

Makalah Pengabdian Masyarakat  
Keterampilan Diversifikasi Pangan Lokal



Oleh :  
Trisanti

PENDIDIKAN LUAR SEKOLAH  
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

2016

## A. Latar Belakang

Pangan merupakan permasalahan pokok dan utama yang harus dipenuhi dalam kebutuhan hidup manusia. Kebutuhan pangan berasal dari sektor pertanian, seperti halnya di Indonesia. Negara kita merupakan negara agraris yang memiliki sumber daya alam yang melimpah untuk diolah menjadi bahan pangan. Banyaknya jenis sumber daya alam yang tersedia membuat semakin banyaknya jenis sumber olahan pangan seperti padi, jagung, singkong, dan umbi-umbian. Akan tetapi masyarakat kita masih beranggapan bahwa sumber pangan hanya berfokus pada beras. Orang Indonesia terutama orang Jawa akan mengatakan belum makan jika belum makan nasi. Padahal sumber makanan bisa berasal selain dari nasi dengan nilai cakupan gizi yang sama juga. Pandangan masyarakat tersebut perlu dirubah dengan memandang banyak sumber pangan yang memiliki nilai gizi setara dengan nasi.

Dalam Undang-Undang tentang pangan Pasal 1 disebutkan bahwa pangan adalah segala sesuatu yang berasal dari sumber hayati dan air, baik yang diolah maupun tidak diolah, yang diperuntukkan sebagai makanan atau minuman bagi konsumsi manusia, termasuk bahan tambahan pangan, bahan baku pangan, dan bahan lain yang digunakan dalam proses penyiapan, pengolahan, dan atau pembuatan makanan atau minuman. Terjaminnya ketersediaan pangan menjamin pula keberlangsungan kehidupan manusia yang akan menuju pada kesejahteraan pangan dunia. Dalam mewujudkan diversifikasi pangan diperlukan keterampilan dalam pengolahan pangan. Melalui keterampilan yang baik maka hasil olahan pangan akan memiliki nilai gizi yang bagus dan layak untuk dikonsumsi sebagai pengganti nasi. Dengan demikian masyarakat dapat mengolah makanan lokal yang mereka miliki untuk dijadikan sebagai makanan pokok pengganti nasi. Penyelenggaraan urusan pangan di Indonesia diatur melalui Undang- Undang Pangan Nomor 18 Tahun 2012 pengganti Undang-Undang Pangan Nomor 7 Tahun 1996, yang dibangun berlandaskan kedaulatan dan kemandirian pangan. Hal ini menggambarkan bahwa apabila suatu negara tidak mandiri dalam pemenuhan pangan, maka kedaulatan negara bisa terancam. Dalam Undang-Undang Pangan ini menekankan pada pemenuhan kebutuhan pangan di tingkat perorangan, dengan memanfaatkan potensi sumber daya alam, manusia, sosial, ekonomi dan kearifan lokal secara bermanfaat.

## B. Pengertian Diversifikasi Pangan (Ketahanan Pangan)

Diversifikasi atau penganekaragaman adalah suatu cara untuk mengadakan lebih dari satu jenis barang/komoditi yang dikonsumsi. Dalam bidang pangan, diversifikasi memiliki dua makna, yaitu diversifikasi tanaman pangan dan diversifikasi konsumsi pangan. Kedua bentuk diversifikasi tersebut masih berkaitan dengan upaya untuk mencapai ketahanan pangan. Apabila diversifikasi tanaman pangan berkaitan dengan teknis pengaturan pola bercocok tanam, maka diversifikasi konsumsi pangan akan mengatur atau mengelola pola konsumsi masyarakat dalam rangka mencukupi kebutuhan pangan. Diversifikasi pangan akan mempunyai nilai manfaat yang besar apabila mampu menggali, mengembangkan, dan mengoptimalkan pemanfaatan sumber-sumber pangan lokal yang ada dengan tetap menjunjung tinggi hak atas pangan sebagai hak dasar manusia (entitlement) dan kearifan lokal (Meivie Lintang dalam <http://www.litbang.pertanian.go.id>). Kegiatan diversifikasi pangan adalah melalui upaya penyediaan pangan yang beragam untuk memenuhi permintaan masyarakat. Pengembangan produk mencakup aspek produksi, pengolahan, distribusi hingga konsumsi pangan di tingkat rumah tangga (Sutrisno dan Aziz, 2010).

