

Pelatihan Pembuatan Sempol Sehat di Muhammadiyah Boarding School Kabupaten Purworejo

Roisu Eny Mudawaroch^{1*}, Fitri Rahmawati², Anita Rinawati³, Syafira Fitria Putri⁴, Rizki Adi Kurniawan⁵

^{1,2,3,4,5} Universitas Muhammadiyah Purworejo, Jawa Tengah, Indonesia

*email: roisueny@umpwr.ac.id

Submitted: 26-07-2024

Revised: 02-08-2024

Accepted: 13-08-2024

ABSTRAK

Sempol merupakan makanan yang disukai oleh anak-anak. Sebagian besar sempol di diujakan oleh pedagang kaki lima di sekolah-sekolah, walaupun ada juga sempol yang diujakan di pasar atau tempat lainnya. Sempol yang diujakan di Purwoejo ada yang mengandung borak dan formalin. Penggunaan borak diganti dengan Sodium tripholyphospat (STPP) dan formalin diganti dengan kitosan. Tujuan dari kegiatan ini adalah pelatihan pembuatan sempol sehat di Muhammadiyah Boarding school Purworejo. Metode kegiatan yaitu penyuluhan yang terdiri dari Tahap persiapan, Tahap Pelaksanaan dan Tahap evaluasi. Hasil dari kegiatan pelatihan yaitu pada sesi persiapan denagn melakukan koordinasi dengan Kepala Sekolah Muhammadiyah Boarding School (MBS) Purworejo. Pada sesi ke 2 adalah Pelaksanaan Pembukaan Kegiatan dengan sambutan kepala sekolah dan tim pelatihan. Tapab selanjutnya adalah tahap penyuluhan yang menjelaskan manfaat dan cara pembuatan sempol sehat. Sesi ke 3 adalah Kegiatan praktik dengan membuat sempol sehat. Tahap Evaluasi dilakukan untuk melihat melihat respon dari peserta pelatihan. Kesimpulan Pelatihan pembuatan sempol sehat merupakan alternatif mengonsumsi jajanan berprotein hewani yang sehat. Kegiatan pelatihan dapat berjalan dengan lancar dan antusias peserta tinggi. Peserta memberikan penilaian positif pada sempol yang dihasilkan karena mempunyai rasa enak, gurih, mudah dan murah.

Kata Kunci: *Sempol; Sehat; STPP; Kitosan.*

ABSTRACT

Abstract written in English, palatino linotype format, font size 10, space 1.10. Abstract up to 250 words, contains a summary of the introduction, research objectives, research methods, and research results. Sempol was a food that was loved by children. Most sempol was sold by street vendors in schools, although there are also sempol sold in markets or other places. Sempol sold in Purwoejo contains borax and formalin. The use of borax was replaced with Sodium tripholyphosphate (STPP) and formalin was replaced with chitosan. The purpose of this activity was training in making healthy sempol at Muhammadiyah Boarding school Purworejo. The activity method was counseling which consists of the preparation stage, the implementation stage and the evaluation stage. The result of the training activity was in the preparation session by coordinating with the Principal of Muhammadiyah Bordiang School (MBS) Purworejo. In the 2nd session was the Implementation of the Opening of Activities with remarks from the principal and the training team. The next tapab was the counseling stage that explains the benefits and how to make healthy sempol. Session 3 was a practical activity by making a healthy sempol. The Evaluation stage was carried out to see the response from the

trainees. Conclusion Training on making healthy sempol was an alternative to consuming healthy animal protein snacks. The training activities can run smoothly and the enthusiasm of the participants was high. Participants gave a positive assessment to the sempol produced because it tasted good, savory, easy and cheap.

Keywords: Sempol; Healthy; STPP; Kitosan.

PENDAHULUAN

Daging ayam merupakan salah satu sumber protein hewani yang paling disukai oleh karena mempunyai rasa yang lezat dan bergizi. Secara umum kandungan gizi daging ayam broiler yaitu kadar protein rata-rata 23,33%, dan kadar lemak rata-rata 2,14 % (Azizah et al., 2017). Sebagai makanan yang bergizi biasanya daging ayam ayam diolah sebagai lauk pauk setiap hari misalnya ayam goreng, ayam bakar dan sebagainya. Selain makanan sebagai makanan lauk pauk keanekaragaman olahan daging ayam adalah makanan kudapan. Salah satu makanan kudapan dari daging ayam adalah sempol.

