

## Utilization of red Guava seeds into Rengginang puji seri

Evawany Aritonang<sup>1\*</sup>, Sora Muda Sarumpaet<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Departemen Gizi Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Sumatera Utara

<sup>2</sup>Departemen Epidemiologi Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Sumatera Utara

\*Email: [evawan@gmail.com](mailto:evawan@gmail.com)

### Abstract

Rengginang is thick crackers made from pulut (sticky rice) which are dried in the sun and then fried in hot oil. Economically, Rengginang business is a very profitable business because it is a snack that can be consumed daily by the community. One way to increase the nutritional content of Rengginang pulut is by adding red guava. Laboratory results show that red guava contains Fe, Vitamin C and Zn. Annysa UKM fostered by the Syariah Cooperative Community of Al-Ikhlas produces guava fruit syrup, starfruit syrup, red guava dodol and starfruit dodol. So far, the red guava pulp has not been utilized by Annysa UKM. Then the service team gave a new innovation in food diversification by utilizing red guava pulp into a mixture making Rengginang. The method of approach is carried out with socialization, discussion, training, demonstration and assistance. The dedication team tested 3 recipes of guava red with a composition of 5 gr, 7.5 gr and 10 gr. After the recipe was tested, it was applied to Annysa UKM on August 1, 2019. As a result, Annysa UKM members were skilled in processing glutinous rice and red guava. The dedication team also facilitated the facilities and infrastructure in the form of spiner and cylinders needed for the development of the manufacturing of Rengginang pujiseri in the Annysa UKM group.

**Keyword:** *Red Guava Seeds, Regginang puji seri*

### Abstrak

Rengginang adalah kerupuk tebal terbuat dari pulut (ketan) yang dikeringkan di bawah sinar matahari lalu digoreng dengan minyak panas. Secara ekonomis, usaha Rengginang merupakan bisnis yang sangat menguntungkan karena merupakan camilan yang dapat dikonsumsi sehari-hari masyarakat. Salah satu cara meningkatkan kandungan gizi pada Rengginang pulut dengan penambahan jambu biji merah. Hasil laboratorium menunjukkan bahwa jambu biji merah mengandung Fe, Vitamin C dan Zn. UKM Annysa binaan Koperasi Syariah Kaum Ibu Al-Ikhlas memproduksi sirup buah jambu merah (guava), sirup belimbing, dodol jambu merah serta dodol belimbing. Selama ini ampas jambu biji merah tersebut tidak dimanfaatkan oleh UKM Annysa. Kemudian tim pengabdian memberi inovasi baru penganekaragaman makanan dengan memanfaatkan ampas jambu biji merah menjadi bahan campuran membuat Rengginang. Metode pendekatan yang dilakukan dengan sosialisasi, diskusi, pelatihan, demonstrasi dan pendampingan. Tim pengabdian menguji 3 resep jambu biji merah dengan komposisi 5 gr, 7,5 gr dan 10 gr. Setelah resep diuji maka diaplikasikan kepada UKM Annysa pada tanggal 1 Agustus 2019. Hasilnya anggota UKM Annysa terampil mengolah beras ketan dan jambu biji merah. Tim pengabdian juga memfasilitasi sarana dan prasarana berupa alat pengering (spiner) dan siler yang dibutuhkan untuk pengembangan pembuatan Rengginang pujiseri pada kelompok UKM Annysa.

**Kata Kunci :** *Biji Jambu Merah, Regginang Puji Seri*

## 1. PENDAHULUAN

Rengginang adalah sejenis kerupuk tebal yang terbuat dari pulut (ketan) yang dikeringkan dengan cara dijemur di bawah sinar matahari lalu digoreng dengan minyak panas dalam jumlah yang banyak. Namun berbeda dari jenis kerupuk lain yang umumnya terbuat dari adonan bahan yang dihaluskan, Rengginang tidak dihaluskan sehingga bentuk butiran pulutnya masih tampak. Rengginang merupakan makanan tradisional daerah Jawa Barat dan biasanya Rengginang

dijadikan makanan camilan atau pendamping hidangan utama pada saat makan (Wikipedia.com diakses, 2014).

Dilihat dari aspek ekonomis, usaha Rengginang merupakan bisnis yang sangat menguntungkan. Hal ini dikarenakan Rengginang merupakan camilan yang dapat dikonsumsi sehari-hari masyarakat sehingga permintaan untuk Rengginang relatif stabil bahkan cenderung mengalami kenaikan. Permintaan makanan camilan dimasyarakat relatif tinggi, oleh karena itu diharapkan dapat mengembangkan aneka produk yang memanfaatkan ampas makanan yang masih bisa dimanfaatkan. Hal ini akan menambah nilai makanan tersebut dan pendapatan pedagang makanan camilan.

Dilihat dari aspek sosial, usaha mempunyai dampak sosial yang positif. Industri kecil rumah tangga ini mampu menyerap tenaga kerja dari lingkungan sekitar. Secara tidak langsung ini merupakan upaya penciptaan lapangan kerja yang mengurangi jumlah pengangguran di suatu wilayah. Dilihat dari sisi dampak lingkungan, usaha Rengginang tidak menimbulkan pencemaran lingkungan. Limbah yang dihasilkan dari usaha ini hanyalah air sisa pembersihan yang tidak mengandung zat-zat kimia dan langsung meresap ke dalam tanah.