Menurut Prof. Ahmad Sulaeman dalam [Republika.co.id](http://Republika.co.id) mengatakan bahwa diversifikasi makanan adalah penganekaragaman pangan yang dikonsumsi. Hal tersebut menjelaskan bahwa diversifikasi tidak hanya beralih konsumsi pangan dari beras menjadi non beras akan tetapi adanya variasi makanan yang dikonsumsi. Dalam hal ini mengkonsumsi sayuran (*vegetarian*) yang berselang seling dengan mengkonsumsi nasi bisa dikatakan sebagai diversifikasi makanan. Pola pergantian jenis makanan yang dikonsumsi setiap hari akan menghemat produksi pangan dalam artian ketahanan pangan akan terus terjaga dengan baik seiring dengan bertambahnya jumlah penduduk.

Penganekaragaman olahan makanan bisa dikatakan pula sebagai diversifikasi makanan. Misalnya satu jenis bahan makanan diolah menjadi berbagai jenis olahan makanan yang memiliki nilai gizi yang tinggi, sehingga diperlukan keterampilan pengolahan makanan yang baik. Sebagai contoh tanaman singkong dalam masyarakat kita hanya diolah sederhana saja yaitu direbus, digoreng atau dibuat keripik. Padahal singkong bisa diolah menjadi berbagai aneka jenis makanan sehingga menghasilkan kandungan gizi yang cukup banyak dengan menambahkan berbagai bahan makanan lainnya. Kebiasaan masyarakat dalam

mengolah singkong dengan sederhana dikarenakan mereka belum memiliki pengetahuan tentang nilai gizi yang terkandung. Mereka juga belum memiliki kemampuan serta pemahaman dalam mengolah bahan pangan lokal menjadi jenis lain. Dengan berbagai pengolahan makanan yang bervariasi maka akan memiliki nilai jual tinggi karena memiliki keunikan rasa dan bentuk. Dengan demikian hal tersebut dapat mengenalkan kepada masyarakat tentang variasi olahan makanan. Kemampuan masyarakat untuk mengolah bahan pangan lokal akan menumbuhkan keterampilan baru bagi masyarakat.

### C. Keterampilan Pengolahan Pangan

Keterampilan merupakan ilmu yang secara lahiriah ada di dalam diri manusia dan perlunya dipelajari secara mendalam dengan mengembangkan keterampilan yang dimiliki. Dalam kegiatan keterampilan tujuan akhir yang diharapkan adalah seseorang dituntut memiliki kemampuan memecahkan masalah secara bertanggung jawab; 1) mampu mengenali hakikat dirinya, potensi dan bakat-bakat terbaiknya, 2) dapat berusaha sekuat tenaga untuk mengaktualisasikan segenap potensinya, mengekspresikan dan menyatakan dirinya sepenuhnya/seutuhnya dengan cara menjadi dirinya sendiri (Anwar, 2006:9). Keterampilan dalam hal ini lebih condong dan dominan pada aspek psikomotorik, karena lebih ditekankan dalam kegiatan praktek. Meskipun demikian dalam keterampilan yang dilakukan akan muncul keterampilan lain baik yang bersifat kognitif dan afektif. Keterampilan sering disebut sebagai kecakapan hidup yang terdiri dari empat jenis yaitu kecakapan personal, kecakapan akademik, kecakapan sosial dan kecakapan vokasional. Dalam teknik pengolahan pangan lebih cenderung pada kecakapan vokasional dikarenakan lebih kepada kegiatan praktek. Akan tetapi kecakapan vokasional akan berjalan dengan baik jika didukung oleh ketiga kecakapan lainnya.