Sempol adalah adonan daging yang dililitkan pada ujung stik bambu panjang kemudian direbus. Ketika akan disajikan pada pembeli, pedagang akan mencelupkan sempol ke dalam kocokan telur kemudian digoreng dalam minyak panas (Herdinastiti et al., 2017). Sempol hampir sama dengan bakso yaitu kemiripan akan komposisi bahan bakunya, akan tetapi secara pengolahan dan penyajian sempol lebih menarik. Komposisi bahan baku sempol adalah tepung tapioka, daging, air, bawang putih, garam, merica dan telur. Sempol merupakan makanan yang disukai oleh anak-anak. Sebagian besar sempol di jajakan oleh pedagang kaki lima di sekolah-sekolah, walaupun ada juga sempol yang di jajakan di pasar atau tempat lainnya (Azzis et al., 2022). Sempol yang di jajakan di Purwoejo ada yang mengandung borak dan formalin (Mudawaroch et al., 2023).

Borak ditambahkan pada makanan untuk meningkatkan kekenyalan. Penggunaan borak dilarang untuk digunakan dalam makanan dalam Permenkes RI No. 235/Menkes/VI/1984 bahwa natrium tetraborate atau boraks digolongkan dalam BTP yang dilarang digunakan dalam makanan. Penggunaan borak dapat digantikan dengan bahan tambahan makanan yang direkomendasikan untuk makanan yaitu Penggunaan *Sodium Tripolyphosphate* (STPP) (Sirivongpaisal, 2018). STPP digunakan pada bakso (Sugih et al., 2019). Dosis STPP yang terbaik adalah 0,2% (Hendrarti & Adiwianto, 2018).

Formalin ditambahkan makanan yang mereka jual awet, tahan lama dan juga masih layak dijual agar mereka tidak mengalami kerugian dengan menambahkan formalin pada bahan makanan (Dewi, 2019). Formalin dilarang sebagai bahan tambahan pangan berdasarkan peraturan menteri kesehatan tahun 2012 No 033 (Permenkes RI, Tentang Bahan Tambahan Pangan, Permenkes RI No.033 tahun 2012). Penggunaan formalin sebagai penawet dapat diganti dengan penambahan kitosan. Kitosan digunakan untuk membungkus pada makanan menjadi lebih awet (Harahap et al., 2020). Coating kitosan dapat memberi peningkatan kemampuan penghambatan terhadap pertumbuhan bakteri, pada bakso ikan tuna yang dicoating kitosan dapat awet 2 hari (Wulandari et al., 2015).

Melihat permasalahan diatas maka perlu suatu inivasi membuat sempol yang sehat. Sempol yang enak dan awet tanpa bahan tambahan makanan yang berbahaya dengan menambahkan STPP sebagai bahan pengental dan kitosan sebagai bahan penwet alami dalam pangan. Tujuan dari kegiatan ini adalah pelatihan pembuatan sempol sehat di Muhammadiyah Boarding school Purworejo.

METODE PELAKSANAAN

Metode kegiatan yaitu penyuluhan Kegiatan ini dilaksanakan.

1. Tahap persiapan

Pada tahap persiapan dilakukan Untuk memulai kegiatan penyuluhan sebelumnya dilakukan persiapan dengan koordinasi Kepala Sekolah Muhammadiyah Boarding school Purworejo. Hal yang dibahas pada pertemuan tersebut yaitu membicarakan tentang rencana kegiatan penyuluhan, waktu dan tempat Pelaksanaan.

2. Tahap Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan meliputi:

- Pembukaan
- Pelaksanaan Penyuluhan
- Praktik membuat sempol sehat

3. Tahap evaluasi

Tahap evaluasi penyuluhan mulai dari tahap persiapan sampai tahap penyuluhan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Tahap Persiapan

Sebelum Pelatihan dilakukan koordinasi dengan Kepala Sekolah Muhammadiyah Bording School (MBS) Purworejo. Koordiansi dilakuakn untuk menentukan hari, jam dan teknis Pelaksanaan pelatihan. Kesepakatan ditentukan hari pada hari Jumat 26 Juli 2024 pukul 09.00 WIB. Pelaksanaan pada hari Jumat karena hari libur dan dimulai pk 09.00 WIB diharapkan sebelum sholat Jumat sudah selesai.

