
PELATIHAN PENGOLAHAN TERUBUK MENJADI SUP KRIM SEBAGAI IDE USAHA

Wulanmeiaya Wowor¹, Rhut Kristianti², Veronica Wijaya Santoso³

¹Universitas Pelita Harapan

²Universitas Pelita Harapan

³Universitas Pelita Harapan

wulan.wowor@uph.edu

Abstrak

Terubuk merupakan salah satu jenis sayuran indigenous Indonesia. Sayuran ini memiliki banyak serat sehingga bermanfaat bagi kesehatan. Selain itu, terubuk berpotensi ekonomi yang besar sebagai sumber tambahan pendapatan bagi petani karena mudah dibudidayakan. Namun demikian, terubuk belum dikembangkan secara komersil. Demikian juga dalam hal pengolahannya yang masih terbatas. Pengolahan terubuk sebagai suatu hidangan umumnya dimakan mentah, dikukus, ditumis, atau disayur. Sup krim merupakan sup yang cukup dikenal oleh masyarakat. Sup ini menggunakan sayuran berserat atau polong-polongan yang dilumatkan, dan dicampur kaldu juga susu atau krim, serta pengental. SMA Lentera Harapan Tangerang memiliki kegiatan ekstrakurikuler memasak bagi siswanya. Salah satu materi yang diprogramkan adalah mengolah makanan berbahan dasar sayuran lokal yang hasilnya dapat dijadikan ide usaha. Fakultas Pariwisata UPH memfasilitasi program ini sebagai kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat dengan bentuk pelatihan. Tujuan dari kegiatan ini adalah (1) mendiseminasikan hasil penelitian tentang sup krim berbahan dasar terubuk; (2) memberikan pengetahuan tentang terubuk dan sup krim; (3) memberikan keterampilan mengolah terubuk menjadi sup krim sebagai ide usaha; (4) meningkatkan kerjasama antara SMA Lentera Harapan Tangerang dan Fakultas Pariwisata UPH. Materi pelatihan adalah mengolah terubuk menjadi sup krim. Metode yang digunakan adalah penjelasan terubuk dan sup krim, praktik pengolahan, dan tanya jawab. Hasil dari pelatihan ini dinilai sangat baik oleh peserta karena bertambahnya pengetahuan dan ketrampilan mengolah terubuk, secara khusus menjadi sup krim, yang dapat dijadikan ide berwirausaha.

Kata Kunci: terubuk, sup krim, pengolahan, ide usaha

PENDAHULUAN

Banyak tanaman di Indonesia yang belum dikenal oleh masyarakat namun dapat dikonsumsi dan memiliki potensi untuk dikembangkan. Salah satunya adalah *Saccharum edule Hasskarl* atau disebut juga terubuk. Tanaman ini merupakan salah satu jenis sayuran indigenous, yaitu spesies sayuran asli pada daerah tertentu atau berasal dari wilayah atau ekosistem tertentu, yang sudah dibudidayakan

oleh penduduknya. Termasuk dalam sayuran indigenous lainnya adalah oyong, labu siam, katuk, kenikir, koro, dan leunca (Arsela, 2011). Di Indonesia, sayur terubuk banyak ditemui di Jawa Barat dan Jawa Tengah. Terubuk dibudidayakan dengan metode stek batang (Chaniago & Lamusu, 2018).

Terubuk memiliki serat kasar. Itu sebabnya terubuk digunakan sebagai pakan ternak (Chaniago, 2015). Selain itu, sebagai sayuran indigenous, terubuk dapat digunakan sebagai sumber nutrisi (Arsela, 2011) dan nabati serta memiliki nilai ekonomi untuk dikembangkan (Sukmawati, 2016). Menurut Pentury (2017) dan Lanipi & Sattu (2018), terubuk memiliki protein yang tinggi, kaya serat dan rendah lemak sehingga dapat dimanfaatkan sebagai asupan gizi yang baik, menurunkan berat badan, dan menjaga kadar kolesterol dalam darah. Diketahui pula bahwa terubuk digunakan untuk mengembalikan stamina dan membersihkan kandungan bagi ibu yang baru saja melahirkan, seperti yang dilakukan oleh masyarakat di Tobelo, Kepulauan Halmahera Utara, Maluku Utara (Pentury, 2017). Selanjutnya Chaniago (2019) menjelaskan bahwa sayur terubuk mengandung 88.4% mineral dan vitamin. Mineral adalah unsur kimia yang dibutuhkan oleh tubuh sebagai nutrisi esensial. Mineral yang terkandung dalam sayur terubuk yaitu kalsium, zat besi, dan fosfor. Kandungan lain yang dimiliki adalah protein sebesar 4.6% sampai 6%, vitamin A, vitamin B1, dan vitamin C. Dengan kandungan gizi yang demikian, sayur terubuk bermanfaat untuk meningkatkan sistem imun tubuh, mencegah osteoporosis, dan melancarkan peredaran oksigen dalam darah.

