Sebelum Pelatihan

Setelah diadakan evaluasi pertama, evaluasi kedua pun diadakan pada tanggal 5 Agustus 2021. Evaluasi ini diadakan setelah pelaksanaan kegiatan pelatihan pembuatan *healthy nugget*. Evaluasi ini diadakan dalam bentuk survei untuk melihat peningkatan pemahaman, pengetahuan dan keterampilan peserta setelah pelatihan dilaksanakan. Hasil dari survey akhir ini dapat dilihat dala diagram dibawah berikut ini:

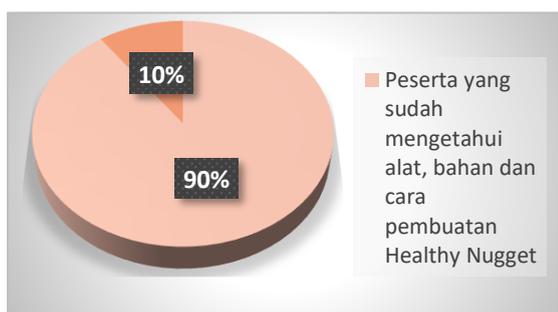


Diagram 2

Pengetahuan dan Keterampilan Peserta Sesudah Pelatihan

Dari diagram diatas dapat dikatakan bahwa ibu-ibu peserta pelatihan setelah memperoleh pelatihan pembuatan *Healthy Nugget* maka jumlah yang memiliki pengetahuan dan keterampilan meningkatkan yang awalnya hanya 14% menjadi 90%. Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan pelatihan yang diadakan berjalan dengan lancar dan sukses.

Selain itu, perlu diadakannya pendampingan kepada peserta pelatihan agar mereka dapat mengembangkan produk *Healthy Nugget* dengan baik, sehingga diadakanlah pendampingan pada tanggal 8 Agustus 2021 yang tidak hanya memproduksi *Healthy Nugget* saja tetapi pembuatan serta pencetakan logo, pemilihan tempat dan desain kemasan yang *eye-catching* serta strategi pemasaran secara *offline* kepada tetangga terdekat. Evaluasi ketiga diadakan pada tanggal 8 Agustus 2021 dalam bentuk diskusi yang menghasilkan strategi baru untuk memasarkan *Healthy Nugget* yaitu secara *online* dan juga *offline*. Evaluasi terakhir dilaksanakan pada tanggal 10 Agustus 2021 dalam bentuk diskusi yang menghasilkan keputusan untuk meningkatkan jumlah produksi *Healthy Nugget* untuk dipasarkan karena banyaknya permintaan pasar yang ingin membeli produk *healthy nugget*. Pendapatan serta keterampilan peserta pendampingan selama pendampingan pertama hingga ketiga dapat dilihat dalam diagram berikut:

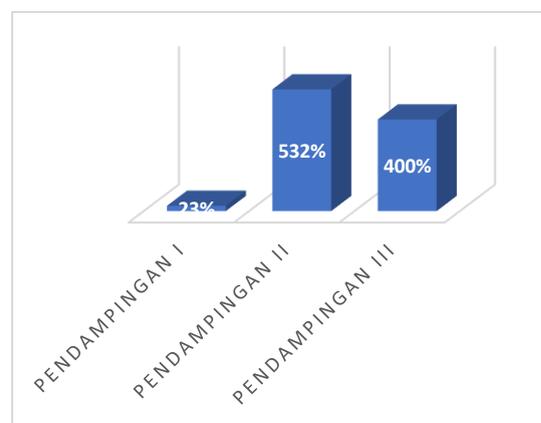


Diagram 3. Pendapatan Peserta Pendampingan per Periode

Dari diagram diatas dapat dilihat bahwa pendapatan yang diperoleh pada pendampingan pertama hanya 23% dari jumlah modal yang dikeluarkan yaitu sebanyak Rp 65.100,00 sehingga keuntungan yang diperoleh sebanyak Rp 14.900,00. Modal yang dikeluarkan pada pendampingan pertama cukup besar karena dibutuhkannya banyak bahan untuk pembuatan *healthy nugget*, mencetak *sticker* dan juga membeli tempat yang unik untuk pengemasan *healthy nugget*.

