



## **Pemberdayaan Kelompok Ibu-Ibu Rumah Tangga Melalui Pelatihan Pembuatan Keripik Pare di Kelurahan Karunrung, Kota Makassar**

**Harti Oktarina<sup>1</sup>, Sri Mukminati<sup>2</sup>, Haris Munandar<sup>3</sup>, Nur Arisah<sup>4</sup>**

<sup>1,2,3,4</sup> Universitas Patempo

E-mail: [hartioktarina@gmail.com](mailto:hartioktarina@gmail.com) [nurarisahriri@gmail.com](mailto:nurarisahriri@gmail.com)

### **Abstract:**

Pemberdayaan masyarakat dapat diartikan sebagai suatu proses yang membangun manusia atau *masyarakat melalui pengembangan kemampuan masyarakat*. Contoh program pemberdayaan masyarakat yaitu pemberdayaan Kelompok Ibu-Ibu Majelis Taklim. Salah satu pemberdayaan kelompok ibu-ibu majelis ta'lim yaitu melalui pelatihan pembuatan keripik pare. Kurangnya pengetahuan Kelompok Ibu-Ibu Majelis Ta'lim Al-khaerat tentang manfaat dari sayur pare, kurangnya kreatifitas dalam meningkatkan perekonomian yang sudah ada, dan pembudidayaan sayur pare yang hampir punah, dikarenakan khas dari sayur pare berasa pahit, maka tim pengabdian kepada masyarakat mempunyai ide untuk menggunakan bahan baku pare untuk olahan kripik.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk (1) meningkatkan pengetahuan masyarakat dalam hal ini ibu-ibu majelis ta'lim Al Khaerat mengenai manfaat dan kandungan gizi yang terdapat di buah pare. (2) Meningkatkan keterampilan masyarakat dalam hal ini ibu-ibu majelis ta'lim Al Khaerat dalam mengolah pare yang rasanya pahit menjadi makanan yang gurih dan renyah menjadi pare crispy (keripik) sehingga dapat menjadi peluang usaha yang dapat menambah pendapatan keluarga.

Hasil pelatihan mengolah pare menjadi keripik pare berjalan dengan lancar dan pare yang pahit namun memiliki banyak khasiat dapat dijadikan camilan yang crispy dan tidak pahit lagi sehingga pare semakin dinikmati oleh masyarakat.

**Kata kunci :** usaha keripik pare, kemasan, pemasaran

### **Pendahuluan**

Peran ibu rumah tangga dalam keluarga sangat penting. Setiap perempuan yang telah menikah dan tidak bekerja akan berubah statusnya menjadi ibu rumah tangga. Ibu rumah tangga adalah wanita yang mengatur penyelenggaraan berbagai macam pekerjaan rumah tangga, istri (ibu) yang hanya mengurus berbagai pekerjaan dalam rumah tangga (tidak bekerja di kantor). Keberadaan ibu rumah tangga beserta hak dan kewajibannya dianggap sebagai suatu hukum alam yang secara alamiah memang harus dikerjakan oleh ibu rumah tangga.

Terkait dengan usaha meningkatkan ekonomi keluarga, ibu rumah tangga perlu ditingkatkan kemampuannya agar mampu membantu perekonomian keluarga. Upaya peningkatan tersebut dapat dilakukan melalui upaya pemberdayaan. Memberikan motivasi, pengetahuan mengenai pola pendampingan usaha, pelatihan keterampilan dan penyuluhan kewirausahaan merupakan beberapa cara pemberdayaan untuk membekali



para perempuan agar bisa bekerja dan memiliki penghasilan dengan usahanya membuat dirinya berdaya.