Sebuah keterampilan akan terwujud dengan baik dengan adanya kegiatan pelatihan yang dilakukan secara teratur. Pelatihan itu sendiri menurut Mustofa kamil 2007:151) adalah proses pemberdayaan dan pembelajaran, artinya individu (anggota masyarakat) harus mempelajari sesuatu (materi) guna meningkatkan kemampuan, keterampilan dan tingkah laku dalam pekerjaan dan kehidupan sehari-hari dalam menopang ekonominya (pendapatan). Dalam pelatihan terkandung aspek-aspek yang meliputi:

1. Pelatih, yakni orang-orang yang memberikan pengetahuan dan keterampilan.

2. Peserta pelatihan, yakni warga masyarakat yang membutuhkan pengetahuan dan keterampilan.
3. Proses pembelajaran, yakni peristiwa penyampaian pengetahuan dan keterampilan.
4. Bahan pelatihan, yaitu berbagai materi yang akan disampaikan pelatih kepada peserta dalam proses pembelajaran dalam pelatihan.

Tujuan pelatihan dalam rangka pemberdayaan adalah untuk mempersiapkan anggota masyarakat agar mempunyai kemampuan profesional, dan kompetensi yang bermutu dan relevan dengan kebutuhan hidupnya atau pekerjaan yang sedang digelutinya. Tujuan pelatihan dapat dijabarkan sebagai berikut: 1) mengembangkan kemampuan dan keterampilan warga masyarakat dalam mengidentifikasi potensi-potensi diri dan potensi masyarakat sehingga dapat dikembangkan dan dapat dijadikan landasan dalam pengembangan usaha. 2) untuk mengembangkan keahlian dan keterampilan anggota masyarakat sehingga mampu menyelesaikan pekerjaannya dengan lebih cepat dan lebih efektif. 3) untuk mengembangkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat sehingga pekerjaan dapat diselesaikan secara rasional. 4) untuk mengembangkan sikap sehingga dapat menimbulkan kemauan untuk bekerja dan bekerja sama. 5) untuk mengembangkan pengetahuan dan keterampilan sehingga masyarakat lebih kreatif, inovatif, dalam mengembangkan usahanya. 6) mampu mengembangkan dan memajukan lembaga sebagai wadah dalam pengembangan usaha.

Prinsip-prinsip pelatihan yang perlu diperhatikan :1) keterlibatan aktif peserta sangat penting karena hasil belajar yang diperoleh lebih bermakna apabila peserta terlibat secara aktif, 2) kepuasan peserta merupakan *reinforcement* yang sangat efektif dalam pembelajaran. 3) peserta bertanggung jawab dan terlibat langsung dalam perumusan dan pencapaian tujuan belajar agar peserta merasakan bahwa tujuan yang hendak dicapai adalah tujuan mereka. 4) motivasi merupakan hal yang sangat penting dalam memelihara efektivitas kegiatan belajar. 5) belajar merupakan modifikasi dari sistem nilai yang dimiliki seperti perilaku, pengalaman apa yang telah mereka pelajari sebelumnya.

Keterampilan dalam pengolahan bahan pangan lokal memerlukan kreatifitas yang tinggi untuk terciptanya aneka olahan makanan baru dan bergizi. Pangan lokal adalah pangan yang diproduksi bertumpu pada sumber daya, kelembagaan dan budaya lokal itu sendiri. Berbagai bahan lokal seperti singkong, jagung dan juga kacang-kacangan sering kita jumpai dalam kehidupan sehari-hari baik bagi masyarakat kota maupun masyarakat desa.

a. Singkong

Singkong atau casava merupakan tanaman yang berasal dari Benua Amerika. Akan tetapi sudah meluas ke berbagai negara di dunia termasuk di Indonesia. Tanaman singkong masuk ke Indonesia tahun 1852. Singkong merupakan hasil pertanian lokal yang memiliki kandungan nilai gizi yang tinggi. Singkong menyediakan energi sebesar 160 Kcal, jumlah karbohidrat 38.06 g, Protein 1,36 g. Total lemak 0.28 g, kolesterol 0 mg, dan serat 1,8 g. Berikut kandungan gizi per 100 g singkong mentah menurut USDA : vitamin : kandungan tertinggi ubi kayu adalah Folat (vitamin B9) 27 mg, vitamin C 20,6 mg, dan vitamin K 1,9 mg. Selbihnya adalah Niacin 0.854 mg, Pyridoxine 0.088 mg. Mineral: sodium 14 mg, Kalium 271 mg, Kalsium 16 mg, Zat Besi 0,27 mg, magnesium 21 mg, Mangan 0,383 mg, Fosfor 27 mg, dan Zinc 0,34 mg.

