
Pemberdayaan Kelompok Wanita Tani Jakwire Tegal melalui Pengolahan Hasil Budidaya Jamur Tiram menjadi Penyedap Rasa Pengganti MSG

Adevia Maulidya Chikmah, Umi Baroroh, Intan Mayasari

Email: umi.baroroh.ub@gmail.com

Program Studi D III Kebidanan, Politeknik Harapan Bersama, Indonesia

Jalan Dewi Sartika No.09 Pesurungan Lor, Margadana, Kota Tegal

Contact 085641704313

Abstrak

Kelompok Wanita Tani Jakwire Tegal adalah KWT yang berdiri sejak tahun 2019 di Kelurahan Margadana Kota Tegal. Anggota KWT Jakwire Tegal sebanyak 30 orang. Lahan yang tersedia masih sedikit yaitu 48 m², dan 12 m² dimanfaatkan untuk budidaya jamur tiram. Pemanfaatan budidaya jamur tiram baru berjalan 1 tahun. Dalam rangka melaksanakan dharma pengabdian kepada masyarakat, maka penulis mengadakan pemberdayaan masyarakat dengan memanfaatkan lahan yang akan disosialisasikan dalam kegiatan Pemberdayaan Kelompok Wanita Tani Jakwire Tegal Melalui Pengolahan Hasil Budiaya Jamur Tiram Menjadi Penyedap Rasa Pengganti MSG. Tujuan pengabdian kepada masyarakat ini Meningkatkan pengetahuan ibu tentang budidaya jamur rumahan, kaldu jamur sebagai pengganti MSG dan pengolahan hasil budidaya jamur. Metode kegiatan ini merupakan pelatihan yang terdiri beberapa tahapan yaitu survey, pelatihan serta monitoring dan evaluasi. Hasil dari kegiatan ini yaitu meningkatnya pemahaman tentang budidaya jamur tiram rumahan dan kelompok tani dapat membuat pengolahan budidaya jamur tiram menjadi kaldu jamur sebagai pengganti MSG.

Kata kunci: jamur tiram; kaldu jamur.

Abstract

The Jakwire Tegal Women Farmers Group is a KWT that was established in 2019 in the Margadana Village, Tegal City. There are 30 members of KWT Jakwire Tegal. The available land is still small, namely 48 m², and 12 m² is used for oyster mushroom cultivation. Utilization of oyster mushroom cultivation has only been running for 1 year. In order to carry out the dharma of community service, the author conducts community empowerment by utilizing the land that will be socialized in the activities of Empowering Women Farmer Groups of Jakwire Tegal Through Processing Oyster Mushroom Cultivation Products into Flavoring Substitutes for MSG. The purpose of this community service is to increase mother's knowledge about home mushroom cultivation, mushroom broth as a substitute for MSG and processing of mushroom cultivation. The method of this activity is training which consists of several stages, namely survey, training and monitoring and evaluation. The results of this activity are mThe increased understanding of oyster mushroom cultivation at home and farmer groups can make the processing of oyster mushroom cultivation into mushroom broth as a substitute for MSG.

Keywords: *oyster mushroom; mushroom broth.*

1. Pendahuluan

Kelompok Wanita Tani Jakwire Tegal adalah KWT yang berdiri sejak tahun 2019 di Kelurahan Margadana Kota Tegal. Anggota KWT Jakwire Tegal sebanyak 30 orang. Lahan yang tersedia masih sedikit yaitu 48 m², dan 12 m² dimanfaatkan untuk budidaya jamur tiram. Pemanfaatan budidaya jamur tiram baru berjalan 1 tahun.

Khusus kegiatan budidaya jamur tiram tampaknya belum optimal. Hal ini antara lain disebabkan oleh pengetahuan dan ketrampilan KWT dalam budidaya jamur tiram masih rendah, dan keterbatasan tempat.