Terubuk tergolong sebagai sayuran potensial yang belum banyak diketahui dan dikembangkan masyarakat secara khusus. Dalam hal penanaman, terubuk ini masih ditanam secara tradisional oleh para petani tanpa adanya sentuhan teknologi (Kurniatusolihat & Purwoko, 2009). Terubuk yang dihasilkan oleh petani hanya digunakan untuk memenuhi kebutuhan pangan petani dan keluarganya saja, dan belum dikembangkan secara komersil (Muharram, 2019). Sebenarnya sayuran ini memiliki potensi ekonomi yang sangat besar sebagai sumber tambahan pendapatan bagi petani, karena terubuk mudah dibudidayakan dalam waktu yang relatif singkat (Kurniatusolihat & Purwoko, 2009; Muharram, 2019).

Terubuk memiliki batang sekaligus bunga dengan bentuk panjang dan bulat. Hal ini yang membuat terubuk disebut juga sayur lilin. Sayur terubuk berbeda dengan sayur lainnya, yaitu

bertekstur padat, mudah hancur ketika di potong, dan memiliki serat pada saat dimakan (Chaniago, 2019). Pengolahan terubuk sebagai suatu hidangan masih sangat terbatas dengan memanfaatkan bunganya sebagai bahan dasar sayur. Terubuk biasanya hanya dimakan mentah sebagai lalapan, dikukus, ditumis, sayur lodeh, dikare, dan sayur asem (Kurniatusolihat & Purwoko, 2009; Chaniago, 2019; Muharram, 2019).

Sup krim adalah sebuah sup yang disiapkan memakai krim, krim ringan, atau susu sebagai bahan utama (De Gouy, 2018), serta kaldu dengan pati atau tepung sebagai pengental (Setiawati, Sudewi & Mahmudatussa'adah, 2017). Penambahan susu terkadang dilakukan pada akhir proses memasak, yaitu setelah sup krim lumat (Lam, 2011).

Menurut De Gouy (2018), pada awalnya sup krim berasal dari sisa tulang berbagai sajian makanan yang dikumpulkan oleh masyarakat strata rendah di negara bagian Brittany, Perancis pada dahulu kala. Hal itu dilakukan karena kondisi masyarakat yang memiliki keterbatasan ekonomi untuk menghasilkan masakan yang memuaskan. Sisa tulang tersebut diolah menjadi kaldu lezat yang kemudian menjadi bahan dasar makanan klasik, salah satunya adalah sup krim. Demikian sup krim dihasilkan dan menjadi makanan klasik bagi masyarakat Brittany. Dalam perkembangan selanjutnya, kaldu yang lezat tersebut dapat menjadi dasar untuk para koki membuat kreasi makanan lainnya.

Sup krim klasik adalah sup *purée* yang terbuat dari sayuran berserat atau polong-polongan (De Gouy, 2018), kemudian ditambahkan bahan dasar saus sebagai bahan pengentalnya. Saus dasar yang digunakan dalam membuat sup krim ada dua, yaitu saus *bechamel* dan saus *veloute*. Saus *bechamel* terdiri dari susu, tepung, mentega, bombai, pala bubuk, serta daun salam. Saus ini memiliki rasa yang lebih kuat. Saus *veloute* terdiri dari tepung, mentega, kaldu ayam atau ikan, dan krim. Tidak seperti *bechamel*, saus *veloute* memiliki rasa gurih yang lebih ringan (Soenardi & Gizi Kuliner, 2013).

Masih menurut Soenardi & Gizi Kuliner (2013), sup krim diklasifikasikan sebagai *thick soup*, yaitu sup yang terbuat dari kaldu dengan

tambahan bahan pengental seperti susu, krim, tepung, mentega, dan lain-lain. Sebagai bagian dari *thick soup*, sup ini dikentalkan dengan bahan pengental *roux* (terbuat dari mentega dan tepung). Saat sedang dimasak, sup ini kemudian ditambahkan susu atau krim.

