

**Pemberdayaan Mahasiswa Melalui Pemanfaatan Pare Hutan (*Momordica Balsamina*) Sebagai Bahan Olahan Kerupuk**

***Student Empowerment Through The Utilization Pare Hutan (*Momordica Balsamina*) As Processed Ingredient For Crackers***

**Desy Fadilah Adina Putri<sup>1\*</sup>, Indra Apriansyah<sup>2</sup>**

<sup>1,2</sup>Program Studi D3 Kebidanan, STIKES Griya Husada Sumbawa

\*desyfadilstikesghs@gmail.com

---

**Article History:**

Received: 30 November 2022

Revised: 20 Desember 2022

Accepted: 03 Februari 2023

**Abstract:** *Variations in processing bitter gourd as food are minimal compared to other fruits and vegetables. One of the business opportunities that has the potential to be made and liked by many people is to mix the fruit of these plants as a processed cracker business. The purpose of this service is to empower students through Utilization of Pare Hutan (*Momordica Balsamina*) as Processed Ingredients for Crackers. Community service activities are carried out by conducting a survey of partners' knowledge, the theory of making crackers, and the practice of making crackers. Based on the results of the activity, it shows that the process of community service activities averages 83%. The appearance of raw crackers is that the texture is hard and thick, the color is grayish brown, the aroma is savory with onions, while the appearance of fried crackers is that the texture is hard, the color is light brown, the taste is savory, and the aroma is savory. The results of the evaluation of several students for the cracker test showed that crackers were better in a thinner form so that they were crunchy when fried. Therefore, there needs to be an evaluation of the results of this community service so that it becomes an even better product.*

**Keywords:** *student empowerment, bitter gourd forest, ingredient for crackers*

---

### Abstrak

Variasi pengolahan pare sebagai makanan tergolong minim dibandingkan dengan buah dan sayuran lainnya. Salah satu peluang usaha yang potensial untuk dibuat dan disukai banyak orang adalah mencampur buah tanaman tersebut sebagai olahan usaha kerupuk. Tujuan pengabdian ini yaitu memberdayakan mahasiswa melalui Pemanfaatan Pare Hutan (*Momordica Balsamina*) sebagai Bahan Olahan Kerupuk. Kegiatan pengabdian pada masyarakat dilaksanakan dengan melakukan survei pengetahuan mitra, teori pembuatan kerupuk, dan praktik pembuatan kerupuk. Berdasarkan hasil kegiatan menunjukkan bahwa proses kegiatan pengabdian rata-rata mencapai 83%. Penampakan kerupuk mentah yaitu strukturnya keras dan tebal, warnanya coklat keabuan, aroma gurih bawang, sedangkan penampakan kerupuk goreng yaitu strukturnya keras, warnanya coklat muda, rasa gurih, dan aroma gurih. Hasil evaluasi beberapa mahasiswa untuk tes kerupuk menunjukkan bahwa kerupuk lebih baik dalam bentuk lebih tipis agar renyah saat digoreng. Oleh karena itu, perlu ada evaluasi terhadap hasil pengabdian kepada masyarakat ini agar menjadi produk yang lebih baik lagi.

**Kata Kunci:** pemberdayaan mahasiswa, pare hutan, olahan kerupuk

### PENDAHULUAN

Indonesia merupakan negara tropis yang cocok untuk pertumbuhan tanaman pare. Pare memiliki zat aktif seperti charantin dan polypeptide-p sebagai efek antihiperqlikemik yang dapat menurunkan gula darah<sup>1</sup>. Selain itu, kandungan lain seperti saponin, flavonoid, polifenol, dan vitamin C yang terkandung dalam tanaman pare memiliki efek antioksidan<sup>2</sup>. Variasi pengolahan pare sebagai makanan tergolong minim dibandingkan dengan buah dan sayuran lainnya. Hal ini dikarenakan rasa pahit yang dimiliki oleh tanaman tersebut padahal kandungan gizi yang dimiliki sangat berlimpah dan beragam<sup>3</sup>. Rasa pahit tersebut disebabkan oleh kandungan vicine, charantin, glikosida, karavilosida, dan polypeptide-p<sup>4</sup>. Salah satu

<sup>1</sup> Sudaryantiningasih, Cicik, dan Pambudi, Yonathan Suryo. 2017. Upaya Peningkatan Serat Tempe Kedelai melalui Penambahan Pare (*Momordica charantina* L.) sebagai Pangan Fungsional. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*. 8(1): 57-61.

