

Histori Naskah

Diserahkan : 06 November 2024
Direvisi : 05 Desember 2024
Diterima : 07 Desember 2024

**Pelatihan Pembuatan Nugget Tempe pada Kelompok
“Generasi Z” Desa Cokrowati Kecamatan Todanan
Kabupaten Blora**

Siti Nur'aini ^{1*}, Titik Puspitasari ²,

¹STAI Muhammadiyah Blora

²STAI Muhammadiyah Blora

*Corresponding Author: e-mail: nurainisiti111@gmail.com

ABSTRACT

Tempeh is the main side dish that is rich in nutrients which includes a large Indonesian commodity, tempeh processing innovations are very diverse, starting, fried tempeh, chips, bacem, and various other preparations which of course contain nutritional content that is very good for health. To increase the variety of tempe processing without reducing the nutritional content, Tempe nuggets are made which are certainly favored by various groups from children to parents. This training aims to improve the skills of the younger generation in processing local food ingredients that have added value both in terms of nutrition and selling value. In addition, this training is designed to provide insight and practical experience in producing healthy and nutritious tempeh nuggets. The training methods included material delivery, hands-on demonstrations, and manufacturing practices ranging from raw material selection, processing, shaping, frying, to product packaging. Participants were actively involved in every stage of the training, which was also complemented by discussion sessions to explore the business potential of these processed products. The results of the training showed that participants were able to understand and apply the techniques taught, and had the motivation to develop tempeh-based businesses in their villages. Thus, this training is expected to encourage the emergence of young entrepreneurs and expand the diversification of local food products in Cokrowati Village.

Keywords: tempe nugget training, generation Z, youth empowerment

ABSTRAK

Tempe merupakan lauk utama yang kaya akan nutrisi yang termasuk komoditi besar Indonesia, inovasi pengolahan tempe sangat beragam, mulai, tempe goreng, kripik, bacem, dan aneka olahan lainnya yang tentunya terdapat kandungan gizi yang sangat baik untuk kesehatan. Untuk meningkatkan variasi olahan tempe tanpa mengurangi kandungan gizi maka dibuatlah inovasi nugget Tempe yang tentunya digemari berbagai kalangan mulai anak-anak sampai orang tua. Pelatihan ini bertujuan untuk meningkatkan ketrampilan generasi muda dalam mengolah bahan pangan lokal yang bernilai tambah baik dari segi nutrisi dan nilai jual. Selain itu pelatihan ini dirancang untuk memberikan wawasan dan pengalaman

praktis dalam memproduksi nugget tempe yang sehat dan bernutrisi. Metode pelatihan meliputi penyampaian materi, demonstrasi langsung, serta praktik pembuatan mulai dari pemilihan bahan baku, pengolahan, pembentukan, penggorengan, hingga pengemasan produk. Peserta aktif terlibat dalam setiap tahap pelatihan, yang juga dilengkapi dengan sesi diskusi untuk mengeksplorasi potensi bisnis dari produk olahan ini. Hasil pelatihan menunjukkan bahwa peserta dapat memahami dan mengaplikasikan teknik yang diajarkan, serta memiliki motivasi untuk mengembangkan usaha berbasis tempe di desa mereka. Dengan demikian, pelatihan ini diharapkan dapat mendorong munculnya enterpreneur muda dan memperluas diversifikasi produk pangan lokal di Desa Cokrowati.

Kata Kunci: Pelatihan Nugget tempe, Generasi Z, Pemberdayaan Pemuda

PENDAHULUAN

Tempe merupakan makanan tradisional Indonesia yang berasal dari fermentasi kedelai oleh kapang *Rhizopus* sp. akan diproduksi. Kapang tempat tumbuhnya membentuk hifa, atau benang berwarna putih, yang menutupi permukaan biji kedelai, dan membentuk jaringan miselium yang menghubungkan biji kedelai, sehingga membentuk struktur yang padat dan struktur yang padat. Tempe mempunyai banyak manfaat bagi tubuh manusia, diantaranya mengurangi perut kembung dan diare, menghambat biosintesis kolesterol di hati, mencegah oksidasi LDL, dan menurunkan kolesterol total dan triasilgliserol serta meningkatkan enzim antioksidan SOD sehingga mengurangi risiko proktitis. Kanker prostat, kanker payudara, kanker usus besar, dan lain-lain (Wulandari Sidharta & Susanto, 2017).