Salah satu cara meningkatkan kandungan gizi terutama kandungan vitamin pada Rengginang pulut dapat dilakukan dengan penambahan jambu biji merah dengan memanfaatkan ampasnya dalam pengolahan sehingga Rengginang tersebut menjadi salah satu produk makanan camilan yang sehat dan bergizi. Jambu biji merah mengandung Kalsium sebanyak 14 mg dan Vitamin C 87,0 mg per 100 gr bahan.

Jambu biji adalah buah yang dagingnya lebih sedikit dibanding bijinya. Selama ini jambu biji hanya dimanfaatkan sebagai minuman sirup buah atau dimakan secara langsung. Biji jambu yang sangat banyak ini tidak akan dikonsumsi dan dibuang sebagai ampas. Padahal kandungan gizi pada biji jambu ini masih tinggi dan bisa dimanfaatkan untuk bahan baku makanan lain seperti pembuatan Rengginang. Salah satu usaha yang membuat sirup jambu biji merah ini adalah UKM Annysa Kelurahan Tanjung Gusta Kecamatan Medan Helvetia.

UKM Annysa adalah UKM binaan Koperasi Syariah Kaum Ibu Al-Ikhlas yang mulai beroperasi sejak tahun 2011 dengan produk yang dihasilkan adalah sirup buah jambu merah (guava), sirup belimbing, dodol jambu merah serta dodol belimbing. Hasil produksi tersebut telah diberi nama KDS (Kabupaten Deli Serdang), dimana Dinas Koperasi dan UKM Kabupaten Deli Serdang berharap produk ini menjadi iconnya Deli Serdang.

Menurut salah seorang anggota UKM kepada tim pengabdian mereka mengalami kesulitan dalam hal:

1. Harga jual relatif tinggi dikarenakan semua bahan-bahan yang dipakai adalah bahan alami, bebas pengawet dan pewarna.
2. Kemasan produk kurang menarik.
3. Daya tahan produk tidak lama.

Selama ini ampas jambu biji merah tersebut tidak pernah dimanfaatkan oleh UKM Annysa. Sehingga mereka meminta kepada tim pengabdian untuk membantu mereka dalam memanfaatkan ampas jambu biji merah tersebut. Kemudian tim pengabdian memberi inovasi baru penganekaragaman makanan dengan memanfaatkan ampas jambu biji merah menjadi bahan campuran dalam membuat Rengginang.

## 2. METODE PELAKSANAAN

Metode pendekatan yang dilakukan selama melakukan pengabdian kepada mitra adalah dengan cara ceramah, diskusi, pelatihan, demonstrasi, dan pendampingan terhadap mitra. Peningkatan pengetahuan dan keterampilan mitra dalam memanfaatkan ampas jambu biji merah menjadi bahan dasar pembuatan Rengginang Pujiseri. Dengan pengetahuan yang lebih baik, dapat memperoleh variasi camilan sehat dan bergizi tinggi (Fe dan Zn) yang berbahan dasar ampas jambu biji merah. Melalui kegiatan pengabdian ini mitra juga diharapkan mampu menerapkan pengolahan camilan sehat menggunakan bahan dasar ampas jambu biji merah secara berkelanjutan. Selain itu tim

pengabdian juga memfasilitasi sarana dan prasarana untuk meningkatkan pengolahan makanan hingga pengemasan serta penyimpanan Rengginang Pujiseri.

Kegiatan yang dilakukan untuk pemecahan masalah di bidang produksi antara lain:

