



## **PENGEMBANGAN LIMBAH BIJI ALPUKAT SEBAGAI INOVASI PRODUK MINUMAN KESEHATAN (Studi Kasus KWT Mekar Sentosa)**

**Mochamad Bayu Aji Pangestu<sup>1</sup>, Salsabillah Alif Rizkyah<sup>2</sup>, Anggi Radzma Fidhayanti<sup>3</sup>, Septia Annisa Isnaini<sup>4</sup>, Ida Syamsu Roidah<sup>5</sup>, Laksmi Diana<sup>6</sup>**

Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jawa Timur

\*E-mail: [19024010176@student.upnjatim.ac.id](mailto:19024010176@student.upnjatim.ac.id) [20024010002@student.upnjatim.ac.id](mailto:20024010002@student.upnjatim.ac.id)

### **ABSTRAK**

Inovasi terbaru dalam pengolahan limbah pangan berupa biji buah alpukat sudah berhasil dilakukan oleh KKNT MBKM UPN "Veteran" Jawa Timur Kelompok 20 Tanjungsari yang berkolaborasi Kelompok Wanita Tani (KWT) Mekar Sentosa kelurahan Tanjungsari Kota Blitar Jawa Timur. Kolaborasi tersebut menghasilkan sebuah produk baru dengan mengolah biji buah alpukat untuk dijadikan bubuk minuman berkhasiat serta memberikan ekstrak jahe sehingga memiliki manfaat untuk menjaga kesehatan jantung. selain itu, kandungan yang terdapat pada biji buah alpukat dipercaya dapat menghilangkan racun pada tubuh serta kram pada otot. KKNT MBKM UPN "Veteran" Jawa Timur Kelompok 20 Tanjungsari menggandeng KWT Mekar Sentosa sebagai sarana dalam upaya pengembangan pemberdayaan perempuan dalam pembangunan pertanian. Dalam melaksanakan pengolahan limbah biji alpukat tentu terdapat beberapa kendala yang tidak dapat dihindari. kurangnya pengetahuan warga sekitar mengenai manfaat biji buah alpukat sehingga membuat tingkat konsumsi terhadap produk menurun menjadi salah satu kendala dalam mengembangkan inovasinya. Maka dari itu, KKNT MBKM UPN "Veteran" Jawa Timur Kelompok 20 Tanjungsari bekerja sama dengan KWT Mekar Sentosa mengadakan kegiatan sosialisasi kepada warga sekitar terkait pengolahan biji buah alpukat dan memberikan informasi tentang manfaat biji buah alpukat sebagai bubuk minuman sehat dan berkhasiat.

**Kata kunci:** Biji Buah Alpukat, Kolaborasi, KWT

### **ABSTRACT**

The latest innovation in processing food waste in the form of avocado seeds has been successfully carried out by the KKNT MBKM UPN "Veteran" East Java Group 20 Tanjungsari in collaboration with the Women Farmers Group (KWT) Mekar Sentosa, Tanjungsari sub-district, Blitar City, East Java. This collaboration resulted in a new product by processing avocado seeds to make a nutritious drink powder and providing ginger extract so that it has benefits for maintaining heart health. In addition, the content contained in avocado seeds is believed to be able to eliminate toxins in the body and muscle cramps. KKNT MBKM UPN "Veteran" East Java Group 20 Tanjungsari cooperates with KWT Mekar Sentosa as a means of developing women's empowerment in agricultural development. In carrying out the processing of avocado seed waste, of course there are several obstacles that cannot be avoided. the lack of knowledge of local residents regarding the benefits of avocado seeds so that the level of consumption of the product decreases is one of the obstacles in developing innovation. Therefore, KKNT MBKM UPN "Veteran" East Java Group 20 Tanjungsari in collaboration with KWT Mekar Sentosa held outreach activities to local residents regarding the processing of avocado seeds and provided information about the benefits of avocado seeds as a healthy and nutritious drink powder.

**Keywords:** Avocado Seeds, Collaboration, KWT

### **PENDAHULUAN**

Buah alpukat merupakan salah satu buah yang telah dikenal luas oleh masyarakat Indonesia. Dalam buah alpukat terkandung lemak, vitamin A, B, C dan E serta karoten dalam jumlah yang tinggi, bahkan kandungan potasiumnya lebih tinggi dari pada pisang. Lemak yang terkandung dalam buah alpukat bukanlah lemak yang dapat mengakibatkan naiknya berat badan, melainkan lemak yang sangat efektif untuk menurunkan kolesterol yang kurang sehat (Bhayangkara *et al.*, 2019).