Secara umum, proses pembuatan tempe dilakukan secara turun temurun, sehingga yang sama pun bisa sangat bervariasi tergantung daerah masing-masing dan pengrajinnya. Namun pada prinsipnya proses pembuatan tempe melalui tahapan yang sama, yaitu mencuci kedelai, merendam, memasak, menambahkan ragi, mengemas, dan memfermentasi. Proses pembuatan Tempe terbagi menjadi dua bagian. Yakni proses pembuatan basah yang meliputi pencucian, perendaman, pemasakan, pengasaman kedelai, dan pemisahan kulit kedelai. Proses produksi kering meliputi penambahan ragi, pengemasan, dan fermentasi (Sari & Mardiyah, 2020).

Salah satu inovasi yang dapat diterapkan adalah pembuatan nugget tempe. Nugget merupakan salah satu makanan siap saji yang sangat digemari oleh anak-anak hingga orang dewasa. Nugget biasanya dibuat dari daging. Namun harga daging tergolong mahal dan umumnya dikonsumsi oleh masyarakat menengah ke atas.

Oleh sebab dilakukan inovasi untuk melakukan pelatihan pembuatan nugget berbahan dasar tempe, yang selain bercita rasa layaknya daging, bahan yang digunakan juga terjangkau. Adanya produk olahan ini diharapkan dapat membuat berbagai kalangan bisa menikmati dan memperoleh kandungan gizi yang baik dari olahan tersebut.

Pelatihan sebagai suatu konsep program yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan seseorang (tujuan pendidikan) berkembang sangat pesat dan modern. Perkembangan model pelatihan (peningkatan kapasitas, pemberdayaan, pelatihan, dan lain-lain) saat ini berlangsung tidak hanya di dunia bisnis, namun juga di beberapa lembaga profesi, dan model pelatihan berubah dengan cepat tergantung pada kebutuhan pembelajaran, proses pembelajaran (educational process). ini berkembang menjadi Penilaian, tujuan, dan isu-isu lainnya (dunia, dll).(Sugiri et al., 2024)

Nugget tempe merupakan produk olahan tempe yang artinya mengandung protein nabati dan biasanya terbuat dari ikan atau daging. Inovasi dan teknik pengolahan telah menciptakan produk yang meningkatkan konsumsi masyarakat terhadap tempe. Nugget tempe dibuat dari 50% tempe dan ditambahkan 50% lagi hingga mencapai 100%. Mempunyai kriteria mutu yang baku seperti rasa, aroma khas, tekstur padat, serta mempunyai bentuk dan warna kuning kecoklatan yang menarik.

Pelatihan pembuatan nugget tempe yang difokuskan untuk kelompok pemuda "Generasi Z" di Desa Cokrowati, Kecamatan Todanan, Kabupaten Blora, dilakukan dengan tujuan memberdayakan pemuda setempat untuk menciptakan peluang usaha baru. Generasi muda memiliki peran penting dalam menggerakkan ekonomi desa, baik dari sisi produksi maupun pemasaran. Pemuda merupakan aset bangsa yang mempunyai peranan strategis dalam pembangunan. Undang-Undang Kepemudaan Nomor 40 Tahun 2009 mengatur bahwa pemuda adalah penduduk yang berusia antara 16 dan 30 tahun, yaitu mereka yang termasuk dalam kelompok usia kerja.

Selain itu, program pelatihan ini dirancang untuk memberikan pemahaman yang komprehensif tentang proses produksi, pemasaran, dan strategi pengembangan usaha berbasis tempe. Dengan adanya pelatihan ini, diharapkan peserta dapat menguasai teknik pembuatan nugget tempe yang baik, memahami standar keamanan pangan, serta mampu merencanakan usaha mandiri yang berkelanjutan. Kegiatan ini juga diharapkan dapat menjadi langkah awal untuk menciptakan diversifikasi produk tempe yang lebih inovatif, memperluas pangsa pasar, dan mendorong terbentuknya usaha mikro kecil menengah (UMKM) berbasis pangan lokal di Desa Cokrowati.