Pada umumnya bahan pembuat sup krim adalah kacang almond dan seledri, artichoke, asparagus, *barley*, kacang hitam, kacang merah, kacang lima, bit merah, brokoli, kubis, kol, wortel, kentang, jamur, labu, kacang polong dan masih banyak lagi (De Gouy, 2018). Belum ada pengolahan sup krim dari sayur terubuk sebelumnya. Namun pada penelitian yang dilakukan oleh mahasiswa program studi Pengelolaan Perhotelan, Fakultas Pariwisata UPH, telah diperoleh hasil bahwa sayuran terubuk dapat diolah menjadi sup krim. Hasil ini kemudian didiseminasikan melalui kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM).

SMA Lentera Harapan Tangerang merupakan satuan pendidikan dengan jenjang sekolah menengah atas milik swasta. Sekolah ini berlokasi di kelurahan Binong, Kecamatan Curug, Kabupaten Tangerang, Banten. Dalam menjalankan proses belajar mengajarnya, sekolah ini mengadakan kegiatan siswa yang dilakukan di luar jam wajib pelajaran siswa (ekstrakurikuler). Tujuan kegiatan ini adalah untuk memperluas pengetahuan, wawasan serta mengembangkan minat dan bakat siswa. Salah satu ekstrakurikuler yang diadakan adalah memasak. Peserta dari kegiatan ini adalah para siswa yang memiliki minat dan bakat pada bidang masak-memasak. Ekstrakurikuler memasak memiliki tujuan tambahan, yaitu mendapatkan ide usaha dari kegiatan memasak yang dilakukan.

Berdasarkan tujuan tersebut, maka ekstrakurikuler memasak SMA Lentera Harapan Tangerang memprogramkan kegiatan pengolahan makanan berbahan dasar sayuran lokal yang hasilnya dapat dijadikan ide usaha. Sebagai perwujudan PkM, program studi Pengelolaan Perhotelan, Fakultas Pariwisata UPH, memfasilitasi kegiatan ini dan menjadikan SMA Lentera Harapan Tangerang sebagai mitra. Fasilitasi ini juga merupakan diseminasi hasil penelitian mahasiswa tentang pengolahan sup krim berbahan dasar terubuk sebelumnya. Untuk melaksanakan kegiatan

ini, dibentuklah tim PkM dari program studi Pengelolaan Perhotelan. Materi yang disepakati adalah pengolahan sup krim berbahan dasar terubuk. Terubuk dipilih karena banyak tumbuh di Indonesia, bermanfaat, dan jarang diolah sebagai sup. Pemilihan sup krim dikarenakan jenis sup ini sudah dikenal masyarakat umum, sehingga berpotensi dijadikan ide usaha.

Bentuk PkM yang dilakukan adalah pelatihan, dengan tujuan: (1) mendiseminasikan hasil penelitian tentang sup krim berbahan dasar terubuk; (2) memberikan pengetahuan tentang terubuk dan sup krim; (3) memberikan keterampilan mengolah terubuk menjadi sup krim sebagai ide usaha; (4) meningkatkan kerjasama antara SMA Lentera Harapan Tangerang dan Fakultas Pariwisata UPH.

METODE

Pelatihan ini merupakan salah satu kegiatan PkM dari program studi Pengelolaan Perhotelan, Fakultas Pariwisata UPH, semester ganjil tahun akademik 2019-2020.

Bentuk kegiatan ini adalah pelatihan dengan materi mengolah terubuk menjadi sup krim. Kegiatan diselenggarakan pada 17 Januari 2020, bertempat di SMA Lentera Harapan Tangerang. Peserta pelatihan adalah siswa SMA tersebut yang berjumlah 25 orang. Peserta merupakan anggota ekstrakurikuler memasak dengan 1 orang guru pendamping. Pelatihan ini dipimpin oleh 2 orang instruktur dengan 6 orang pembantu instruktur. Seluruh instruktur merupakan mahasiswa tingkat akhir program studi Pengelolaan Perhotelan, Fakultas Pariwisata UPH.

Pelatihan dilaksanakan dalam empat sesi, yaitu (1) pembekalan teori tentang terubuk, (2) simulasi pengolahan terubuk, (3) praktik pengolahan, dan (4) tanya jawab. Sesi pertama merupakan penjelasan tentang terubuk yang mencakup asal, pengertian, karakteristik, manfaat, dan pengolahan terubuk. Sesi kedua mensimulasikan cara mengolah terubuk menjadi sup krim. Pada sesi ini, peserta pelatihan dibagi menjadi lima kelompok yang masing-masing terdiri dari lima orang. Untuk melengkapi pengetahuan dan keterampilan siswa, pada sesi ketiga dilakukan

praktik membuat sup krim dari terubuk. Tiap kelompok didampingi oleh seorang pembantu instruktur. Pada sesi terakhir atau keempat, peserta pelatihan mengajukan pertanyaan berkaitan dengan pengolahan terubuk yang dijawab oleh instruktur

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pelatihan dilaksanakan melalui tiga tahapan, yaitu (1) persiapan, (2) pelaksanaan, dan (3) pelaporan.