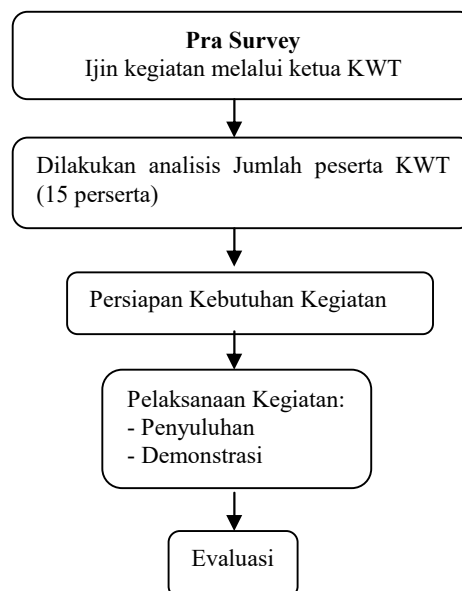
Jamur memiliki cita rasa istimewa, menghasilkan rasa enak dan gurih pada makanan sehingga sangat diminati. Jenis asam amino yaitu asam glutamat yang terdapat pada jamur adalah zat yang menyebabkan rasa yang sama seperti yang terdapat dalam daging. Asam glutamat digunakan sebagai neurotransmitter dalam otak dan neuron. Kandungan asam glutamat pada jamur akan semakin tinggi ketika jamur benar-benar dewasa dan siap untuk dipanen.⁽¹⁾ Penggunaan jamur sebagai alternatif bumbu penyedap alami selain memberikan rasa gurih dan lezat pada masakan juga memberikan berbagai manfaat kesehatan sehingga jamur sering disebut sebagai makan fungsional dan sebagai alternative pengganti MSG.

Dampak MSG bagi kesehatan dalam jangka pendek yaitu *symptom complex* MSG antara lain perut mual, sakit kepala, mudah mengantuk, keringat berlebihan, wajah dan leher terasa panas, wajah terasa kaku, jantung berdetak kencang, nyeri dada, kesemutan. Resiko jangka Panjang yaitu terjadinya Gangguan

pemusatan Perhatian dan Hiperaktifitas pada anak-anak, kanker, diabetes dan masalah pada ginjal.⁽²⁾⁽³⁾

Dalam rangka melaksanakan dharma pengabdian kepada masyarakat, Prodi D3 Kebidanan akan mengadakan pemberdayaan masyarakat dengan memanfaatkan lahan yang akan disosialisasikan dalam kegiatan “Pemberdayaan Kelompok Wanita Tani Jakwire Tegal Melalui Pengolahan Hasil Budiaya Jamur Tiram Menjadi Penyedap Rasa Pengganti MSG”

2. Metode



Proses pelaksanaan pengabdian dimulai dari ijin kegiatan kepada ketua KWT, selanjutnya melakukan analisis keadaan peserta, menyiapkan kebutuhan kegiatan. Setelah semua persiapan sudah siap, dilanjutkan dengan pelaksanaan kegiatan yaitu penyuluhan mengenai budidaya jamur rumahan dan pengolahan hasil budidaya jamur dan demonstrasi pembuatan MSG dari Jamur. Kegiatan ditutup dengan evaluasi hasil kegiatan.

3. Hasil dan Pembahasan

Pelaksanaan pengabdian masyarakat dengan judul Pemberdayaan Kelompok Wanita Tani Jakwire Tegal Melalui Pengolahan Hasil Budiaya Jamur Tiram Menjadi Penyedap Rasa Pengganti MSG dengan sasaran anggota KWT dengan jumlah 15 orang pada tanggal 19-20 Desember 2021. Proses Pelaksanaan kegiatan pengabdian melalui beberapa tahapan yaitu:

Melakukan survey tingkat pengetahuan Ibu tentang Kaldu Jamur sebagai pengganti MSG. Untuk mengetahui pengetahuan Ibu tentang Kaldu Jamur sebagai pengganti MSG, maka dilakukan pemberian kuisioner. Kuisioner ini bertujuan untuk mengetahui keberhasilan penyuluhan yang dilakukan oleh Program Studi DIII Kebidanan Politeknik Harapan Bersama Tegal. Adapun hasilnya adalah sebagai berikut :

Tabel 3.1 Gambaran Ibu tentang Kaldu Jamur sebagai pengganti MSG

No	Kriteria	Tingkat Pengetahuan		
		Baik	Cukup	Kurang
1	Pretest	30%	30%	40%
2	Posttest	60%	25%	15%

Tingkat pengetahuan Ibu tentang Kaldu Jamur sebagai pengganti MSG sebelum dilakukan penyuluhan sebagian besar memiliki pengetahuan kurang sebanyak 40%. Sedangkan setelah dilakukan penyuluhan mengalami peningkatan dengan pengetahuan baik sebanyak 60%.

Kegiatan inti yang kami lakukan yaitu melakukan penyuluhan mengenai pemanfaatan kaldu jamur sebagai pengganti MGS dan pengolahan jamur menjadi kaldu jamur.