Meskipun tempe merupakan salah satu bahan pangan lokal yang mudah didapatkan dan kaya akan gizi, pemanfaatannya di masyarakat masih terbatas pada pengolahan tradisional seperti tempe goreng, mendoan, atau bacem (Dewi, 2023). Satuan konsumsi tempe (kg/orang/tahun) bervariasi atau berfluktuasi setiap tahunnya dari 8,29 pada tahun 2002 menjadi 7,61 pada tahun 2018. Kita juga bisa melihat angkanya sudah mencapai titik terendah terkait kemunculan tempe. Dengan perkembangan teknologi dan variasi makanan. Tempe sudah mulai sedikit bergeser dengan makanan cepat saji(Santosa et al., 2019).

Selain itu, rendahnya keterampilan masyarakat dalam mengembangkan produk olahan tempe juga menjadi kendala utama dalam menciptakan diversifikasi pangan berbasis tempe. Khususnya di Desa Cokrowati, Kecamatan Todanan, Kabupaten Blora, pemuda setempat masih belum banyak terlibat dalam kegiatan produksi dan pengembangan usaha berbasis pangan lokal. Padahal, generasi muda memiliki potensi besar untuk mengembangkan produk olahan yang lebih inovatif dan menarik jika diberikan pelatihan dan pendampingan yang tepat.

Terbatasnya pangsa pasar tempe menyebabkan diperlukannya strategi peningkatan kualitas kandungan gizi produk tempe jika penjualan ingin menyasar pangsa pasar yang lebih besar. Oleh karena itu, diperlukan suatu upaya untuk mengatasi permasalahan ini melalui program pelatihan yang terfokus pada pengembangan keterampilan pemuda dalam menciptakan produk olahan tempe yang bernilai jual tinggi dan memiliki daya saing di pasaran.

TAHAPAN DAN METODE KEGIATAN

Pelatihan pembuatan nugget tempe bertempat di balai desa Cokrowati, Desa Cokrowati, Kecamatan Todanan, Kabupaten Blora, pada hari Minggu, 11 Agustus 2024 dilakukan melalui pendekatan partisipatif dengan melibatkan pemuda yang tergabung dalam kelompok "Generasi Z". Metode pelatihan yang digunakan terdiri dari beberapa tahapan, yaitu:

1. Tahap Persiapan Pada tahap ini, dilakukan survei awal untuk mengidentifikasi minat, pengetahuan, serta ketersediaan bahan baku tempe di wilayah Desa Cokrowati. Survei dilakukan melalui wawancara dan penyebaran kuesioner kepada anggota kelompok pemuda setempat. Survei ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pemahaman pemuda tentang produk olahan tempe serta potensi pasar lokal yang dapat dikembangkan. Selain itu, dilakukan koordinasi dengan pihak desa untuk menentukan jadwal dan lokasi pelatihan.
2. Tahap Pemberian Materi Materi pelatihan mencakup dua aspek utama, yaitu teori dan praktik.
 - a. Teori: Peserta diberikan pemahaman tentang pentingnya diversifikasi produk pangan berbasis tempe, manfaat nugget tempe sebagai makanan sehat, serta teknik pengolahan yang memenuhi standar keamanan pangan. Materi ini disampaikan melalui presentasi dan diskusi interaktif.
 - b. Praktik: Peserta diajarkan langkah-langkah pembuatan nugget tempe mulai dari pemilihan bahan baku, pencampuran adonan, pencetakan, hingga proses penggorengan dan pengemasan. Praktik ini dipandu oleh instruktur yang berpengalaman dalam bidang pengolahan tempe.
3. Tahap Implementasi dan Produksi Pada tahap ini, peserta dibagi menjadi beberapa kelompok kecil untuk melakukan proses pembuatan nugget tempe secara mandiri. Setiap kelompok diberikan

tugas untuk membuat nugget tempe dengan berbagai varian rasa dan tekstur sesuai dengan kreativitas masing-masing. Tujuan dari tahap ini adalah untuk melatih kemandirian peserta serta meningkatkan kemampuan mereka dalam mengelola produksi skala kecil.