Sumber: Dokumentasi tim, 2020

Gambar 1. Sesi Praktik

Tahap persiapan pelatihan dilakukan sejak Agustus 2019. Pada tahap ini beberapa hal dilakukan. Tim kerja memulainya dengan melakukan survei lapangan untuk mengidentifikasi kebutuhan pelatihan siswa di SMA Lentera Harapan Tangerang, serta pembahasan teknis pelaksanaan. Hasil pembahasan selanjutnya dikoordinasikan pada pihak terkait, yaitu program studi Pengelolaan Perhotelan, dan Laboratorium Pengolahan Makanan dalam hal materi dan instruktur, transportasi, dan logistik. Selanjutnya tim kerja mempersiapkan proposal kegiatan untuk disetujui oleh program studi Pengelolaan Perhotelan dan LPPM UPH. Setelah proposal disetujui, tim kerja mulai melakukan persiapan materi dan teknis lainnya.



Sumber: Dokumentasi tim, 2020

Gambar 2. Praktik Menghaluskan Terubuk

Tahap pelaksanaan kegiatan dibagi atas tiga bagian, yaitu pembukaan, pelaksanaan, dan penutup. Pembukaan dilakukan melalui kata sambutan oleh Ketua Tim PkM. Selanjutnya adalah bagian pelaksanaan. Bagian ini terdiri dari tiga sesi yang meliputi pembekalan teori, simulasi, dan praktik. Sesi pembekalan teori dibawa oleh seorang instruktur. Pada peserta dijelaskan tentang terubuk dan sup krim, dan bagaimana membuat krim sup dari terubuk. Setelah itu dilanjutkan dengan sesi simulasi. Seperti halnya sesi pembekalan, sesi ini juga dibawa oleh instruktur yang mensimulasikan cara membuat sup krim dari terubuk. Sesi terakhir adalah sesi praktik yang dipimpin oleh seorang instruktur. Pada sesi ini peserta diberi kesempatan untuk berpraktik membuat sup krim dari terubuk secara berkelompok. Masing-masing kelompok didampingi oleh seorang pembantu instruktur. Selesai sup krim dibuat, beberapa peserta diminta untuk mempresentasikan hasil kerjanya agar dapat dievaluasi.



Sumber: Dokumentasi tim, 2020

Gambar 3. Praktik Memasak Sup Krim



Sumber: Dokumentasi tim, 2020

Gambar 5. Presentasi Hasil Sup Krim

Sebelum ditutup, peserta juga diminta untuk mengisi lembar evaluasi pelatihan. Menutup pelaksanaan pelatihan, peserta dan guru pendampingnya diberikan sertifikat pelatihan, yang dilanjutkan dengan foto bersama.

Pada tahapan akhir, tim kerja menyusun laporan kegiatan sebagai pertanggungjawaban bahwa pelatihan telah selesai dilaksanakan. Laporan yang disusun dilengkapi dengan berita acara yang ditanda tangani pihak SMA Lentera Harapan Tangerang dan Fakultas Pariwisata UPH.



Sumber: Dokumentasi tim, 2020

Gambar 6. Foto Bersama

Melengkapi pelaksanaan pelatihan, tim kerja melakukan evaluasi. Evaluasi dilakukan untuk mengetahui tercapai tidaknya tujuan kegiatan PkM. Selain itu juga untuk mengukur sejauh mana kegiatan ini dilaksanakan dan mendapatkan umpan balik peserta dalam rangka peningkatan pelaksanaan kegiatan di waktu yang akan datang.

Tabel 1. Hasil Evaluasi

No	Indikator	Rerata	Hasil
1	Tujuan pelatihan	3,94	Baik
2	Materi pelatihan	3,76	Baik
3	Fasilitas pelatihan	3,52	Baik
4	Instruktur	3,68	Baik
5	Pelaksanaan	3,66	Baik
6	Manfaat pelatihan	3,82	Baik

Evaluasi yang dilakukan berupa angket yang berisikan sejumlah pertanyaan sehubungan dengan pelaksanaan kegiatan. Angket ini diisi oleh semua peserta dengan menggunakan skala nilai (1) sangat tidak setuju, (2) tidak setuju, (3) setuju, (4) sangat setuju. Adapun hasil dari evaluasi berdasarkan indikator yang dinilai terlihat pada tabel 1.