Pemberdayaan suatu isu yang muncul dalam pendekatan pembangunan ketika masyarakat marginal memerlukan bantuan proses penguatan ekonomi dan sosial dalam konteks kesejahteraan hidup masyarakat. Pemberdayaan suatu kegiatan dengan memberikan motivasi dan dorongan kepada masyarakat agar mampu menggali potensi dirinya dan berani bertindak memperbaiki kualitas hidupnya. Pemberdayaan masyarakat dapat diartikan sebagai suatu proses yang membangun manusia atau masyarakat melalui pengembangan kemampuan masyarakat.

Majelis Ta'lim Al-Khaerat adalah salah satu kelompok Majelis Ta'lim yang berada di Kelurahan Karunrung, anggota yang tergabung di dalam Majelis Ta'lim ini adalah umumnya perempuan baik ibu-ibu yang murni ibu rumah tangga maupun ibu-ibu yang memiliki peran ganda atau bekerja selain sebagai ibu rumah tangga.

Majelis Ta'lim sebagai lembaga pendidikan non formal didirikan sehingga dapat dijadikan majelis ta'lim sebagai pusat pengembangan keterampilan atau skill jamaah sehingga aktivitas majelis ta'lim tidak terpaku pada kegiatan ta'lim atau ceramah tentang keagamaan saja, namun juga di dalamnya terdapat aktivitas yang bertujuan memberdayakan masyarakat. Majelis ta'lim merupakan lembaga pendidikan Islam yang sangat dekat dengan masyarakat, untuk itulah dikatakan bahwa peran majelis ta'lim sangat strategis dalam memberdayakan masyarakat.

Keripik adalah salah satu bentuk produk industri yang mengolah buah dan sayur segar menjadi keripik. Keripik merupakan makanan ringan yang sangat digemari oleh masyarakat, karena mengingat rasanya yang nikmat dan gurih. Keripik buah dan sayur adalah produk olahan buah yang diproses dengan penggorengan sehingga bahan (daging buah) yang digoreng renyah dan berwarna cerah. Kondisi ini tidak dapat diperoleh dengan penggorengan biasa. Selain itu keripik buah juga memiliki kandungan gizi yang sangat baik untuk kesehatan.

Pare merupakan salah satu tanaman yang dapat menjadi sumber gizi alternatif yang dapat dikonsumsi. Pare banyak terdapat di daerah tropika, tumbuh baik di daerah dataran rendah dan dapat ditemukan tumbuh liar di tanah terlantar, tegalan, dibudidayakan atau ditanam di pekarangan dengan dirambatkan pagar untuk diambil buahnya. Pare memiliki nilai dan kandungan gizi yang tinggi. Dalam buah pare mengandung antioksidan eksogen yang dapat menurunkan aktivitas virus sehingga perkembangan virus dapat ditekan. Antioksidan alami dapat menurunkan aktivasi virus HIV/AIDS dalam darah ODHA. Buah pare juga mengandung vitamin A, B, dan C, kalsium, fosfor, besi dan zat putih telur. Vitamin dapat meringankan dan memperpendek lamanya penyakit, memperkecil infeksi sampingan pada penyakit yang menunjukkan resistensi.



Olahan pare sendiri di Indonesia masih dalam bentuk sederhana, sehingga belum adanya inovasi pengolahan pare dalam bentuk lain maka dengan pengolahan kripik pare juga diharapkan agar produksi pare ini akan terus berkelanjutan dan bermanfaat bagi kelompok ibu-ibu majelis ta'lim untuk menciptakan peluang usaha bisnis kripik pare serta dapat meningkatkan ekonomi keluarga.

### **Permasalahan Mitra**

Berdasarkan analisis kebutuhan yang telah dilakukan dengan berdiskusi dengan mitra, maka rumusan masalah atau permasalahan yang dihadapi mitra adalah sebagai berikut:

1. Kurangnya pengetahuan masyarakat tentang manfaat pare
2. Belum memiliki pengetahuan dan keterampilan dalam mengolah pare menjadi produk olahan yang bisa bernilai ekonomi di pasar local.

### **Metode**

Dengan berbagai langkah-langkah sebagai pendekatan kami terhadap masyarakat dalam pembuatan kripik pare supaya lebih diminati.