4. Tahap Evaluasi dan Monitoring Evaluasi dilakukan dengan melihat hasil produk dari masing-masing kelompok berdasarkan kriteria tertentu, seperti tekstur, rasa, penampilan, serta ketahanan produk. Selain itu, diadakan sesi tanya jawab untuk mendiskusikan tantangan yang dihadapi selama proses pelatihan. Hasil evaluasi ini akan digunakan untuk memberikan umpan balik dan rekomendasi perbaikan bagi peserta.
5. Tahap Pendampingan dan Pemasaran Setelah pelatihan selesai, peserta didampingi dalam proses pemasaran produk olahan nugget tempe. Pendampingan meliputi strategi branding, promosi, serta pemanfaatan media sosial untuk memperluas jaringan pemasaran. Peserta diajarkan cara membuat kemasan yang menarik, menentukan harga jual yang kompetitif, serta mengelola keuangan usaha skala kecil. Tahap ini dilakukan untuk memastikan keberlanjutan usaha yang dirintis oleh kelompok pemuda.

Metode yang diterapkan dalam pelatihan ini diharapkan dapat meningkatkan keterampilan pemuda dalam mengolah tempe menjadi produk pangan yang bernilai jual tinggi, serta mengembangkan potensi ekonomi lokal di Desa Cokrowati.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pelatihan pembuatan nugget tempe dilaksanakan pada hari Minggu, 11 Agustus 2024 dengan jumlah peserta 30 pemuda pemudi yang terdiri atas beberapa kelompok. Pelatihan pembuatan Nugget tempe ini merupakan kolaborasi antara dosen pembimbing lapangan Kuliah Kerja Nyata dan Mahasiswa KKN sekaligus sebagai narasumber pelatihan pembuatan nugget tempe di desa Cokrowati Todanan. Pelatihan ini didasari tema utama kegiatan KKN serta kolaborasi dengan Desa Cokrowati untuk menghidupkan kembali kelompok remaja yang ada di Desa Cokrowati,

Pelatihan pembuatan nugget tempe ini memiliki beberapa tujuan yakni: meningkatkan keterampilan generasi muda dalam mengolah bahan pangan lokal yang bernilai tambah. Program pelatihan ini dirancang untuk memberikan wawasan dan pengalaman praktis dalam memproduksi nugget tempe yang sehat, bernutrisi dan bernilai jual tinggi. Pelatihan diharapkan para remaja Desa Cokrowati ini bisa lebih produktif dengan menciptakan nugget tempe dan dapat membuatnya secara personal kemudian bisa menjualnya ke kalangan umum. Dilaksanakannya pelatihan pembuatan nugget tempe ini juga dapat dijadikan ajang untuk para orang tua di desa Cokrowati. melihat kegiatan Kelompok Generasi Z yang bermanfaat, sehingga para orang tua bisa

memotivasi anaknya untuk turut aktif pada kegiatan-kegiatan selanjutnya.

a. Alat dan Bahan

Alat dan bahan yang digunakan dalam pembuatan yakni yang pertama alatnya: alat yang digunakan Penggiling (Blender atau Food Processor), Digunakan untuk menghaluskan tempe dan mencampurkan bahan-bahan lainnya. Wadah Campuran, Wadah yang cukup besar untuk mencampur semua bahan nugget tempe, seperti adonan tempe, tepung, bumbu, dan sayuran. Sendok Sayur atau Spatula, Digunakan untuk mengaduk dan mencampurkan adonan secara merata. Cetakan Nugget, Alat yang digunakan untuk mencetak adonan menjadi bentuk nugget. Bisa menggunakan cetakan khusus atau bahkan cetakan dari bahan lain (seperti wadah plastik).