<sup>2</sup> Adnyana, I Dewa P. A., Dewa, K.M., Wurlina, Sunarni, Z. dan Niluh, S. 2016. Efek Antidiabetes Pare (*Momordica charantina* L.) terhadap kadar glukosa, sel penyusun pulau Langerhans dan Sel Leydig pada Tikus Putih Hiperqlikemik. *Acta Veterinaria Indonesiana*. 4(2): 43-50.

<sup>3</sup> Chynthia. 2020. Penambahan Pare (*Momordica charantina* L.) dalam Pembuatan Kerupuk. *Skripsi*. Fakultas Pariwisata: Universitas Ciputra

<sup>4</sup> Ahmad, Nesar, Noorul Hasan, Zeeshan Ahmad, Mohd Zishan, dan Seikh, Z. 2016. *Momordica Charantia*: For Traditional Uses and Pharmacological Actions. *Journal of Drugs Delivery and Therapeutics*. 6(2): 1-5.

<sup>5</sup> Asmira, S. and Arza, P. 2015. Pengaruh Penggunaan Labu Siam (*Sechium Edule*) Dengan Konsentrasi Yang Berbeda Terhadap Mutu Organoleptik dan Kadar Seratkerupuk Ikan. *Jurnal Kesehatan Perintis*. 2 (2).

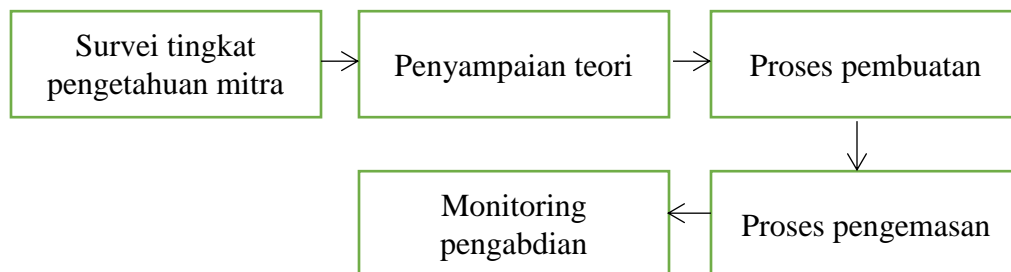
<sup>6</sup> Wulandari, E., Deliana, Y., dan Fatimah, S.. 2017. Kerupuk Kulit Mangga Sebagai Upaya Diversifikasi Produk Pangan. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), Februari 2017: 10 - 13.

peluang usaha yang potensial untuk dibuat dan disukai banyak orang adalah mencampur buah tanaman tersebut sebagai olahan usaha kerupuk.

Kerupuk merupakan makanan yang terbuat dengan dari adonan tepung sagu dan tepung terigu. Kerupuk digemari masyarakat Indonesia memiliki rasa yang gurih dan enak<sup>5</sup>. Banyak jenis kerupuk dibuat, mulai dari beras, tepung terigu ataupun dari tepung tapioka. Selain unsur enak di makan, unsur pemenuhan gizi sekarang mulai diperhatikan oleh masyarakat, sehingga kerupuk yang berbahan baku yang mengandung gizi yang cukup mulai diminati. Diantaranya adalah kerupuk berbahan baku buah dan sayur<sup>6</sup>. Salah satu yang dapat membantu dalam memperkenalkan produk kerupuk yng inovatif yaitu datang dari mahasiswa. Mahasiswa sebagai penerus bangsa perlu memiliki softskill sebagai entrepreneurship yang akan menjadi bekal saat mereka lulus dan dapat membuka lowongan pekerjaan untuk masyarakat sekitar. Untuk itu, pengabdian ini perlu dilakukan agar mahasiswa memahami pentingnya membuat makanan yang penuh gizi.