- 1) Memberikan penjelasan mengenai karakteristik buah pare serta manfaat dan kandungan gizi yang terdapat didalamnya.
- 2) Demonstrasi terhadap produk yang akan dibuat. Langkah-langkah yang dilakukan adalah:
  - a. Tahap Persiapan. Mempersiapkan alat dan bahan yang diperlukan dalam pembuatan kripik pare;
  - b. Tahap Proses. Dalam demonstrasi ini peserta diberikan kesempatan bertanya langsung pada saat pembuatan kripik pare dilakukan.
  - c. Tahap Penutup. Dalam tahap ini produk telah selesai dan siap untuk dikonsumsi langsung atau bisa dilanjutkan ke metode selanjutnya agar bernilai ekonomi.
- 3) Mengajak warga sekitar terutama bagi ibu-ibu untuk dapat mengelola sayur pare menjadi makanan yang makin digemari, selain itu dapat menjadikan suatu penghasilan tersendiri bagi tiap-tiap warga.

### **Hasil**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan dengan cara tatap muka dan praktik pembuatan kripik pare berjalan dengan baik dan lancar. Pertemuan tatap muka dengan metode demonstrasi, dilanjutkan latihan dan praktik untuk membuat kripik pare. Kegiatan pelatihan ini dilaksanakan pada hari Minggu, 14 Juli 2019 dari pukul 09.00 – 12.00 WITA. Peserta kegiatan berjumlah 24 orang yang terdiri



dari ibu-ibu rumah tangga yang tergabung dalam kelompok Majelis Ta'lim Al Khaerat Kelurahan Karunrung, Kota Makassar. Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan oleh 4 orang dosen STKIP Pembangunan Indonesia Masyarakat yang terdiri dari 3 orang dosen Pendidikan Biologi dan 1 orang dosen Pendidikan Ekonomi.

### **1. Pelaksanaan Kegiatan**

#### **Cara membuat keripik pare:**

Pare atau yang memiliki nama latin *Momordica* adalah tumbuhan yang banyak hidup di daerah tropis. Warna buahnya hijau atau kekuningan saat sudah tua. Rasa khas yang ada pada buah pare adalah pahit. Namun, sebagian orang justru menyukai rasa tersebut karena selain pahit juga memiliki rasa gurih. Dibalik rasa pahit buah pare ini tersembunyi berbagai khasiat karena mengandung albuminoid, karbohidrat dan pigmen.

#### **Bahan-bahan:**

**500 gr** pare / 2 buah

Adonan Tepung:

**150 gr** tepung beras putih

**75 gr** tepung tapioca

**40 gr** tepung terigu

**1/4 sdt** kunyit bubuk

**1/2 sdt** kaldu bubuk

**225 ml** air

**3 lembar** daun jeruk, iris tipis-tipis

**1 butir** telur

#### **Bumbu Halus:**

**3 siung** bawang putih

**2 butir** kemiri sangria

#### **Langkah-langkah Pembuatan:**

- Potong pare menjadi 2 bagian lalu keruk bijinya dengan pisau. Iris tipis-tipis
- Tambahkan 1 sdm garam ke pare yang sudah diiris tipis, aduk rata lalu tuang air hingga pare terendam. Diamkan selama 20 menit.



- Setelah 20 menit, buang air rendaman pare lalu cuci bersih pare dengan air baru sambil sedikit diperas. Ulangi proses pencucian pare hingga 2 kali.
- Rebus air dalam sebuah panci hingga mendidih. Matikan api. Masukkan irisan pare yg sudah dicuci. Biarkan pare terendam air mendidih selama 5 menit. Angkat dan tiriskan.
- Jika sudah dicuci sebanyak 2x, peras pare hingga kesat. Pare siap diolah.
- Siapkan adonan tepung terlebih dahulu. Campur tepung beras, tapioka dan terigu. Tambahkan bumbu halus, kunyit bubuk, kaldu bubuk, dan irisan daun jeruk. Aduk rata sambil dituangi air. Masukkan telur lalu aduk hingga rata dan tidak bergerindil.
- Masukkan secukupnya pare ke dalam adonan tepung. Ambil pare menggunakan tangan atau garpu (satu persatu ya), lalu goreng dalam minyak panas dengan api sedang hingga matang. Angkat dan tiriskan. Lakukan hal yang sama hingga irisan pare habis.
- Siap disajikan.



