

**Pelatihan Pembuatan Saus Tomat****Training On Making Tomato Sauce****Denny Akbar Tanjung & Dewi Nur Anggraeni**

Program Studi Biologi Fakultas Biologi Universitas Medan Area

Diterima: Juli 2019 ; Disetujui: Agustus 2019 ; Dipublish: September 2019

*\*Corresponding Email : [Dennyakbartanjung@staff.uma.ac.id](mailto:Dennyakbartanjung@staff.uma.ac.id)/[dewinur.anggraeni@gmail.com](mailto:dewinur.anggraeni@gmail.com)***Abstrak**

Saus adalah bahan makanan pelengkap, biasanya makanan ini bersanding dengan makanan goreng-gorengan, makanan berkuah dan juga dapat digunakan sebagai bumbu masakan. Saus dibuat dari tomat (jika saus tomat) diblender sampai halus dan dimasak sambil ditambah bumbu-bumbu agar terasa gurih. Kelezatan saus bergantung pada kesegaran buah yang digunakan, komposisi bumbu-bumbu yang pas serta prosedur pembuatan yang benar. Saus yang beredar dipasaran sering kali tidak mencantumkan komposisi bumbu dan bahan tambahan makanan (BTM) seperti pengawet makanan yang digunakan belum lagi kita tidak mengetahui kesegaran buah dan dosis BTM yang ditambahkan serta prosedur pembuatannya yang belum tentu terjaga kebersihannya serta tidak melampirkan izin yang diberikan dari pemerintah. Buah yang tidak segar (busuk), dosis bahan tambahan makanan (pengawet) yang ditambahkan dapat menyebabkan berbagai penyakit dalam tubuh. Melalui kegiatan pengabdian masyarakat ini diharapkan siswa/i dapat membuat sendiri saus tomat dengan menggunakan tomat yang segar, bumbu-bumbu dengan takaran yang pas dan tidak menggunakan bahan pengawet yang berbahaya bagi kesehatan. Dengan membuat sendiri saus tomat selain terjamin kebersihan dan kesehatannya bagi tubuh kita juga dapat menghemat uang belanja dan dapat menjadi ketrampilan pada siswa/i untuk menjadi pengusaha dengan memproduksi saus tomat buatan rumahan. Dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini ada 2 sesi yang dilakukan, yang pertama adalah penyuluhan tentang bahayanya zat pengawet pada makanan. Sesi kedua, praktek pembuatan saus tomat dengan menggunakan buah tomat yang segar, dosis bumbu yang pas dengan tidak menggunakan bahan pengawet.

**Kata Kunci:** Saus Tomat, bumbu, Bahan tambahan makanan, pengawet.

**Abstract**

*Sauce is a complementary food, this food is usually coupled with fried foods, soupy foods and can also be used as a seasoning. Sauce made from tomatoes (if tomato sauce) is blended until smooth and cooked while adding spices to make it taste savory. The sauce's delicacy depends on the freshness of the fruit used, the right spice composition and the correct manufacturing procedure. Sauce in the market often does not include the composition of ingredients and food additives (BTM) such as food preservatives used not to mention we do not know the freshness of fruit and BTM doses added and the manufacturing procedures that are not necessarily clean and do not attach permits granted from the government. Fruits that are not fresh (rotten), doses of food additives (preservatives) added can cause various diseases in the body. Through this community service activity, it is expected that students can make their own tomato sauce by using fresh tomatoes, spices with the right amount and not using preservatives that are harmful to health. By making your own tomato sauce, besides being guaranteed cleanliness and health for your body, you can also save on spending money and be able to become skills for students to become entrepreneurs by producing home-made tomato sauce. In this community service activity there were 2 sessions conducted, the first was counseling about the danger of preservatives in food. The second session, the practice of making tomato sauce using fresh tomatoes, the right dosage of seasoning without using preservatives.*

**Keywords:** Tomato Sauce, seasoning, food additives, preservatives.

*How to cite :* Tanjung D,A & Anggraeni D,N. (2019). Pelatihan Pembuatan Saus Tomat. *Pelita Masyarakat : Jurnal Pengabdian Masyarakat* 1(1) :1-5

## PENDAHULUAN

*Ketchup* adalah sebutan dalam bahasa Inggris untuk saus tomat yang diucapkan seperti kata kecap dalam bahasa Indonesia. Asal usul saus *ketchup* adalah sejenis saus yang sudah dikenal sejak lama di Asia yang disebut "koe-chiap" or "ke-tsiap" dalam dialek Amoy di Tiongkok atau "kechap" (ketjap) dalam bahasa Melayu. Pelaut Inggris dan Belanda memperkenalkan saus encer berbahan dasar ikan dari Asia yang disebut "catchup" ("ketchup") dan menambahkan berbagai bahan lain agar sesuai dengan selera orang Eropa. Penambahan tomat ke dalam "kecap" mungkin merupakan inovasi orang Inggris, walaupun pendapat lain mengatakan saus tomat adalah ciptaan orang Amerika.