## **METODE**

Kegiatan pengabdian pada masyarakat dilaksanakan dalam tiga sesi yaitu 1) Survei pengetahuan Mitra, 2) penyampaian teori pembuatan kerupuk dan 3) praktik langsung cara pembuatan kerupuk. Tahapan tersebut diperlihatkan pada gambar 1.



**Gambar 1. kerangka operasional pengabdian kepada masyarakat**

## HASIL

Pengabdian masyarakat yang dilakukan ini dimaksudkan untuk menumbuhkan jiwa entrepreneurship mahasiswa STIKES Griya Husada Sumbawa. Beberapa hal yang dilakukan oleh koordinator yaitu melakukan koordinasi dengan pelaku usaha tentang maksud dan tujuan pengabdian ini, melakukan persiapan alat dan bahan pengabdian, dan melakukan pengemasan ekonomis terhadap hasil pengabdian. Hasil pengabdian dapat dilihat dari tabel 1 dan 2.

Tabel. 1 Penampakan kerupuk mentah

No	Rincian penampakan	Hasil
1	Stuktur	Keras kenyal sedikit tebal
2	Warna	Coklat
3	Rasa	Gurih
4	Aroma	Gurih bawang

Tabel. 2 Penampakan kerupuk setelah digoreng

No	Rincian penampakan	Hasil
1	Stuktur	Renyah kurang mengembang
2	Warna	Coklat muda
3	Rasa	Gurih
4	Aroma	Gurih bawang

<sup>1</sup> Sudaryantiningasih, Cicik, dan Pambudi, Yonathan Suryo. 2017. Upaya Peningkatan Serat Tempe Kedelai melalui Penambahan Pare (*Momordica charantina* L.) sebagai Pangan Fungsional. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*. 8(1): 57-61.

<sup>2</sup> Adnyana, I Dewa P. A., Dewa, K.M., Wurlina, Sunarni, Z. dan Niluh, S. 2016. Efek Antidiabetes Pare (*Momordica charantina* L.) terhadap kadar glukosa, sel penyusun pulau Langerhans dan Sel Leydig pada Tikus Putih Hiperqlikemia. *Acta Veterinaria Indonesiana*. 4(2): 43-50.

<sup>3</sup> Chynthia. 2020. Penambahan Pare (*Momordica charantina* L.) dalam Pembuatan Kerupuk. *Skripsi*. Fakultas Pariwisata: Universitas Ciputra

<sup>4</sup> Ahmad, Nesar, Noorul Hasan, Zeeshan Ahmad, Mohd Zishan, dan Seikh, Z. 2016. *Momordica Charantia*: For Traditional Uses and Pharmacological Actions. *Journal of Drugs Delivery and Therapeutics*. 6(2): 1-5.

<sup>5</sup> Asmira, S. and Arza, P. 2015. Pengaruh Penggunaan Labu Siam (*Sechium Edule*) Dengan Konsentrasi Yang Berbeda Terhadap Mutu Organoleptik dan Kadar Seratkerupuk Ikan. *Jurnal Kesehatan Perintis*. 2 (2).

<sup>6</sup> Wulandari, E., Deliana, Y., dan Fatimah, S.. 2017. Kerupuk Kulit Mangga Sebagai Upaya Diversifikasi Produk Pangan. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), Februari 2017: 10 - 13.

Tabel. 3 Realisasi kegiatan pengabdian masyarakat

No	Nama Kegiatan	Target capaian	Realisasi
1	Pembuatan kerupuk pare	100%	100%
2	Pengemasan	100%	100%
3	Pemberian kerupuk terhadap sasaran kegiatan	50%	50%

Berdasarkan tabel 4.3 menunjukkan bahwa proses kegiatan pengabdian rata-rata mencapai 83%, dikarenakan ada satu kegiatan yang tidak terlaksana dengan baik yaitu pemberian kerupuk terhadap sasaran.