Panci atau Wajan, Untuk menggoreng nugget tempe setelah dicetak. Penggorengan, Digunakan untuk menggoreng nugget tempe. Dapat menggunakan penggorengan biasa atau deep fryer untuk menggoreng nugget dengan lebih merata. Saringan atau Kain Bersih, Untuk menampung dan menyaring minyak setelah menggoreng agar nugget tidak terlalu berminyak. Alat Pengukur (Sendok Ukur dan Gelas Ukur), Untuk mengukur jumlah bahan yang tepat, seperti tepung, bumbu, dan air. Kompor, Untuk memanaskan minyak dan menggoreng nugget. Kertas Minyak atau Tissue, Digunakan untuk menampung nugget setelah digoreng agar minyak berlebih dapat terserap. Alat Penyimpanan (Wadah atau Kantong Plastik), Untuk menyimpan nugget yang telah jadi agar tetap segar dan mudah dibawa.



Gambar 1. Proses pembuatan nugget tempe

Persiapan selanjutnya yang dilakukan yaitu proses menyiapkan bahan-bahan yang diperlukan Tempe: 250 gram, kukus dan haluskan. Wortel: 1 buah, parut halus (opsional, untuk menambah rasa dan nutrisi). Bawang putih: 2 siung, haluskan. Bawang merah: 2 siung, haluskan. Daun bawang: 1 batang, iris tipis. Telur: 1 butir. Tepung terigu: 3 sendok makan. Tepung panir (tepung roti): secukupnya, untuk lapisan. Garam: 1/2 sendok the. Merica: 1/2 sendok the. Gula pasir: 1/4 sendok the. Kaldu bubuk (opsional): 1/2 sendok the. Kemudian bahan yang telah tersedia dapat dicampurkan. Apabila proses sudah terbentuk adonan yang diinginkan, \ bisa dilanjutkan pada proses selanjutnya.

b. Cara Pembuatan

Cara pembuatan nugget tempe yang pertama, kukus tempe terlebih dahulu selama 15 menit agar teksturnya lebih lembut kemudian haluskan tempe menggunakan garpu atau ulek hingga teksturnya halus. Kedua, campurkan tempe yang sudah dihaluskan dengan wortel parut, bawang putih, bawang merah, daun bawang, garam, merica, gula, dan kaldu bubuk kemudian tambahkan telur dan tepung terigu. Aduk rata hingga menjadi adonan yang bisa dibentuk. Ketiga, siapkan loyang atau cetakan, olesi sedikit minyak agar adonan tidak lengket.

Kemudian tuangkan adonan nugget ke dalam loyang, ratakan permukaannya. Setelah itu kukus adonan selama 20-30 menit dengan api sedang hingga adonan mengeras. Angkat dan biarkan dingin. Keempat, setelah adonan dingin, keluarkan dari loyang dan potong-potong sesuai selera (bisa berbentuk kotak atau persegi panjang). Kelima, celupkan potongan nugget ke dalam telur yang sudah dikocok. Kemudian, gulingkan nugget yang sudah dicelup telur ke tepung panir hingga seluruh permukaannya tertutup rata. Keenam, panaskan minyak di dalam wajan. Kemudian goreng nugget tempe dengan api sedang hingga berwarna kuning keemasan. Setelah itu angkat dan tiriskan. Nugget tempe siap disajikan! Anda bisa menikmatinya sebagai camilan, lauk, atau bahkan disimpan dalam freezer untuk stok makanan praktis.



Gambar 2. Proses pembuatan nugget tempe

c. Hasil akhir

Hasil akhir pembuatan nugget tempe yang dibuat kelompok generasi Z desa Cokrowati. Pelatihan yang diikuti oleh sebagian kecil anggota kelompok ini dijadikan pembelajaran untuk nantinya disebar luaskan melalui pelatihan massal bagi seluruh anggota Kelompok generasi Z desa Cokrowati.. Selain untuk para anggota kelompok generasi Z desa

Cokrowati. kedepannya diharapkan ini bisa juga membuat pelatihan untuk para ibu-ibu dan warga Desa Cokrowati.