2. Tahap Pelaksanaan

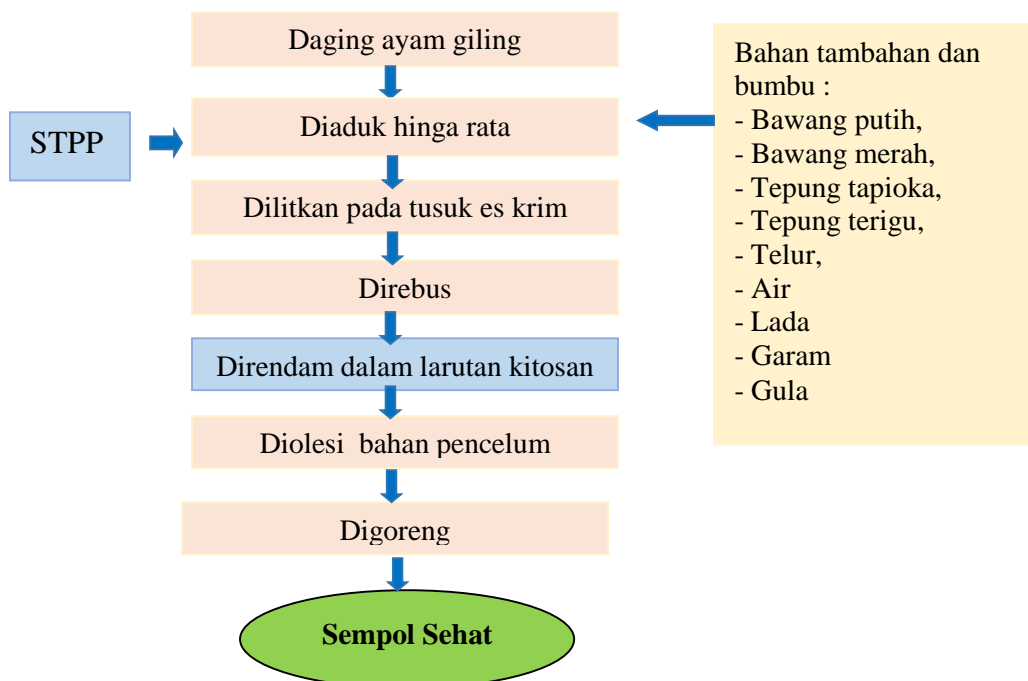
Pelatihan dilaksanakan pada hari Jumat sesuai dengan jadwal yang telah ditentukan. Tim pelatihan berangkat pada pulul 08.00 WIB. dengan membawa semua atribut yang diperlukan yaitu back drop, bahan dan alat pembuatan sempol sehat. Pelatihan dimualai tepat pada pukul 09.00 WIB. Dimuali dengan pembuakaan, penyuluhan dan paktik, pembuakaan dan penyuluhan dilakukan di aula MBS Purworejo. Sedangkan untuk praktik dilakukan di teras MBS Purworejo.

Pembukaan diisi dengan sambutan kepala sekolah dan tim pelatihan. Setelah pembukaan kemudian dilakukan dengan penyuluhan. Penyuluhan disajiakan di Gambar 1.



Gambar 1. Kegiatan penyuluhan

Kegiatan praktik dengan membuat sempol sehat yaitu dengan menambahkan Sodium Tripoliphospat sebanyak 0,2% dari berat daging ayam yang digunakan. Alir pembuatan sempol sehat disajikan di Gambar 2. Semua adonan yang meliputi daging ayam 250 g, bawang putih 27 g, bawang merah 56 g, tepung tapioka 150g, tepung terigu 50g, 1 butir telur, 35 ml air, lada 4 g, garam 5,5g dan gula 3,3g, STPP 0,5g. Semua bahan adonan diaduk hingga rata dan dibuat lilitan pada tusuk eskrim. Penggunaan tusuk eskrim sebagai tempat melilitkan adonan sempol agar tidak mudah lepas dan ketika menggoreng mudah tercelup dalam minyak goreng. Setelah semua adonan dililitkan maka di rebus dalam air mendidih hingga matang. Tanda kematangan sempol ketika sudah mengambang di permukaan. Sempol kemudian di rendam dalam larutan kitosan 0,6% dari total bahan, selama 10 menit. Setelah dingin sempol di olesi dengan bahan pencelup. Bahan pencelup terdiri dari 2 butir telur, 2 g lada, 2,6 g garam dan air 50 ml. bahan pencelup diaduk hingga rata. Setelah dicelupkan sempol digoreng hingga coklat kekuningan. Sempol yang belum dilumuri dan digoreng dapat disimpan dalam suhu dingin baik dalam suhu refrigetaror maupaun suhu freezer. Ketika akan dikonsumsi baru dilumuri dengan bahan pencelup dan digoreng. Hal ini dikarenakan apabila dilumuri dengan bahan pencelup akan mempercepat kerusakan karena adanya telur yang mengandung protein, yang baik untuk pertumbuhan mikroorganismenya.