Biji alpukat adalah bagian pada buah yang kaya potasium, yang menjadikannya sumber nutrisi penyeimbang cairan yang sangat baik. Kalium membantu menghilangkan kelebihan racun dan cairan dari tubuh serta mengurangi kram otot, Beberapa kandungan dalam biji alpukat memiliki manfaat sebagai antioksidan yang baik bagi tubuh. Seperti ekstra biji alpukat dapat menurunkan konsentrasi



jumlah bakteri, hal tersebut terjadi karena adanya aktivitas antibakteri dan atidioksidan komponen metabolit sekunder yang terdapat dalam dalam ekstra air biji alpukat (Wakhidah, 2016).

Biji alpukat yang sudah diolah menjadi bubuk memiliki manfaat seperti, meningkatkan sistem kekebalan tubuh, menurunkan kadar kolesterol tinggi, melawan kanker atau mencegah kanker, menurunkan badan badan, mengurangi peradangan dan meredakan maag. Namun kebanyakan biji alpukat dibuang begitu saja setelah diambil buahnya dan belum banyak dimanfaatkan secara maksimal, maka perlu dilakukan percobaan tentang biji alpukat tersebut. Produksi alpukat yang melimpah di Indonesia kurang diimbangi dengan adanya pengolahan yang tepat. Umumnya, masyarakat Indonesia hanya mengkonsumsi dalam bentuk minuman seperti jus alpukat atau sebagai appetizer.

Kelompok Wanita Tani (KWT) merupakan salah satu kelembagaan petani yang mana para anggotanya terdiri atas wanita yang berkecimpung dalam kegiatan pertanian. Pengembangan kelembagaan wanita tani dalam pembangunan pertanian menjadi sangat penting, keikutsertaan dalam KWT bisa menjadi mekanisme yang efektif untuk memberdayakan perempuan dalam pembangunan pertanian. KWT Mekar Sentosa merupakan salah satu lembaga pertanian yang terdapat di Kelurahan Tanjungsari Kota Blitar Provinsi Jawa Timur. Dimana KWT ini menjadi salah satu wadah masyarakat Kelurahan Tanjungsari khususnya wanita untuk lebih produktif.

Oleh karena itu diperlukan sebuah inovasi dalam mengolah biji alpukat salah satunya yaitu dapat diolah menjadi bubuk yang ditambahkan dengan ekstrak jahe. Sehingga menjadi sebuah produk minuman yang kaya akan khasiat. Dalam pengolahan produk ini jahe ditambahkan karena memiliki khasiat salah satunya adalah dapat membantu kesehatan jantung

## **METODE**

Pemanfaatan biji alpukat sebagai minuman kesehatan yang berlokasi di Kelurahan Tanjungsari Kota Blitar ini menggunakan metode kegiatan sebagai berikut:

1. Memberikan sosialisasi: yang membahas tentang pembuatan dan pemanfaatan biji alpukat sebagai minuman berkhasiat bersama KWT Mekar Sentosa di RW 04, Kelurahan Tanjungsari, Kota Blitar.
2. Melaksanakan praktek secara langsung: menunjukkan cara pengolahan dari biji alpukat sampai menjadi bubuk minuman kesehatan yang siap disajikan.

Dalam rangka melancarkan kegiatan di atas dibutuhkan alat dan bahan antara lain: biji alpukat, jahe, pisau, mesin penggiling kopi, wajan, spatula, dan tungku. Model pengabdian masyarakat yang digunakan adalah model pembelajaran masyarakat. Pelaksanaan kegiatan ini diikuti oleh Mahasiswa KKNT MBKM UPN "Veteran" Jawa Timur bersama KWT Mekar Sentosa.

Berikut adalah beberapa langkah-langkah dalam pengolahan biji alpukat menjadi olahan minuman kesehatan, yaitu:

### **Cara pembuatan:**

- a. Pilihlah biji alpukat yang masih bagus dan bisa digunakan, serta siapkan jahe dengan perbandingan 2:1.
- b. Kupas kulit biji alpukat dan jahe.
- c. Cuci biji alpukat dan jahe yang telah dikupas sampai bersih.
- d. Iris tipis biji alpukat dan jahe.
- e. Siapkan wajan dan peralatan lainnya untuk menyangrai.
- f. Masukkan biji alpukat dan jahe yang telah diiris ke wajan lalu sangrai secara merata sampai berwarna hitam dan mengeluarkan aroma kopi.
- g. Lalu diamkan sejenak.
- h. Setelah hasil sangraian dingin secara perlahan giling biji alpukat dan jahe hingga halus.
- i. Saring hasil gilingan hingga menyisakan bubuk yang halus.