Pada pendampingan pertama penulis dan para peserta pendampingan mampu memproduksi sebanyak 80 nugget yang kemudian dipasarkan secara *offline* menjadi tiga kemasan, yaitu ada yang isi 10, 15 dan 20 dengan harga jual Rp 1000/ nugget. Pada pendampingan kedua diperoleh keuntungan sebesar Rp 101.000,00 532% dari modal yang dikeluarkan yaitu sebanyak Rp 19.000,00. Modal yang dikeluarkan pada pendampingan kedua ini kecil karena masih terdapat banyak sisa bahan yang dapat diolah menjadi *healthy nugget*. Tidak hanya bahan untuk mengolah *healthy nugget*, namun sisa *sticker* dan tempat untuk pengemasan *healthy nugget* pun masih tersisa banyak. Jumlah *nugget* yang dapat diproduksi di pendampingan kedua sebanyak 120 buah yang kemudian dipasarkan secara *online* melalui *Whatsapp* dan *Facebook*.

Melihat antusiasme warga untuk memesan dan membeli *healthy nugget*, penulis dan warga peserta pelatihan memutuskan untuk memproduksi lebih banyak *nugget* di pendampingan ketiga dan mempromosikannya menggunakan sistem PO dan tetap secara *online* melalui *Whatsapp* dan *Facebook*. Namun pada pendampingan ketiga semua bahan yang digunakan untuk memproduksi *healthy nugget* sudah habis, hanya tersisa *sticker* dan tempat pengemasannya saja. Keuntungan yang diperoleh pada pendampingan ketiga menurun menjadi 400% dari jumlah modal yang dikeluarkan sebanyak Rp 40.000,00. Sehingga keuntungan yang diperoleh sebesar Rp 160.000,00. Jumlah *nugget* yang dapat di produksi pada pendampingan ketiga sebanyak 200 *nugget* dan tetap dipasarkan menjadi 3 kemasan.

Dapat disimpulkan bahwa total keuntungan atau pendapatan yang dapat diperoleh dari pendampingan pertama hingga pendampingan adalah Rp 279.900,00 dan total modal yang dikeluarkan sebanyak Rp 124.100,00.



Diagram 4. Keterampilan Peserta Pendampingan per Periode

Diagram diatas menunjukkan peningkatan keterampilan peserta pendampingan mulai dari pendampingan pertama hingga ketiga. Keterampilan peserta pendampingan sudah ada di 92% karena pada saat pelatihan keterampilan warga dalam pembuatan *healthy nugget* sudah 90% yang sebelumnya hanya 14% pada saat sosialisasi.

## SIMPULAN DAN SARAN

### Kesimpulan

Kegiatan program kerja dalam rangka pengabdian kepada masyarakat ini mampu meningkatkan pengetahuan dan keterampilan warga serta dapat dijadikan sebagai pemberdaya kewirausahaan warga desa Cijedil karena warga dapat melakukan pengolahan secara mandiri dan berkelanjutan untuk meningkatkan pendapatan keluarganya. Hal tersebut dapat dilihat dari tingkat pemahaman peserta pelatihan sebelum dan sesudah pelatihan. Selain itu dapat dilihat pula peningkatan pendapatan serta keterampilan peserta pendampingan di mulai dari pendampingan pertama hingga pendampingan ketiga. Setelah diadakan program pendampingan, warga pun mampu dan tertarik melanjutkan produksi olahan makanan yang bergizi, sehat serta ekonomis yang dapat dikonsumsi di masa pandemi ini yaitu *Healthy Nugget*. Mereka pun menjadi mampu membuat olahan makanan di masa pandemi untuk keluarganya secara mandiri.

Saran dalam pelaksanaan program pengabdian kepada masyarakat ini yaitu perlu adanya tindak lanjut dengan perbaikan sarana yang lebih menunjang dan variasi produk baik itu dari segi rasa ataupun kemasan yang lebih banyak dan menarik

minat konsumen namun tetap mengutamakan nilai gizi dan ekonomis. Selain untuk pihak Universitas Suryakencana dan juga untuk pihak Desa Cijedil agar dapat lebih mendukung lagi program kerja ini sehingga program kerja ini dapat berkembang menjadi lebih baik lagi.

#### UCAPAN TERIMAKASIH

Penyusun mengucapkan banyak terimakasih kepada Ibu Maemunah yang telah memfasilitasi tempat terselenggaranya sosialisasi, pelatihan serta pendampingan pembuatan *Healthy Nugget* dan terimakasih kepada beberapa ibu-ibu di Desa Cijedil Kecamatan Cugenang Kabupaten Cianjur yang telah berpartisipasi dalam program kerja ini.