Gambar 2. Alur pembuatan sempol sehat

3. Tahap Evaluasi

Evaluasi dilakukan untuk melihat efektivitas pelatihan (Mudawaroch & Zulfanita, 2020). Evaluasi dilakukan setelah penyuluhan praktik dan mencicipi sempol sehat. Peserta menyatakan rasa sempol dengan enak dan gurih walaupun tanpa penambahan MSG. Dalam pembuatan sempol juga relatif mudah dan murah. Biaya produksi sempol juga murah yaitu 30 ribu untuk pembelian bahan. Dalam 1 resep didapatkan 30 tusuk. Harga produksi 1 buah sempol yaitu Rp. 1.000,- dan harga jual Rp. 2.000,-

KESIMPULAN

Pelatihan pembuatan sempol sehat merupakan alternatif mengonsumsi jajanan berprotein hewani yang sehat. Kegiatan pelatihan dapat berjalan dengan lancar dan antusias peserta tinggi. Peserta memberikan penilaian positif pada sempol yang dihasilkan karena mempunyai rasa enak, gurih, mudah dan murah.

Saran dalam Pelatihan pembuatan sempol yaitu mengamati berapa lama sempol dapat disimpan dalam suhu rendah untuk aman dikonsumsi. Diharapkan sempol dapat disimpan dalam suhu rendah untuk dapat digoreng dan dikonsumsi dalam waktu lama.

DAFTAR PUSTAKA

- Azizah, N. A., Mahfudz, L. D., & Sunarti, D. (2017). Kadar Lemak dan Protein Karkas Ayam Broiler Akibat Penggunaan Tepung Limbah Wortel (*Daucus carota L.*) dalam Ransum Fat and Protein Contents of Carcass Broiler due to the Use of Waste Carrot Meal in the Diet. *Jurnal Sain Peternakan Indonesia*, 12(4), 389–396.
- Azzis, M., Mudawaroch, R. E., & Rinawidiastuti. (2022). Study of the Characteristics of Chicken Sempol Street Vendors. *Jurnal Riset Agribisnis Dan Peternakan*, 7(1), 39–49. <http://jurnal.umpwr.ac.id/index.php/jrap>
- Dewi, S. R. (2019). Identifikasi Formalin Pada Makanan Menggunakan Ekstrak Kulit Buah Naga. *Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan*, 1(2), 1–16.
- Harahap, S., Harahap, A. E., & Irawati, E. (2020). Kualitas Fisik Pellet Ayam Pedaging dengan Penambahan Tepung Kulit Pisang Kapok dalam Ransum Pada Lama Penyimpanan Berbeda. *Jurnal Nutrisi Ternak Tropis*, 3(2), 1–80. <https://doi.org/10.21776/ub.jnt.2020.003.02.4>

- Herdinastiti, Nurani, M. P., & Susilowati, S. (2017). Persepsi konsumen pada sempol wortel di kota malang. *Persepsi Konsumen Pada Sempol Wortel Di Kota Malang, Oktober*, 534–539.
- Mudawaroch, R. E., Rinawidiastuti, & Azziz, M. (2023). *Formalin and Borax Content of Chicken Sempol Marketed in Purworejo Regency, Indonesia*. 1322–1329. https://doi.org/10.2991/978-2-38476-118-0_150
- Mudawaroch, R. E., & Zulfanita, Z. (2020). Evaluasi Pelatihan Pembuatan Jamu Ternak Fermentasi. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, , 4(5), 930–939.
- Roisu Eny Mudawaroch- Zulfanita*. (2020). 2020.
- Sirivongpaisal, P. (2018). Functional properties of dual-modified rice starch. *Journal of Food Science and Agricultural Technology*, 4, 93–98.
- Sugih, A. K., Dewi, A., Yukano, D., & Muljana, H. (2019). Effect of reaction temperature and sodium tripolyphosphate (STPP)/ starch ratio on phosphorylation of sweet potato (*Ipomoea batatas* L.) starch. *AIP Conference Proceedings*, 2175. <https://doi.org/10.1063/1.5134635>
- Wulandari, K., Sulistijowati, R., & Mile, L. (2015). Kitosan Kulit Udang Vaname Sebagai Edible Coating Pada Bakso Ikan Tuna. *Jurnal Ilmiah Perikanan Dan Kelautan*, 3(September), 118–121.



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)