### **Cara penyajian:**

- a. Tuang dua sendok makan bubuk olahan biji alpukat kedalam gelas.
- b. Tambahkan gula sesuai selera.
- c. Seduh air mendidih lalu aduk hingga merata.
- d. Minuman siap disajikan dan dinikmati.



## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengusaha produk *alpukoy* dalam menjalankan bisnisnya mengalami salah satu kendala yang tergolong sulit untuk teratasi. Mereka mengaku kesulitan dalam mendapatkan stock bahan dasar pembuatan *alpukoy* yang menggunakan biji buah alpukat sebagai bahan dasar utamanya. Hal tersebut diungkapkan oleh Khusnul Musyarifah atau biasa dipanggil dengan Bu Ifa, Beliau menceritakan kesulitannya dalam mencari biji buah alpukat sebagai bahan dasar utama pembuatan *Alpukoy*.

Biji alpukat mudah didapat dari usaha yang menggunakan bahan dasar buah alpukat seperti alpukat kocok dan jus alpukat. Pada umumnya pelaku usaha tersebut tidak menggunakan biji alpukat dan membuangnya, maka dari itu biji alpukat tersebut di ambil untuk diolah menjadi sebuah produk seperti minuman kesehatan. Bu Ifa mengaku beliau memperoleh stock biji Alpukat dari temannya yang berdagang sebagai pedagang es oyen. Namun hal tersebut ternyata belum bisa mencukupi stock bahan dasar pembuatan *Alpukoy*.

Meski hanya ada satu kendala yang dialami oleh Bu Ifa sebagai pengusaha *Alpukoy*, namun jika masalah tersebut tidak segera teratasi akan berdampak pada perkembangan bisnis yang dilakukan oleh Bu Ifa. Minimnya stock biji *Alpukat* yang semakin menipis di setiap harinya membuat produk *Alpukoy* terancam tidak bisa memproduksi dengan jumlah yang banyak. Sementara ini, Bu Ifa sedang melakukan upaya pengadaan stock biji Alpukat dengan menambah relasi dengan beberapa penjual es oyen, jus Alpukat, dan Alpukat kocok di daerah kelurahan Tanjungsari, Blitar. Bu Ifa berharap dengan upaya yang beliau lakukan bisa mengatasi salah satu kendala dalam menjalankan bisnisnya, yaitu *Alpukoy*

Dalam hal produksi dibutuhkan tenaga kerja untuk mengolah produk *alpukoy* agar proses produksi menjadi lebih efektif dan efisien. Pada umumnya mayoritas populasi penduduk yang terdapat di RW 04 adalah perempuan, dimana kegiatan utamanya adalah sebagai ibu rumah tangga. Tidak dapat dipungkiri penyerapan tenaga kerja (Putu *et al.*, 2018) yang dilakukan dalam pengolahan produk *alpukoy* adalah perempuan. Sebab pekerja perempuan dianggap lebih ulet, telaten dan pekerja keras (Sayekti *et al.*, 2017).

Menurut Taty Ariati, perempuan memiliki beberapa kelebihan yang mungkin tidak dimiliki kaum pria pada umumnya dalam menjalankan suatu usaha. *Pertama*, ketelatenan. Biasanya perempuan akan lebih telaten dalam menjalankan suatu model usahanya. Biasanya perempuan mampu membuat suatu produk memiliki nilai lebih menarik dan mempunyai daya beli tinggi. *Kedua*, *networking*. Perempuan biasanya mudah bergaul dan memiliki suatu mekanisme pendekatan yang memudahkan perempuan memiliki jaringan lebih luas. Terlebih, perempuan jeli melihat peluang bisnis dari *networking* tersebut. *Ketiga*, ketangguhan diri. Perempuan ketika dihadapi dengan PHK atas pekerjaan, biasanya tidak mudah putus asa. Biasanya perempuan melihat kegagalan tersebut dengan cara berwirausaha dengan pengalaman yang dimilikinya (Marthalina, 2018).