#### DAFTAR RUJUKAN

- Azis, R., & Lestariningsih. (2018). *Pelatihan Pengolahan Nugget Sayuran Untuk Meningkatkan Produktivitas Anggota Pendamping Keluarga Harapan Di Desa Jatinom-Blitar*. 3(1), 230–236.
- A. A. R., S., HENDRAWATI, I. A., & LIKAH, S. (2020). Pengaruh penambahan wortel terhadap tingkat kesukaan nugget ayam. *Majalah ilmiah peternakan*, 23(3). <https://doi.org/10.24843/mip.2020.v23.i03.p05>
- Buku Pedoman Kuliah Kerja Nyata (KKN) Tahun 2021*, Universitas Suryakencana Cianjur
- Bjarnadottir, A. 2015. *Carrots 101: Nutrition Facts and Health Benefits*. WebMD
- Ikrawan, Y., & Nurminabari, I. S. (2020). pengaruh konsentrasi ampas kecap dan konsentrasi wortel (*daucus carota*) terhadap karakteristik nugget nabati. *Pasundan Food Technology Journal*, 7(1), 26–32. <https://doi.org/10.23969/pftj.v7i1.2692>
- Kurniawati, T., Sa'ida, N., Wahono, W., & Hermoyo, P. (2019). Peningkatan Produktivitas Pengusaha Tempe. *Aksiologi: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 181. <https://doi.org/10.30651/aks.v2i2.2406>
- Muhaenah, Y. S., Sachriani, & Yulianti, Y. (2021). Pelatihan Pembuatan Nugget Singkong Pada Masyarakat Wilayah Kelurahan Benda Baru, Pamulang, Tangerang Selatan. *JURNAL ABDITEK (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Fakultas Teknik)*, 1(1), 32–45.
- Pramudya, F. N., Silamat, E., Gabrienda, G., & Adnan. (2021). *Peningkatan Pendapatan Melalui Pelatihan Pengolahan Wortel Menjadi Nugget Sehat dan Bergizi Bagi Ibu Rumah Tangga*. 4(April), 41–46.
- Rujiah, R., Ninsix, R., & Hayati, Z. (2013). Pengolahan Nugget Sayur. *Jurnal Teknologi Pertanian*, 2(1), 35–47. <https://doi.org/10.32520/jtp.v2i1.49>
- Sanjaya, W. 2015. *Perencanaan dan desain sistem pembelajaran*. Jakarta: Kencana.
- Sigh, R. P. & Heldman, D. R. (2014). *Introduction to Food Engineering* (5<sup>th</sup> ed.) USA: Academic Press.
- Setiawan, D., Yuvendius, H., & Zondra, E. (2021). *Pelatihan Pembuatan Nugget Tempe bagi Majelis Taklim Al-Hidayah Kelurahan Limbungan*. 2(1), 58–64.
- Susanti, R. 2017. Pengaruh Penambahan Wortel Terhadap Mutu Organoleptik dan kadar  $\beta$ -Karoten Nugget Ikan Nila (*Oreochromis niloticus*). *Kaya Tulis Ilmiah*. Jurusan Gizi. Politeknik Kesehatan Kemenkes Padang.
- Susilowati, D., Diana, M. S. C., Bahri, A. P. M., & ... (2020). Peningkatan Kapasitas Masyarakat Melalui Pelatihan Olahan Nugget Sawi Putih Dan Wortel. *Prosiding ...*, 170–178. <https://jacips.machung.ac.id/index.php/senam/article/view/43>
- Utami, S. S., Guntoro, G., Suharianto, S., & Umami, M. R. (2018). Sifat Fisik dan Sensori Nugget Wortel Brokoli. *Prosiding*, 215–220. <https://publikasi.polije.ac.id/index.php/prosiding/article/view/1229>
- Zulaikhah, S. R., Fauziah, F. R., & Puspita, D. (2019). Upaya Peningkatan Pendapatan Ibu-Ibu Pkk Dan Peningkatan Gizi Keluarga Di Wilayah Kelurahan Sumampir Purwokerto Utara Melalui Pembuatan Nugget Ayam Wortel Dan Nugget Ayam Brokoli. *Journal Community Development and Society*, 1(2), 66–73. <https://doi.org/10.25139/cds.v1i2.1824>
- Wawancara dengan Ilah, tanggal 27 Juli 2021, di Kantor Desa Cijedil, pukul. 9.30 -11.00 WIB.
- Wibowo, A., Hamzah, F., & Johan, V. S. (2014). Pemanfaatan Wortel (*Daucus carota* L) Dalam Meningkatkan Mutu Nugget Tempe. *Jurnal Sagu*, 13(2), 27–34.