1. Sosialisasi kegiatan pengabdian yaitu penjelasan tentang pelatihan peningkatan pengetahuan dan keterampilan mitra dalam memanfaatkan ampas jambu biji merah yang bergizi tinggi sebagai bahan dasar pembuatan Rengginang Pujiseri.
2. Pelaksanaan pelatihan tentang peningkatan pengetahuan mitra dalam memanfaatkan ampas jambu biji merah yang bergizi tinggi sebagai bahan dasar pembuatan Rengginang Pujiseri. Pelaksanaan pelatihan tentang peningkatan keterampilan mitra dalam memanfaatkan ampas jambu biji merah yang bergizi tinggi sebagai bahan dasar pembuatan Rengginang Pujiseri. Hal ini dilakukan dengan demonstrasi/peragaan cara pembuatan Rengginang Pujiseri yang meliputi: pemilihan bahan, pengolahan bahan dan pengemasan Rengginang Pujiseri.
3. Pembuatan Rengginang Pujiseri dilakukan di lokasi mitra yang dilakukan oleh tim pengabdian dan mitra dengan demonstrasi/peragaan cara pembuatan Rengginang Pujiseri yang meliputi : pemilihan bahan, pengolahan bahan dan pengemasan Rengginang Pujiseri.
4. Melakukan evaluasi kegiatan ini berdasarkan pelaksanaan kegiatan pengolahan, produksi dan pengolahan pengemasan Rengginang Pujiseri. Evaluasi kegiatan dilakukan oleh tim pengabdian berdasarkan masukan, saran, dan permasalahan nyata yang dijumpai oleh mitra selama pelaksanaan kegiatan pelatihan.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Sosialisasi Rengginang Pujiseri  
 Sosialisasi Rengginang Pujiseri kepada mitra UKM Annysa di Kelurahan Tanjung Gusta Kecamatan Helvetia dilakukan pada tanggal 18 Juli 2019. Adapun kegiatan yang dilakukan yaitu penjelasan dari Prof. Dr. Ir. Evawany Yunita Aritonang, M.Si dan Prof. dr. Sorimuda Sarumpaet, MPH mengenai makna dan tujuan pengabdian. Kegiatan ini bertujuan agar mitra paham makna dan tujuan kegiatan pengabdian sehingga akan membentuk sikap mitra yang mau terlibat penuh dalam kegiatan pengabdian. Dari sosialisasi yang dilakukan didapatkan jumlah mitra UKM Annysa sebanyak 20 orang, yang bersedia mengikuti pelatihan-pelatihan yang dilakukan sesuai kegiatan pengabdian.
2. Pelaksanaan pelatihan tentang peningkatan pengetahuan dan keterampilan mitra dalam memanfaatkan ampas biji jambu merah yang bergizi tinggi sebagai bahan dasar pembuatan Rengginang Pujiseri.  
 Pada tanggal 1 Agustus 2019 dilakukan pelatihan tentang peningkatan pengetahuan dan keterampilan mitra dalam memanfaatkan Biji Jambu Merah yang bergizi tinggi sebagai bahan dasar pembuatan Rengginang Pujiseri. Kegiatan dilakukan di ruangan UKM Annysa, kegiatan dimulai dengan pengenalan manfaat ampas biji jambu merah yang bergizi (Fe, vitamin C dan Zn) tinggi. Selanjutnya penyerahan sarana dan prasarana berupa barang pengering (spiner) dan siler kepada UKM Annysa. Diharapkan UKM Annysa dapat memanfaatkan sarana dan prasarana yang sudah disediakan tim pengabdian untuk pengolahan maupun penyimpanan Rengginang Pujiseri yang memenuhi syarat kesehatan.



### 3. Pembuatan Rengginang Pujiseri

Kegiatan selanjutnya proses pembuatan Rengginang Pujiseri yang diawali dengan memasak beras ketan seperti masak nasi. Kegiatan dilanjutkan sambil menunggu beras ketan masak, yaitu pemotongan jambu biji merah menjadi 4 bagian, selanjutnya kemudian dilanjutkan potongan jambu biji merah di blender sampai lembut. Pisahkan antara daging jambu merah dan biji jambu merah, lalu ambil biji jambu merah dan saring sampai biji dan daging jambu biji merah terpisah. Selanjutnya biji jambu merah dikeringkan di panas matahari sampai kering. Kemudian blender biji jambu merah sampai lembut, lalu biji kembali disaring. Biji jambu yang sudah disaring dicampurkan kedalam beras ketan yang sudah matang sampai merata. Selanjutnya adonan beras ketan dan biji jambu merah dibentuk menjadi bulat pipih. Adonan yang sudah dibentuk di jemur di panas matahari sampai kering. Kemudian Rengginang siap digoreng.



## 4. KESIMPULAN

1. Telah dilaksanakan sosialisasi kegiatan pengabdian yaitu penjelasan tentang pelatihan peningkatan pengetahuan dan keterampilan mitra dalam memanfaatkan ampas jambu biji merah yang bergizi tinggi sebagai bahan dasar pembuatan Rengginang Pujiseri.
2. Telah dilaksanakan pelatihan pembuatan Rengginang Pujiseri dan hasilnya anggota UKM Annysa terampil mengolah beras ketan dan jambu biji merah

## 5. UCAPAN TERIMAKASIH

Artikel ini merupakan salah satu hasil dari Program Pengabdian kepada Masyarakat yang Dibiayai oleh dana NON PNPB Universitas Sumatera Utara. Oleh karena itu, diucapkan terima kasih kepada Rektor Universitas Sumatera Utara atas dukungan dana dan fasilitas yang diberikan. Terima kasih juga kepada Mitra pada kegiatan pengabdian ini.

## DAFTAR PUSTAKA

Wikipedia. Diakses dari <http://id.m.wikipedia.org/wiki/Rengginang>.

Saptariana, S., Meddiati F.P., Titin P., 2014. Peningkatan Kualitas Produksi Rengginang Ketan Menggunakan Teknologi Pengereng Buatan. *Jurnal Universitas Negeri Semarang*. <https://journal.unnes.ac.id/nju/index.php/rekayasa/article/view/>

Susilawati & Saepul H.Y., 2017. Analisis Strategi Pemasaran Makanan Tradisional ( Studi Kasus Industri Rengginang di Kecamatan Sakra Pusat). *Jurnal Ekonomi* **1(1)**, 19-37. <https://www.jurnal.id/id/blog/2017-3-cara-mengatasi-inflasi-dengan-kebijakan-yang-tepat/>.