Resep saus tomat yang pertama dimuat dalam buku masak di Amerika yang berjudul *Sugar House Book* pada tahun 1801. Saus tomat yang dibuat sesuai dengan resep *Sugar House Book* pasti rasanya sangat asin, karena perlu garam seberat 1 *pound* (453,59 gram) untuk mengolah 100 buah tomat menjadi saus tomat. Pada tahun 1824, resep "ketchup" muncul dalam buku resep *The Virginia Housewife* oleh ahli masak terkenal abad ke-19 bernama Mary Randolph yang merupakan saudara sepupu Thomas Jefferson.

Saus tomat perlahan-lahan menjadi populer di Amerika seiring dengan orang Amerika yang makin suka makan tomat. Pada waktu itu sudah dijual saus tomat buatan petani tomat untuk memenuhi kebutuhan pasar lokal. Jonas Yerks (Jonas Yerkes) konon merupakan orang pertama yang membuat saus tomat secara besar-besaran di Amerika Serikat. Saus tomat buatan perusahaan Jonas Yerks sudah dijual secara nasional pada tahun 1837. Jejak Jonas Yerks banyak diikuti perusahaan lain seperti F. & J. Heinz yang memulai produksi saus tomat pada tahun 1876.

Kamus *Webster's Dictionary* terbitan tahun 1913 mendefinisikan "catchup" sebagai "*table sauce made from mushrooms, tomatoes, walnuts, etc. [Written also ketchup]*" (saus dari jamur, tomat dan kacang walnut, juga ditulis sebagai ketchup).

Saus tomat modern muncul di awal abad ke-20 akibat perdebatan mengenai pemakaian bahan pengawet sodium benzoat<sup>[1]</sup>. Harvey W. Wiley, dari Food and Drug Administration khawatir terhadap dampak benzoat terhadap kesehatan. Henry J. Heinz menanggapi kekuatiran FDA dengan menciptakan resep baru saus tomat tanpa bahan pengawet.

Di zaman dulu, saus tomat disimpan di dalam botol gelas yang membuatnya susah dituang. Botol harus dikocok-kocok dulu agar saus tomat bisa keluar. Kemasan botol gelas sekarang banyak digantikan dengan kemasan botol plastik yang bisa dipencet.

Pada bulan Oktober 2000, Heinz memperkenalkan saus tomat berwarna hijau, ungu, merah jambu, oranye, biru, dan hijau telur asin.<sup>[6]</sup> dengan menambahkan bahan pewarna makanan. Produk ini kurang mendapat sambutan sehingga tidak diproduksi lagi sejak bulan Januari 2006.<sup>[7]</sup>

Sebagai acuan dalam pembuatan saus tomat ini adalah SNI 01-3546-2004

## **METODE PELAKSANAAN**

Saus tomat yang beredar dimasyarakat saat ini tidak bisa dijamin tingkat higienisnya. Pemilihan buah dan penggunaan bahan pengawet menjadi faktor yang utama dalam menentukan kualitas dari saus tomat. Adanya kecurangan yang dilakukan pihak tertentu untuk memperoleh keuntungan yang besar terkadang mengabaikan kesehatan konsumen, Misalnya menggunakan tomat yang busuk agar murah harganya dan lebih parah lagi tidak menggunakan tomat sebagai bahan dasar namun menggunakan ampas tahu. Bahan pengawet yang ditambahkan tidak diketahui jenis dan dosisnya sehingga bila tidak sesuai peruntukannya untuk makanan akan mengakibatkan masalah bagi kesehatan konsumen. Dari analisis diatas penulis ingin memberikan pelatihan pembuatan saus tomat yang sehat kepada siswa/i SMU Nur-Ihsan kelas x sebagai keterampilan dan nantinya dapat ditingkatkan home industri.

Pelaksanaan pengabdian masyarakat ini dilakukan di Sekolah Menengah Umum (SMU) Nur Ihsan Medan, pada tanggal 1 Desember 2018. Waktu Pelaksanaan adalah jam 11.00 sd 12.00 Wib (1 Jam).