Aneka macam olahan singkong adalah sebagai berikut:

#### SENTILING SINGKONG PISANG AROMA

**BAHAN:**

500 gram singkong parut  
120 gram gula pasir  
½ bungkus agar-agar putih  
½ sdt vanili  
175 ml air  
27 gram susu bubuk (1 sachet susu bubuk vanilla)  
100 gram pisang raja, haluskan  
½ sdt garam

**PELENGKAP:**

Kelapa parut kukus secukupnya

#### CARA MEMBUAT:

- 1) Campurkan ke semua bahan hingga tercampur rata, kecuali kelapa parut
- 2) Bagi menjadi tiga adonan sama rata. Beri warna masing-masing adonan dengan warna merah, kuning, dan hijau.
- 3) Siapkan loyang yang telah diolesi minyak dan dilapisi plastik.

- 4) Masukkan adonan berwarna hijau ke dalam loyang, kukus kurang lebih 15 menit. Lalu tuang adonan kuning di atas adonan hijau yang telah matang, kukus kembali selama kurang lebih 15 menit, lakukan hal serupa dengan adonan yang berwarna merah. Apabila sudah matang, kukus kembali sebentar kurang lebih 10 menit.
- 5) Bila sudah matang, angkat, lalu keluarkan sentiling dari dalam loyang, kemudian iris-iris dengan menggunakan pisau yang telah dilapisi plastik agar tidak lengket. Lalu gulingkan di atas kelapa parut yang telah dikukus. Sajikan.

### SINGKONG CRISPY KEJU KARAMEL

#### BAHAN:

500 gram singkong, rebus, potong panjang  
1 sdt garam  
Air secukupnya

#### KARAMEL :

300 gram gula pasir, air 50 ml, masak  
hingga menjadi karamel, sisihkan.

#### BAHAN PENCELUP:

150 gram tepung terigu  
50 gram tepung tapioka  
1 btr telur  
10 gram susu bubuk (1 sdm)  
50 gram gula pasir

#### TABURAN:

Keju parut secukupnya

#### BAHAN PELAPIS:

Bread crumb (tepung panir roti)  
secukupnya

### CARA MEMBUAT:

1. Aduk menjadi satu bahan pencelup hingga tercampur rata.
2. Masukkan satu per satu singkong yang telah direbus ke dalam adonan pencelup

3. Setelah itu, gulingkan ke dalam bread crumb atau tepung panir roti hingga tertutup.
4. Goreng dengan menggunakan api sedang hingga berwarna kuning keemasan.
5. Lalu celupkan ke dalam cairan karamel hingga rata, tiriskan. Sajikan bersama keju parut sebagai taburan di atasnya.

### LUMPIA SINGKONG PEDAS

#### BAHAN:

5 lembar kulit lumpia

#### BAHAN ISIAN:

300 gram singkong, rebus, potong kotak-kotak

100 gram ayam, rebus, suir-suir

1 batang daun bawang, iris tipis

1 btg serai, memarkan

1 ruas kecil lengkuas, memarkan

2 lembar daun jeruk

1 lembar daun salam

Kecap secukupnya

Putih telur secukupnya, untuk merekatkan kulit lumpia

#### BUMBU HALUS:

5 siung bawang putih

3 siung bawang merah

½ sdt merica

7 buah cabai merah keriting

5 buah cabai rawit merah

1 ruas kecil jahe

2 butir kemiri

Gula secukupnya

Garam secukupnya

### CARA MEMBUAT:

1. Isian : tumis bumbu halus, daun jeruk, daun salam, lengkuas, dan serai hingga harum. Setelah harum, tambahkan sedikit air dan kecap. Lalu masukkan singkong rebus dan ayam suir. Aduk hingga meresap dan rata. Sisihkan.