Gambar 3.1 Dokumentasi penyuluhan

Langkah-langkah pengolahan jamur menjadi kaldu yaitu:

1. Keringkan jamur dan bawang putih menggunakan dehydrator.



Gambar 3.2 Jamur dikeringkan menggunakan dehydrator.

2. Haluskan jamur dan bawang putih yang sudah benar-benar kering dengan blender



Gambar 3.3 Menghaluskan jamur

3. Simpan kaldu jamur dalam wadah dan beri label.



Gambar 3.4 Kaldu jamur yang sudah dihaluskan dan diberi label

Pada kegiatan ini, jamur yang digunakan yaitu jamur merang, pemilihan jamur merang berdasarkan penelitian dimana jamur merang memiliki rasa yang gurih dibandingkan dengan jamur tiram.⁽⁴⁾

Kandungan gizi pada jamur merang juga sangat bermanfaat bagi tubuh kita, kandungan protein dari jamur cukup tinggi dibandingkan dengan sayuran hijau atau umbi-umbian juga sebagai penambah protein bagi orang-orang yang kekurangan protein.⁽⁵⁾

Seperti kita ketahui Bersama, makanan yang beredar di pasaran mengandung bahan tambahan pangan yaitu penyedap, pemanis dan pengawet. Sebagian besar dari bahan tambahan pangan tersebut menggunakan bahan buatan seperti penyedap sintesis (MSG). MSG dapat diganti dengan penyedap alami yang memiliki kemiripan rasa. Jamur dikenal sebagai salah satu bahan yang bisa dimanfaatkan untuk membuat penyedap rasa alami.⁽⁴⁾

Kaldu jamur banyak diminati karena jamur memiliki rasa lezat dan gurih, dalam jamur terdapat glutamate alami dimana akan tetap terasa gurih walaupun kandungan garam dikurangi 30-40%.⁽⁶⁾

4. Kesimpulan

Pelatihan Hasil Budiaya Jamur Tiram Menjadi Penyedap Rasa Pengganti MSG ini merupakan upaya untuk mengoptimalkan hasil pengolahan jamur agar menjadi bahan makanan yang memiliki nilai jual yang tinggi dan menghasilkan kaldu jamur yang memiliki nilai gizi yang tinggi sebagai pengganti MSG yang dapat mengganggu kesehatan.

5. Ucapan Terimakasih

Ucapan terimakasih kami berikan kepada Politeknik Harapan

Bersama yang telah mendukung kami dalam melaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

6. Daftar Pustaka

- [1] Hayatin Nisa, Arfi Syamsun IAL. the Effect of Administration the Highrise Dosage of Monosodium. *Fac Med Mataram Univ.* 2017;2(1).
- [2] Chikmah A Maulidya, Nisa J. Pengaruh Life Style (Pola Konsumsi Makanan Mengandung Msg) Terhadap Gangguan Pemusatan Perhatian Dan Hiperaktif Pada Anak Prasekolah. *BHAMADA Jurnal Ilmu dan Teknologi Kesehatan [Internet].* 2020;11(2):65–72. Available from: <http://ojs.stikesbhamadaslawi.ac.id/index.php/jik>
- [3] Wahyni, S. Dampak Msg Bagi Kesehatan Anak [Internet]. *Pasca Sarjana Universitas Jember;* 2017. Available from: <https://pasca.unej.ac.id/dampak-msg-bagi-kesehatan-anak/>
- [4] Prasetyaningsih Y, Sari MW, Ekawandani N. Pengaruh suhu pengeringan dan laju alir udara terhadap analisis proksimat penyedap rasa alami berbahan dasar jamur untuk aplikasi makanan sehat (batagor). *Eksergi.* 2018;15(2):41–7.
- [5] Parwati CI, Iswahyudi C. Kumbung Otomatis Untuk Budidaya Jamur pada Industri Rumah Tangga. 2013;1–7.

- [6] Widyastuti, N., Donowati, T. dan Reni G. Potensi Beberapa Jamur Basidiomycota Sebagai Penyedap Alternatif Masa Depan. Univ Trunojoyo Madura [Internet]. 2015;2-3. Available from:
[http://repository.lppm.unila.ac.id/1693/1/PROSIDING SEMNAS FKPTTPI 2015-1.pdf](http://repository.lppm.unila.ac.id/1693/1/PROSIDING_SEMNAS_FKPTTPI_2015-1.pdf)