Gambar 3. Hasil pelatihan pembuatan nugget tempe dalam kemasan



Gambar 4. Peserta pelatihan pembuatan nugget tempe

Pelatihan pembuatan nugget tempe memiliki beberapa kekurangan yang perlu diperhatikan. Salah satunya adalah keterbatasan pemahaman bagi peserta yang masih awam dalam dunia memasak, sehingga mereka bisa kesulitan mengikuti setiap tahap pembuatan. Selain itu, kualitas bahan yang digunakan selama pelatihan kadang tidak konsisten, yang dapat mempengaruhi hasil akhir produk. Peralatan memasak yang kurang memadai juga bisa menjadi kendala, membuat beberapa peserta tidak dapat mempraktikkan resep di rumah dengan hasil yang sama. Terlebih lagi, jika waktu pelatihan terbatas, peserta mungkin tidak mendapatkan kesempatan untuk berlatih secara mandiri, sehingga pemahaman mereka terhadap teknik pembuatan tidak maksimal. Pelatihan yang hanya berfokus pada aspek teknis tanpa membahas cara pengembangan bisnis juga membuat peserta kesulitan jika ingin mengembangkan usaha berbasis nugget tempe ini.

PENUTUP

Pelatihan pembuatan nugget tempe memberikan manfaat yang sangat besar bagi peserta dalam memahami teknik dasar pengolahan makanan berbahan tempe. Pelatihan ini diharapkan mampu membawa pola perubahan pada Gen Z pentingnya berwirausaha, sehingga kedepan dapat memberikan harapan membuka lapangan pekerjaan baru. Selain mengajarkan keterampilan praktis, pelatihan ini juga membuka peluang bagi peserta untuk mengembangkan usaha mikro di bidang kuliner. Namun, untuk mencapai hasil yang optimal, pelatihan perlu memperhatikan aspek kelengkapan bahan, peralatan, serta pemahaman bisnis, dan pemasaran. Dengan bimbingan yang tepat, pelatihan ini dapat menjadi langkah awal yang baik bagi siapa saja yang ingin mengolah tempe menjadi produk bernilai lebih tinggi, baik sebagai konsumsi pribadi maupun potensi bisnis.

DAFTAR PUSTAKA

- Dewi, A. M. (2023). Meningkatkan Nilai Jual Tempe Melalui Kripik Tempe. *Jurnal Madaniya*, 4(2), 562–566.
- Gavi, N. A. M., & Martati, E. (2018). PENGARUH SUBSTITUSI TEPUNG TEMPE KORO PEDANG (*Canavalia ensiformis* L.) DAN MINYAK JAGUNG TERHADAP KARAKTERISTIK FISIK, KIMIA DAN ORGANOLEPTIK BROWNIES KUKUS. *Jurnal Pangan Dan Agroindustri*, 6(2), 94–105. <https://doi.org/10.21776/ub.jpa.2018.006.02.10>
- Santosa, A. P., Nugroho, B., & Ningtyas, A. (2019). PENINGKATAN NILAI GIZI DAN DAYA TERIMA SENSORIS PADA TEMPE BIJI KECIPIR (*Psophocarpus tetragonolobus* L) DENGAN PENAMBAHAN BIJI WIJEN. *Agritech: Jurnal Fakultas Pertanian Universitas Muhammadiyah Purwokerto*, 21(1), 74. <https://doi.org/10.30595/agritech.v21i1.4727>
- Sari, I. P., & Mardiyah, Y. S. (2020). KAJIAN LITERATUR: POTENSI PEMANFAATAN PROTEIN TEMPE NON-KEDELAI Literature Review: Potency of Non-Soybean Tempeh Protein. *Jurnal Teknologi Pangan*, 14(2), 72–87.
- Sugiri, W. A., Sudarmawan, B. N., & Febrianti, A. H. (2024). *Optimalisasi Olahan Produk Kopi Lokal melalui Pendampingan Kewirausahaan Remaja Masjid di Kota Malang*. 6(1), 55–63.
- Wulandari Sidharta, L. D., & Susanto, J. (2017). Suplementasi Tempe Meningkatkan Status Besi dan Perkembangan Anak. *Sari Pediatri*, 18(3), 169. <https://doi.org/10.14238/sp18.3.2016.169-74>