2. Isikan kulit lumpia dengan isian yang telah dibuat tadi, gulung menyerupai lumpia seperti pada umumnya, rekatkan bagian ujung-ujungnya dengan menggunakan putih telur. Lakukan hingga isian habis.
3. Goreng dalam minyak yang banyak hingga kuning kecoklatan.
4. Setelah matang, angkat.
5. Sajikan.

b. Kacang tanah

Menurut Kemus Besar Bahasa Indonesia Kacang tanah (*Arachis hypogaea* L.) adalah tanaman polong-polongan atau legum anggota suku Fabaceae yang dibudidayakan, serta menjadi kacang-kacangan kedua terpenting setelah kedelai di Indonesia. Kacang tanah kaya akan lemak, protein, zat besi, vitamin E, vitamin B kompleks, vitamin K, vitamin A, kolin, kalsium, omega 3 dan omega 9. Tidak kalah dengan jenis kacang-kacangan yang lain, kacang tanah memiliki berbagai manfaat untuk tubuh seperti menjaga daya tahan tubuh, mencegah penyakit jantung serta menurunkan resiko jantung koroner, menurunkan kadar kolesterol, melawan bakteri tuberkulosis, menurunkan tekanan darah tinggi, mengurangi penyakit hemofilia, mengobati insomnia dan mampu mengurangi keputihan pada wanita (<http://www.satwa.net/932/mengenal-kacang-tanah.html>). Berbagai diversifikasi kacang tanah adalah sebagai berikut:

#### KACANG TELUR

Bahan :	Bahan pencelup : (aduk menjadi satu)
Kacang tanah 250 gram	Tepung bumbu serbaguna 40 gram
Telur 2 butir	Tepung terigu 300 gram
Garam 1 sdt	Gula halus 100 gram

Cara membuat:

1. Aduk menjadi satu: kacang tanah, telur 1 butir dan garam. Diamkan kurang lebih 5 menit.
2. Kemudian masukkan kacang tadi ke dalam tepung pencelup, aduk-aduk hingga bagian kacang tertutup semua, lalu ayak.

3. Lalu aduk kembali dengan menggunakan telur 1 butir. Kemudian masukkan kembali ke dalam adonan tepung pencelup, lalu ayak kembali.
4. Goreng kacang yang telah terbalut oleh adonan tepung tadi hingga kuning kecoklatan.
5. Dinginkan, simpan dalam wadah kedap udara.

### KACANG TELOR BALADO

Bahan :	Bahan Pencelup : (aduk menjadi satu)
Kacang tanah 250 gram	Tepung bumbu serbaguna 40 gram
Telur 2 butir	Tepung terigu 200 gram
Bumbu balado bubuk 30 gram	Bumbu balado bubuk 50 gram
Daun jeruk secukupnya (sesuai selera)	Gula halus 50 gram

#### Cara membuat :

1. Aduk menjadi satu : kacang tanah, telur 1 butir dan bumbu balado bubuk 30 gram. Diamkan kurang lebih 5 menit.
2. Kemudian masukkan kacang tadi ke dalam adonan tepung pencelup, aduk-aduk hingga bagian kacang tertutup semua, lalu ayak.
3. Goreng kacang yang telah terbalut oleh adonan tepung tadi hingga matang dengan dicampurkan daun jeruk yang sudah diiris tipis. (daun jeruk ikut digoreng).
4. Dinginkan, simpan dalam wadah kedap udara.