Dari hasil tabel evaluasi dapat diketahui bahwa kegiatan PkM yang dilaksanakan dinilai baik. Seluruh indikator penilaian kegiatan yang terdiri dari tujuan pelatihan, materi pelatihan, fasilitas pelatihan, instruktur, pelaksanaan, dan manfaat pelatihan mendapatkan nilai rerata diatas 3. Indikator tertinggi adalah tujuan pelatihan, yang memiliki rerata tertinggi 3,94, dan terendah adalah indikator fasilitas dengan rerata 3,52. Dengan demikian kegiatan PkM telah terlaksana dengan baik juga lancar. Peserta dapat mengikuti dan mendapatkan manfaat pelatihan.

SIMPULAN

Melalui kegiatan pelatihan ini dapat disimpulkan bahwa (1) hasil penelitian tentang sup krim berbahan dasar terubuk telah didiseminasikan pada peserta; (2) peserta mendapatkan pengetahuan tentang terubuk dan sup krim; (3) peserta mendapat keterampilan mengolah terubuk menjadi sup krim sebagai ide usaha; (4) ada peningkatan kerjasama antara SMA Lentera Harapan Tangerang dan Fakultas Pariwisata UPH.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih disampaikan kepada (1) SMA Lentera Harapan Tangerang yang telah mengikutsertakan siswanya sebagai peserta pelatihan dalam kegiatan PkM dengan no. PM-130-

M/FPPar/XI/2019; (2) Program studi Pengelolaan Perhotelan, Fakultas Pariwisata dan (3) Universitas Pelita Harapan yang telah memfasilitasi kegiatan ini.

REFERENSI

Arsela, P. 2011. In vitro regeneration of terubuk (Saccharum edule). <http://repository.ipb.ac.id/handle/123456789/>

Chaniago, R. (2015). The Potential of Terubuk (Saccharum edule Hasskarl) Biomass as Fodder for Added Cow Body Weight. Hal. 68–73.

Chaniago, R. (2019). Ragam Olahan Sayur Indigenous Khas Luwuk. Yogyakarta: Deepublish.

Chaniago, R., & Lamusu, D. (2018). APLIKASI KOMPOS LIMBAH KULIT BUAH KAKAO DAN JARAK TANAM BERBEDA TERHADAP PERTUMBUHAN TANAMAN TERUBUK (Saccharum edule Hasskarl). *Jurnal Solum*, 15(1), 1-7. Diakses dari <https://doi.org/10.25077/jsolum.15.1.1-7.2018>

De Gouy, L.P. (2018). "Chapter 6: Vegetable, Poultry, Nut, and Game". *The Soup Book: Over 700 Recipes*. Dover Publications.

Kurniatusolihat, N., & Purwoko, B. S. (2009). Pengaruh bahan stek dan pemupukan terhadap produksi terubuk (Saccharum edule Hasskarl). Skripsi. Bogor: Program Studi

Hortikultura. Fakultas Pertanian. Institut Pertanian Bogor.

Lam, Francis (March 5, 2011). "How to make cream-of-anything soup". Salon. Diakses tanggal July 21, 2019.

Lanipi, M., & Sattu, M. (2018). ANALISIS KADAR KARBOHIDRAT PADA TANAMAN SAYUR LILIN (Saccharum edule Hassak). *Jurnal Kesmas Untika Luwuk: Public Health Journal*, 9(1), 1329-1338.

Muharram, I. F. (2019). Kinerja Usahatani Terubuk. *Ummi*, 13(1), 11-18.

Pentury, M. M. (2017). Kandungan nilai gizi pada sayur lilin (Saccharum edule Hasskarl) makanan khas di Halmahera Utara, Maluku Utara sebelum dan sesudah pengolahan. *Pharmacon*, 6(4).

Setiawati, T., Sudewi, S., & Mahmudatuss'adah, A. (2017). Sweet potato cream soup sebagai alternatif bisnis makanan sehat. *Jurnal Kompetensi Teknik*, 9 (1), 1-6.

Sukmawani, R. (2016). Potensi dan Keunggulan Tanaman Terubuk (Saccharum Edule) di Kabupaten Sukabumi.

Soenardi T., & Gizi Kuliner, T. (2013). *Kuliner Teori Dasar Memasak Untuk Siswa, Peminat, dan Calon Profesional*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.