

PROSIDING



SEMINAR NASIONAL
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT
“BERKARYA DAN BERINOVASI UNTUK BANGSA”

BALLROOM EMERIA HOTEL BANDAR LAMPUNG
4 NOVEMBER 2017

Penyedap Rasa Alami Berbasis Jamur Tiram Sebagai Alternatif Pengganti MSG (Monosodium Glutamat) Bagi Masyarakat Desa Tulung Salak Langkapura Bandar Lampung

Lia Lismeri¹, Yuli darmi¹, M. Hanif²

¹Jurusan Teknik Kimia Universitas Lampung, Bandar Lampung

Jl. Prof. Sumantri Brojonegoro No.1 Bandar Lampung 35145

Penulis Korespondensi : lismeri@yahoo.co.id

Tujuan --- Suatu usaha yang paling tepat untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai pola hidup sehat salah satunya dengan mengkonsumsi makanan yang aman bagi tubuh yaitu dengan cara mensosialisasikan dan memberikan solusi yang tepat. Kegiatan pengabdian ini khususnya dilaksanakan bagi masyarakat melalui ibu-ibu PKK di Desa Tulung salak Langkapura, Kecamatan Kemiling Bandar Lampung. Desa Langkapura merupakan sebuah desa yang mulai padat penduduknya dan sebagai besar kepala keluarga bekerja sebagai buruh bangunan, buruh pabrik rumahan dan pedagang. Mayoritas ibu-ibunya adalah ibu rumah tangga dengan latar belakang pendidikan rata-rata SD, SMP & SMA sederajat. Hal ini merupakan faktor penting yang mendorong kegiatan ini sangat perlu dilaksanakan. Sosialisasi mengenai dampak negatif MSG bagi kesehatan dan edukasi/pelatihan pembuatan penyedap rasa alami berbasis jamur tiram adalah salah satu upaya yang diharapkan dapat menginspirasi dan memotivasi para ibu-ibu agar dapat meningkatkan taraf hidup berupa kesehatan dan meningkatkan kesejahteraan secara finansial. Metode kegiatan yang digunakan dalam pengabdian kepada masyarakat adalah metode ceramah mengenai dampak negatif MSG bagi kesehatan dan pelatihan pembuatan penyedap rasa alami berbasis jamur tiram. Selain itu, untuk mengetahui sampai sejauh mana peserta mampu menerima atau terlibat dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat digunakan metode tanya-jawab. Evaluasi dilakukan untuk memperoleh gambaran dalam rangka penafsiran dan analisis untuk memperoleh simpulan dari semua kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang sudah dilaksanakan.

Kata Kunci --- MSG, Penyedap Rasa Alami, Jamur Tiram.

I. PENDAHULUAN

Monosodium Glutamat (MSG), di masyarakat kita sering disebut Vetsin, atau Micin, penyedap rasa biasanya yang sudah sangat lazim digunakan sebagai bumbu masakan. Bahkan tak sedikit yang menganggap tak akan sedap masakan itu tanpa micin. Di Indonesia sudah beredar bermacam-macam merek penyedap masakan. Ada Ajinomoto, Miwon, Vetsin, Sasa dan beberapa merek lagi. Pada beberapa kasus, MSG dapat memicu reaksi alergi seperti gatal-gatal, bintik-bintik merah di kulit, keluhan muil, muntah, sakit kepala dan migrain. MSG sangat berpengaruh terhadap kesehatan dalam jangka panjang seperti hipertensi, obesitas, kanker, Alzheimer, gangguan spermatogenesis, Parkinson, dan stroke.

Ketergantungan atas pemakaian MSG pada makanan ternyata dapat diatasi dengan menggunakan penyedap rasa alami dari bahan nabati yang aman untuk dikonsumsi yaitu jamur. Jamur tiram putih (*Pleurotus ostreatus*) merupakan salah satu jenis jamur kultivir yang paling mudah dibudidayakan karena dapat tumbuh di berbagai macam jenis substrat dan mempunyai kemampuan adeptasi terhadap

lingkungan yang tinggi. Jamur jenis ini banyak dikonsumsi oleh masyarakat. Dilihat dari komposisinya, jamur memiliki kandungan asam amino yang lebih tinggi dibandingkan dengan telur ayam (Achmad dkk, 2011). Asam amino inilah yang dapat menghasilkan rasa yang gurih pada jamur. Selain itu, dengan memanfaatkan jamur tiram sebagai penyedap rasa alami diharapkan dapat menambah nilai ekonomi jamur tiram itu sendiri.