#### c. Jagung

Wikipedia Bahasa Indonesia menjelaskan jagung (*Zea mays ssp. mays*) adalah salah satu tanaman pangan penghasil karbohidrat yang terpenting di dunia, selain gandum dan padi. Kandungan nutrisi / gizi jagung berbeda-beda, tergantung bagian yang dikonsumsi. Jagung secara luas dikenal sebagai sumber bahan pangan pokok maupun pakan ternak dari bijian yang dihasilkan. Namun demikian, jagung juga dikonsumsi ketika bijian masih muda, baik pada jagung ladang (*field corn*) maupun jagung manis.

Selain itu, tongkol jagung muda juga dikonsumsi manusia sebagai sayuran. Berbagai diversifikasi jagung adalah sebagai berikut:

### BOLU GULUNG JAGUNG MAYO

Bahan-bahan	Bahan mayo
4 butir telur	250 ml susu cair
75 gram gula pasir	25 gram gula pasir
50 gram tepung terigu protein sedang	1/4 sendok teh garam
20 gram maizena	1 kuning telur
60 gram margarin, dilelehkan	30 gram maizena dan dilarutkan 2 sendok makan air
50 gram jagung, diblender halus	75 gram jagung pipil
1/2 sendok teh pasta vanila	50 gram mayones
	50 gram keju cheddar parut

### CARA MEMBUAT

1. Kocok telur dan gula sampai mengembang. Masukkan tepung terigu, maizena, dan baking powder sambil diayak dan diaduk rata. Tambahkan margarin, jagung, dan pasta vanila sambil diaduk rata.
2. Tuang adonan di loyang 25x30x3 cm yang dioles margarin dan dialas kertas roti.
3. Oven dengan api bawah suhu 190 derajat Celsius 25 menit hingga matang.
4. Mayo, aduk rata susu, gula, dan garam. Masak sampai kental. Tambahkan kuning telur. Aduk cepat. Tambahkan jagung pipil. Aduk rata. Matikan api. Tambahkan mayones. Aduk rata. Dinginkan.
5. Ambil kue. Oleskan bahan mayo. Tabur keju parut di satu sisi. Gulung. Padatkan.

### KUE SUS VLA JAGUNG

#### BAHAN

- 90 gram Tepung Maizena
- 500 ml Susu Cair
- 1/2 sdt Garam

- 150 gr Gula Pasir
- 100 gram Biji Jagung Manis Segar,  
memarkan
- 2 butir Kuning Telur
- 125 gram Tepung Terigu Protein Sedang  
(Segitiga Biru)
- 1 sdt Margarin/Mentega
- 100 gram Margarin
- 200 ml Air
- 300 gram Biji Jagung Manis Segar
- 1/2 sdt Garam
- 3 butir Telur, kocok lepas

#### CARA MEMBUAT

1. Kulit Sus : Rebus Air, Margarin, dan Garam sambil diaduk hingga mendidih. Matikan Api.
2. Tambahkan tepung aduk rata. Nyalakan api kecil. Masak hingga kalis, angkat dan biarkan hangat. Masukkan telur aduk cepat dan rata kemudian masukkan ke dalam plastik segitiga.
3. Siapkan loyang olesi dengan margarin. Semprotkan adonan kulit sus melingkar dengan spuit diatas loyang. Oven dengan suhu 200 derajat Celcius selama 25 menit sampai matang.
4. Vla : Haluskan 300 gr Jagung dengan sebagian susu cair. Rebus sisa Susu Cair, Gula, Garam, Maizena, Jagung halus dan Jagung yang sudah dimemarkan sambil diaduk sampai meletup-letup. Matikan api. Ambil sedikit adonan, masukkan kuning telur aduk rata. Masukkan lagi ke dalam adonan vla aduk cepat. Hidupkan api lagi, masak sampai meletup-letup kembali. Tambahkan Margarin, aduk rata. Angkat biarkan dingin.
5. Belah 2 Kue Sus jangan sampai putus lalu semprotkan vla dengan menggunakan plastik segitiga. Sajikan.