## DISKUSI

Pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan dengan melibatkan mahasiswa ini diharapkan dapat menumbuhkan inovasi terhadap persepsi pekerjaan yang dapat diperoleh baik masa kuliah atau sesudah menyelesaikan masa studi. Jadi, mahasiswa dapat membuka usaha dengan melibatkan bahan alam dan yang menjadi prioritas desa masing-masing. Salah satunya dengan memanfaatkan pare hutan yang tumbuh dimana-mana tanpa perlu perawatan khusus. Seperti yang diketahui bahwa pare hutan juga merupakan sumber zat makanan (karbohidrat, protein, vitamin, mineral). Dalam pengabdian ini ada beberapa kendala yang terjadi sehingga berdampak pada struktur kerupuk. Pertama, dalam membuat adonan terdapat kelebihan takaran sehingga rasio pare dan bawang putih berbanding 1:1 yang seharusnya 1:0.5. Kedua, proses pengukusan yang menggunakan loyang tinggi sehingga adonan kurang matang sampai ke dalam, seharusnya membagi adonan ke dalam loyang yang lebih rendah. Ketiga, proses pengirisan kerupuk yang terlalu tebal menyebabkan proses penjemuran lebih lama dan saat digoreng menjadi kurang mengembang.

Salah satu faktor yang menentukan cita rasa dalam pembuatan berbagai olahan makanan adalah bumbu<sup>7</sup>. Faktor lain yang tidak kalah pentingnya dengan cita rasa ialah adonan bahan kerupuk. Adonan yang dihasilkan tidak boleh terlalu keras maupun terlalu lembek. Adonan yang terlalu keras akan membuat waktu pengukusan menjadi lebih lama, sementara adonan yang terlalu lembek akan menyebabkan adonan yang telah dikukus lebih susah untuk dipotong. Oleh

sebab itu, kualitas adonan menjadi perhatian sebagai upaya menjaga kualitas produk terutama dari sisi tampilan<sup>8</sup>.

Berdasarkan hasil evaluasi terhadap responden, bahwa mahasiswa merasa tertantang dengan adanya pembuatan produk yang dapat menunjang jiwa entrepreneurship mahasiswa. Hal tersebut didukung dengan rasa tertarik mereka mengikuti pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan. Akan tetapi, hal yang perlu diperhatikan yaitu pada saat proses penggorengan, mahasiswa belum dilakukan tes rasa karena waktu pengumpulan kembali mahasiswa yang tidak menentu, sehingga hanya beberapa mahasiswa yang mencoba. Beberapa mahasiswa yang telah mencoba tersebut memberikan komentar bahwa rasanya gurih, akan tetapi teksturnya terlalu keras untuk dikonsumsi. Hal tersebut dapat menjadi evaluasi dalam pembuatan kerupuk yang lebih baik lagi.

<sup>1</sup> Sudaryantiningasih, Cicik, dan Pambudi, Yonathan Suryo. 2017. Upaya Peningkatan Serat Tempe Kedelai melalui Penambahan Pare (*Momordica charantina* L.) sebagai Pangan Fungsional. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*. 8(1): 57-61.

<sup>2</sup> Adnyana, I Dewa P. A., Dewa, K.M., Wurlina, Sunarni, Z. dan Niluh, S. 2016. Efek Antidiabetes Pare (*Momordica charantina* L.) terhadap kadar glukosa, sel penyusun pulau Langerhans dan Sel Leydig pada Tikus Putih Hiperglikemia. *Acta Veterinaria Indonesiana*. 4(2): 43-50.