Kegiatan pengabdian ini khususnya dilaksanakan bagi masyarakat melalui ibu-ibu PKK di Desa Tulung salak Langkapura, Kecamatan Kemiling Bandar Lampung. Desa Langkapura merupakan sebuah desa yang mulai padat penduduknya dan sebagai besar kepala keluarga bekerja sebagai buruh bangunan, buruh pabrik rumahan dan pedagang. Mayoritas ibu-ibunya adalah ibu rumah tangga dengan latar belakang pendidikan rata-rata SD, SMP & SMA sederajat. Hal ini merupakan faktor penting yang mendorong kegiatan ini sangat perlu dilaksanakan. Sosialisasi mengenai dampak negatif MSG bagi kesehatan dan edukasi pembuatan penyedap rasa alami berbasis jamur tiram adalah salah satu upaya yang diharapkan dapat menginspirasi



Gbr. 2 Peserta dan Tim Pengabdian

1) Evaluasi awal

Evaluasi yang dilakukan pada saat awal atau sebelum dimulainya kegiatan berlangsung. Evaluasi dilakukan dengan menggunakan daftar pertanyaan (*pre-test*) seperti ditunjukkan pada gambar 3 sebagai upaya untuk mengetahui tingkat pengetahuan dan pemahaman para peserta tentang istilah MSG, dampak negatif konsumsi MSG, Manfaat mengkonsumsi jamur tiram dan cara membuat penyedap rasa alami dari jamur tiram, yang terdiri dari 5 pertanyaan. Hasil evaluasi awal mengenai aspek pengetahuan dan tentang istilah MSG, dampak negative konsumsi MSG, Manfaat mengkonsumsi jamur tiram menunjukkan bahwa khalayak sasaran hanya memperoleh nilai rata-rata 35,25. Ini berarti tingkat pengetahuan dan pemahaman warga sebagai sasaran kegiatan tergolong rendah. Kemudian mengenai aspek ketrampilan warga masyarakat membuat penyedap rasa alami dari jamur tiram sama sekali belum ada yang bisa.



Gbr. 3. Peserti sedang mengerjakan *pre-test*

2) Evaluasi proses

Evaluasi proses dilakukan selama kegiatan berlangsung. Evaluasi ini dilakukan dengan menilai partisipasi aktif, ketekunan peserta dalam mendengarkan materi dan pertanyaan yang diajukan kepada penyaji pada saat diskusi dan peragaan berlangsung ditunjukkan pada gambar 4. Selama kegiatan berlangsung peserta memperhatikan penyampaian materi dengan baik, kemudian setelah dibuka tanya jawab banyak pertanyaan yang diajukan, terutama berkaitan dengan tata cara pembuatan penyedap rasa alami dari jamur tiram, meliputi cara pengeringan jamur tiram, cara mencampurkan bahan dalam membuat penyedap rasa alami dari jamur tiram, batas waktu dan cara penyimpanan penyedap yang telah jadi.



(a)



(b)



Gbr. 4. Proses kegiatan Pengabdian

(a) Sosialisasi materi oleh tim pengabdian,
 (b), (c) & (d) Praktik membuat penyedap rasa alami
 dari jamur tiram oleh tim dan seluruh peserta kegiatan
 pengabdian.

2) Evaluasi Akhir

Evaluasi akhir dilakukan dengan menggunakan daftar pertanyaan yang sama pada waktu *pretest* yang dilengkapi pada akhir kegiatan. Evaluasi akhir bertujuan untuk mengetahui keberhasilan kegiatan pelajaran dengan membandingkan penilaian pemahaman dan ketrampilan peserta sebelum dan sesudah kegiatan. Jika terjadi perubahan pengetahuan dan pemahaman yaitu dari tidak tahu menjadi tahu dan dari tidak paham menjadi paham dan perubahan perilaku dari tidak bisa menjadi bisa membuat penyedap rasa alami dari jamur tiram, sehingga kegiatan ini dikatakan dapat meningkatkan pengetahuan pemahaman dan ketrampilan peserta.