Oleh karena itu, dapat dibentuk suatu organisasi atau lembaga pertanian di RW 04 Desa Djosenan yang diberi nama KWT Mekar Sentosa. Sehingga dengan adanya pembentukan KWT Mekar Sentosa ini diharapkan dapat meningkatkan kesejahteraan pada ekonomi keluarga dalam pemenuhan kebutuhan akan sandang, pangan dan papan. Selain itu para pekerja wanita yang tergabung dalam KWT ini dapat menjadi lebih produktif disamping tugas mereka menjadi ibu rumah tangga.

Kegiatan sosialisasi dilakukan di rumah ketua KWT Mekar Sentosa disalah satu RW 04, Desa Djosenan. Dalam mengadakan kegiatan sosialisasi ini KWT Mekar Sentosa bersama mahasiswa KKNT MBKM UPN "Veteran" Jawa Timur yang bertemakan pengenalan produk olahan biji alpukat beserta manfaat dari mengonsumsi minuman tersebut.

Sosialisasi kepada warga dilakukan dengan beberapa aktivitas yaitu: pertama, salah satu pihak KWT Mekar melakukan pengenalan produk olahan biji alpukat *Alpukoy*. Kedua, melakukan presentasi mengenai pengetahuan manfaat mengonsumsi minuman kesehatan biji alpukat. Warga diperkenalkan beberapa manfaat sederhana seperti menurunkan kadar kolesterol tinggi. Ketiga, demonstrasi cara pembuatan produk olahan biji alpukat sampai pada penyajian (Roro *et al.*, 2012).

**SIMPULAN**

1. Biji alpukat masih di anggap susah di temukan karena alpukat tergolong buah musiman yang hanya dapat di panen 2 - 3 kali dalam setiap tahunnya.
2. Mayoritas tenaga kerja dalam pengolahan biji alpukat menjadi produk minuman kesehatan adalah perempuan yang kegiatan utamanya ibu rumah tangga. Dengan adanya kegiatan ini dapat membuat perempuan lebih produktif.
3. Pengenalan minuman kesehatan olahan biji alpukat menjadi sebuah informasi yang sangat berguna bagi warga setempat yang masih awam sebab dalam biji alpukat memiliki banyak kandungan yang bermanfaat.

**DAFTAR PUSTAKA**

- Bhayangkara, U., Ahmad, J., & No, Y. (2019). *Jurnal Abdi Bhayangkara UBHARA Surabaya*. 1, 69–76.
- Marthalina. (2018). PEMBERDAYAAN PEREMPUAN DALAM MENDUKUNG USAHA MIKRO, KECIL, DAN MENENGAH (UMKM) DI INDONESIA. *Jurnal Pembangunan Pemberdayaan Pemerintahan*, 3.
- NUROINI, I., HALAWA, E., KOLIDAH, A. Q., KUSVIYANTI, M., & ANJARSARI, M. (2019). PEMANFAATAN ALPUKAT SEBAGAI BAHAN MASKER KECANTIKAN DI DUSUN BLENTRENG DESA NGEMBAT KECAMATAN GONDANG KABUPATEN MOJOKERTO. *Jurnal Abdi Bhayangkara*, 1(01), 69-76.
- Pradana, D. L. C., & Wulandari, A. A. (2018). Pelatihan Pembuatan Body Scrub dari Bahan Alam dan Penyuluhan Deteksi Kosmetik yang Berbahaya di Kampung Utan Depok. In *Seminar Nasional Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat* (Vol. 1, No. 1).
- Putu, P., Ananda, A., Drs, P., & Sudibia, I. K. (2018). ANALISIS PRODUKTIVITAS KELOMPOK WANITA TANI (KWT) DI KABUPATEN KLUNGKUNG. *E-JURNAL EKONOMI PEMBANGUNAN UNIVERSITAS UDAYANA*, 1261–1288.
- Roro, M., Wahyulestari, D., & Wardyaningrum, D. (2012). *Sosialisasi pada Ibu tentang Pengenalan Aneka Varian Pangan Berbahan Dasar Susu untuk Anak Usia Dini melalui Komunikasi Interaktif*. 4, 230–238.
- Sayekti, N. S., Sari, N. K., Agustim, W., & Anisyah, A. (2017). *ANALISA PERANAN WANITA UMKM DALAM PENINGKATAN PEREKONOMIAN DI KEC. NGANTANG, KAB. MALANG*.
- Wakhidah, I. (2016). *PEMANFAATAN BIJI ALPUKAT DENGAN KOMBINASI BUAH NANAS SEBAGAI MINUMAN KESEHATAN MELALUI FERMENTASI*.