<sup>3</sup> Chynthia. 2020. Penambahan Pare (*Momordica charantina* L.) dalam Pembuatan Kerupuk. *Skripsi*. Fakultas Pariwisata: Universitas Ciputra

<sup>4</sup> Ahmad, Nesar, Noorul Hasan, Zeeshan Ahmad, Mohd Zishan, dan Seikh, Z. 2016. *Momordica Charantia*: For Traditional Uses and Pharmacological Actions. *Journal of Drugs Delivery and Therapeutics*. 6(2): 1-5.

<sup>5</sup> Asmira, S. and Arza, P. 2015. Pengaruh Penggunaan Labu Siam (*Sechium Edule*) Dengan Konsentrasi Yang Berbeda Terhadap Mutu Organoleptik dan Kadar Seratkerupuk Ikan. *Jurnal Kesehatan Perintis*. 2 (2).

<sup>6</sup> Wulandari, E., Deliana, Y., dan Fatimah, S.. 2017. Kerupuk Kulit Mangga Sebagai Upaya Diversifikasi Produk Pangan. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), Februari 2017: 10 – 13.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang telah dilakukan menunjukkan bahwa proses kegiatan pengabdian rata-rata mencapai 83%. Penampakan kerupuk mentah yaitu strukturnya keras dan tebal, warnanya coklat keabuan, aroma gurih bawang, sedangkan penampakan kerupuk goreng yaitu strukturnya keras, warnanya coklat muda, rasa gurih, dan aroma gurih.

## **PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS**

Terima kasih disampaikan kepada seluruh pihak yang mendukung dalam pengabdian kepada masyarakat ini yaitu mahasiswa STIKES Griya Husada Sumbawa dan Ketua STIKES Griya Husada Sumbawa.

## **DAFTAR REFERENSI**

1. Sudaryantiningsih, Cicik, dan Pambudi, Yonathan Suryo. 2017. Upaya Peningkatan Serat Tempe Kedelai melalui Penambahan Pare (*Momordica charantina* L.) sebagai Pangan Fungsional. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*. 8(1): 57-61.
2. Adnyana, I Dewa P. A., Dewa, K.M., Wurlina, Sunarni, Z. dan Niluh, S. 2016. Efek Antidiabetes Pare (*Momordica charantina* L.) terhadap kadar glukosa, sel penyusun pulau Langerhans dan Sel Leydig pada Tikus Putih Hiperglikemia. *Acta Veterinaria Indonesiana*. 4(2): 43-50.
3. Chynthia. 2020. Penambahan Pare (*Momordica charantina* L.) dalam Pembuatan Kerupuk. *Skripsi*. Fakultas Pariwisata: Universitas Ciputra
4. Ahmad, Nesar, Noorul Hasan, Zeeshan Ahmad, Mohd Zishan, dan Seikh, Z. 2016. *Momordica Charantia*: For Traditional Uses and Pharmacological Actions. *Journal of Drugs Delivery and Therapeutics*. 6(2): 1-5.
5. Asmira, S. and Arza, P. 2015. Pengaruh Penggunaan Labu Siam (*Sechium Edule*) Dengan Konsentrasi Yang Berbeda Terhadap Mutu Organoleptik dan Kadar Seratkerupuk Ikan. *Jurnal Kesehatan Perintis*. 2 (2).
6. Wulandari, E., Deliana, Y., dan Fatimah, S.. 2017. Kerupuk Kulit Mangga Sebagai Upaya Diversifikasi Produk Pangan. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), Februari 2017: 10 – 13.
7. Hikmatulloh, E., Lasmanawati, E., & Setiawati, T. (2017). Manfaat Pengetahuan Bumbu Dan Rempah Pada Pengolahan Makanan Indonesia Siswa Smkn 9 Bandung. *Jurnal Media Pendidikan, Gizi dan Kuliner*, 6(1), 9.
8. Ghazali, M., Rabbani, R., Sari, M., Rohman, M. H., Nasiruddin, M. H., Suherman., & Nurhayati. (2021). Pelatihan Pengolahan Kerupuk Ikan di Desa Ekas Buana Kecamatan Jerowaru Kabupaten Lombok Timur. *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA*, 4(2).