Hasil evaluasi akhir setelah kegiatan, menunjukkan telah terjadi peningkatan pengetahuan dan pemahaman peserta tentang MSG, dampak negatif konsumsi MSG,

Manfaat mengkonsumsi jamur tiram dan cara membuat penyedap rasa alami dari jamur tiram, yang semula hanya memperoleh nilai rata-rata 35,25 telah meningkat menjadi rata-rata 78,15.

Dengan demikian terdapat peningkatan aspek sikap/ketrampilan masyarakat dalam membuat penyedap rasa alami dari jamur tiram dari semula tidak ada yang bisa menjadi bisa.

Jika diperhatikan hasil evaluasi akhir menunjukkan kenaikan tingkat pengetahuan dan pemahaman hukum masyarakat relatif sedikit yaitu dari 35,25 menjadi 78,15, namun menurut tim penyelidiki hasil demikian sudah merupakan hasil maksimal, mengingat tingkat pendidikan masyarakatnya rata-rata lulusan sekolah dasar dan menengah. Namun demikian berdasarkan evaluasi proses yaitu pada saat berlangsungnya tanya jawab ternyata masyarakat tampak aktif terbukti dari banyaknya pertanyaan yang diajukan kepada tim

V KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan yang telah diuraikan tersebut, dapat disimpulkan bahwa kegiatan pengabdian kepada masyarakat dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat desa Tulung Salak Langkapura Bandar Lampung tentang pemanfaatan jamur tiram sebagai bahan alami untuk membuat penyedap rasa yang aman dan sehat bagi masyarakat menggantikan penyedap yang selama ini mereka gunakan yaitu MSG. Dengan pengetahuan ini diharapkan selanjutnya para peserta tersebut dapat mempraktekan langsung di rumahnya masing-masing pengetahuan yang mereka peroleh, sehingga dapat meningkatkan kesehatan masyarakat dan juga meningkatkan kesejahteraan dan penghasilan keluarga.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih disampaikan kepada LPPM Universitas Lampung atas Dara Pengabdian BLU-Junior tahun 2017, semua pihak yang terlibat dalam kegiatan pengabdian ini masyarakat desa Tulung Salak, Mahasiswa, dan semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

REFERENSI

- [1] Administrator, U. S. F. A. D. (1995) FDA and Monosodium Glutamate (MSG). *FDA Backgrounder*.
- [2] Filer, L.J., Garattini, S., Kare, M.R., Reynolds, W.A., and Wurtman, R.J., eds (1979), Gricometti T. Free and bound glutamate in natural products. In: *Glutamic Acid: Advances in Biochemistry*, Raven Press, New York; 25 – 34.
- [3] Hale, A. I. 2008. Kandungan Protein Dan Mineral Jamur Tiram Putih (*Pleurotus ostreatus*) Pada Serbuk Gergaji Kayu Sengon (*Albizia falcataria* Benth), Kayu Jati (*Tectonia grandis* L.f.) dan
- [4] Hale, A. I. 2008. Kandungan Protein Dan Mineral

- Kertas Koran. Program Studi Biologi Fakultas Teknobiologi. Universitas Atma Jaya Yogyakarta. Yogyakarta
- [5] Miskowiak B; Limanowski A; Partyka M. (1993). Effect of perinatal administration of monosodium glutamate (MSG) on the reproductive system of the male rat. *Endokrynologia Polska*. 44(4):497-505.
- [6] Nunung, M. D. (2001). *Budidaya Jamur Tiram*. Yogyakarta; Kanisi.
- [7] Santoso OS. (1987). Beberapa data tentang MSG dalam tubuh dan tinjauan mengenai mudarabanya. CDK,57:29-32.
- [8] Sofyan R, Setiawan D, Seri KL, Indriati. (2009) Risiko MSG dalam makanan anak.
- [9] Sumarni. (2006). *Botani dan Tindakan Gejala Pada Tiram Putih*. Jurnal Inovasi Pertanian