## **Pembahasan**

Dari hasil akhir yang kami dapat dengan melalui beberapa tahap dan beberapa evaluasi alhamdulillah hasil yang didapat cukup memuaskan dan membuahkan hasil meskipun di awal pembuatan masih terdapat suatu kegagalan dan uji coba, tapi itu sudah mendapat suatu respon yang baik dari masyarakat setempat. Suatu program dari kami dalam pembuatan produk dengan membuat keripik pare juga mendapat tanggapan yang positif. Dengan begitu bertambah satu produk lagi yang dapat diolah dari buah pare yang pahit.

Target peserta pelatihan seperti yang direncanakan sebelumnya adalah paling tidak 15 orang. Dalam pelaksanaannya, kegiatan ini diikuti oleh 24 orang. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa target peserta tercapai 100%. Angka tersebut menunjukkan bahwa kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilihat dari jumlah



peserta yang mengikuti dapat dikatakan berhasil/sukses. ketercapaian target materi pada kegiatan pelatihan pembuatan keripik pare ini cukup baik, karena materi pelatihan telah dapat disampaikan secara keseluruhan. Materi pelatihan yang telah disampaikan adalah sebagai berikut:

- a. Manfaat dan kandungan gizi buah pare
- b. Pelatihan pembuatan keripik pare

Keberhasilan ini selain diukur dari komponen diatas, juga dapat dilihat dari kepuasan peserta setelah mengikuti kegiatan. Manfaat yang diperoleh para peserta adalah dapat mengetahui mengenai manfaat buah pare dan mendapatkan keterampilan baru dalam mengolah buah pare yang pahit menjadi makanan yang lebih renyah melalui pembuatan keripik pare.

### **Kesimpulan**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilihat dari jumlah peserta yang mengikuti dapat dikatakan berhasil/sukses. Hasil pelatihan mengolah sayur pare menjadi keripik pare berjalan dengan lancar dan pare yang pahit namun memiliki banyak khasiat dapat dijadikan camilan yang crispy dan tidak pahit lagi sehingga pare semakin dinikmati oleh masyarakat

### **Daftar Referensi**

- Mujanah, S, Ratanawati T & Wiwik, R. IbM Kelompok Usaha Kerupuk I Kenjeran Kota Surabaya. Jurnal Pengabdian LPPM Untag Surabaya Juli 2016. Vol 02.No 1 Hal 103-116
- Utami. A.T, Sumantadinata, K, Palupi, N.S, Potensi Usaha Keripik Ikan Teri Wader Untuk Meningkatkan Ppatan UKM. Jurnal Industri Kecil Menengah (MPI) Vol. I No. 1 Februari 2006
- Sudarno, Rosanti SL, Subekti S. 2012. Uji Sensitifitas Sari Buah Pare (*Momordicacharantia L*) Pada Bakteri *Edwardsiellatarda* dengan Metode Difusi Kertas Cakram Secara In Vitro. Jurnal Ilmiah Perikanan dan Kelautan 4(1): 109-111.
- Damayanti, D. 2008, Buku Pintar Tanaman Obat, Agromedia Pustaka, Jakarta. Djalil, M, & Sulaeman. Strategi Pengembangan Usaha Keripik Ubi Kayu Pada Industri Pundi Mas di Kota Palu. e-J. Agrotekbis 3 (3) : 390 - 401 , Juni 2015 ISSN : 2338-3011