Adapun bahan-bahan yang dibutuhkan untuk membuat saus tomat adalah sebagai berikut:

1. 1 kg tomat segar merah
2. 5 sdm margarin
3. 1 buah bawang bombay
4. 2 sdm gula
5. Maizena secukupnya
6. garam dan bumbu- bumbu sesuai dengan selera secukupnya

Prosedur pembuatan sasu tomat sebagai berikut :

1. Didihkan air, rebus tomat dan bawang putih hingga lunak, angkat dan tiriskan sambil dinginkan.
2. Blender tomat dan bawang putih hingga halus, tuangkan kedalam wajan. (boleh disaring boleh tidak/sesuai dengan selera).
3. Masukkan gula, garam, air jeruk, margarin, dan penyedap rasa secukupnya masak hingga mendidih dan air berkurang.
4. Masak saus tomat kurang lebih 15 menit atau hingga airnya berkurang dan jadi mengental. Jika masih ada yang bergerindil, hancurkan dengan spatula hingga saus tomat halus.
5. Koreksi rasa setelah pas, tuang larutan maizena sambil diaduk hingga mengental
6. Diamkan hingga suhu ruangan.

Siapkan botol tertutup, simpan di dalamnya dan agar lebih tahan lama, masukkan ke kulkas, saus tomat homemade bisa dinikmati kapan saja.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Target dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah mentransferkan ilmu melalui pelatihan pembuatan saus tomat. Setelah melaksanakan kegiatan ini diharapkan siswa/i dapat membuat sendiri saus tomat baik untuk kebutuhan rumah tangga maupun sebagai peluang bisnis berskala home industri. Dengan demikian akan menciptakan wirausahaan baru. Luaran yang dihasilkan dari pelatihan pembuatan saus tomat ini pada pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat adalah jurnal ber ISSN dan bermunculan wirausahaan baru.

Dalam pelaksanaan pelatihan pembuatan saus tomat kebersihan buah tomat dan kesegarannya menjadi syarat yang sangat penting untuk mendapatkan saus tomat yang berkualitas. Dosis/takaran bumbu yang disajikan penulis tidak menjadi tolak ukur rasa yang enak. Namun, dapat ditambahkan atau dikurangi menurut selera.

## **SIMPULAN**

Pelatihan pembuatan saus tomat ini kepada siswa/i sekolah menengah Pertama dan sekolah Menengah Atas Nur-Ihsan kelas 10 dapat diambil simpulan sebagai berikut :

1. Kegiatan berjalan dengan lancar sesuai dengan yang direncanakan.
2. Saus tomat telah dibuat tanpa menggunakan zat pengawet sehingga aman untuk dikonsumsi dalam waktu tertentu.
3. Peserta sangat antusias mengikuti penyuluhan dan pelatihan

### **UCAPAN TERIMAKASIH**

Kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Kepala Sekolah SMU Nur-Ihsan Medan Yang telah memberikan izin serta fasilitas kepada kami melaksanakan Pengabdian Masyarakat.
2. Siswa/i SMU Nur-Ihsan yang telah meluangkan waktu untuk mengikuti pelatihan pembuatan saus tomat
3. Kepala LP2M yang telah memberikan izin pelaksanaan pengabdian Masyarakat.
4. Dekan Fakultas Biologi Univeristas Medan Area yang telah memberikan surat tugas pelaksanaan pengabdian Masyarakat.

### **DAFTAR PUSTAKA**

Haryoto. (1998). *Membuat saus tomat*, Jakarta: Kanisius  
Koswara.(2009). *Pengolahan aneka saus*. Jakarta : Ebook Pangan  
Suprpti L. (2000) *Membuat saus tomat*. Trubus Agrisana: Surabaya:2000  
Badan Standarisasi Nasional. 2004. SNI 01-3546-2004.Saus tomat : Jakarta  
[http://www.gladwell.com/2004/2004\\_09\\_06\\_a\\_ketchup.html](http://www.gladwell.com/2004/2004_09_06_a_ketchup.html)  
[http://www.usatoday.com/money/industries/food/2003-04-07-blue-ketchup\\_x.htm](http://www.usatoday.com/money/industries/food/2003-04-07-blue-ketchup_x.htm)  
[http://www.heinz.com/Consumer\\_faq.aspx](http://www.heinz.com/Consumer_faq.aspx) .