#### D. Tujuan Diversifikasi Pangan

##### 1. Mengurangi ketergantungan impor beras

Semakin banyaknya jumlah penduduk semakin meningkat pula akan permintaan beras sebagai makanan pokok. Meskipun negara Indonesia negara agraris akan tetapi kebutuhan akan beras masih kurang untuk memenuhi kebutuhan pangan. Oleh karena itu perlu adanya sumber lain sebagai pemenuhan kebutuhan pokok selain beras. Dengan program diversifikasi bahan lokal dapat dijadikan sebagai solusi untuk menjaga ketahanan pangan.

##### 2. Mencapai pola konsumsi pangan yang tepat

Pola konsumsi pangan yang bervariasi akan mencukupi kebutuhan gizi. Hal ini dikarenakan tubuh kita memerlukan berbagai jenis vitamin dan mineral yang terkandung dalam berbagai jenis makanan.

##### 3. Mewujudkan pola pangan harapan

Pola pangan harapan adalah adanya ketersediaan pangan secara berkelanjutan, sehingga selalu ada persediaan pangan untuk generasi yang akan datang. Dengan demikian ketersediaan pangan yang satu dengan yang lainnya akan saling melengkapi.

##### 4. Gizi yang terjangkau oleh semua tingkat pendapatan

Tingkat penghasilan yang berbeda membuat masyarakat berbeda dalam mengkonsumsi pangan. Masyarakat ekonomi kelas atas akan mudah dalam mendapatkan gizi pangan yang tinggi karena kemampuan daya belinya. Begitu sebaliknya, masyarakat ekonomi rendah akan kesulitan mengkonsumsi makanan dengan gizi yang tinggi karena daya beli yang rendah. Makanan dengan gizi tinggi masih menjadi barang mahal bagi masyarakat, oleh karena itu dengan keterampilan diversifikasi makanan lokal diharapkan dapat memenuhi kebutuhan gizi seluruh lapisan masyarakat.

#### E. Pelaksanaan Diversifikasi

Salah satu pelaksanaan diversifikasi dapat dilakukan melalui pelatihan pengolahan makanan lokal. Langkah awal yang perlu dilakukan adalah 1) Analisis kebutuhan masyarakat. Dengan mengetahui berbagai potensi lokal dan potensi sumber daya manusia yang dimiliki maka pelatihan diversifikasi dapat dilakukan, 2) Pelaksanaan, dalam pelaksanaan pelatihan dapat dibentuk dalam kelompok-kelompok kecil sehingga memudahkan dalam hal kegiatan praktek. Contoh hasil pangan lokal yang bisa

didiversifikasikan adalah singkong, kacang, kedelai, umbi-umbian dan lain-lain, 3) Pendampingan kegiatan perlu dilakukan terhadap kelompok-kelompok kecil, agar proses yang dilakukan dapat terserap oleh setiap anggota kelompok, 4) Kegiatan evaluasi juga perlu dilakukan guna mengetahui kemampuan setiap individu dalam mengolah pangan lokal, 5) Tindak Lanjut, yaitu keberlanjutan program yang terus diberikan setelah program selesai. Kegiatan ini bertujuan agar aktivitas kelompok-kelompok kecil tetap terjaga dan menumbuhkan motivasi untuk selalu berkarya.

## Kesimpulan

Diversifikasi pangan lokal dapat dilakukan berdasarkan kebutuhan dari masyarakat setempat, ketersediaan sumber daya alam, dan ketersediaan sumber daya manusianya. Melalui pelatihan yang optimal kegiatan diversifikasi pangan lokal dapat meningkatkan sumber penghasilan bagi masyarakat sasaran.

## DAFTAR PUSTAKA

Anwar. 2006. Pendidikan Kecakapan Hidup. Bandung:Alfabeta

Mustofa Kamil. 2012. *Model Pendidikan dan Pelatihan*. Bandung: Alfabeta

Sutrisno dan Aziz. 2010. Reaktualisasi Diversifikasi Pangan Berbasis Sumber Daya Lokal.  
www. Majalahpangan.com/2010/04

e-journal.uajy.ac.id/1589/3/2EP12752.pdf

<http://nasional.republika.co.id/berita/nasional/umum/15/02/20/nk2vp9-diversifikasi-pangan-untuk-meningkatkan-gizi>

[https://id.wikipedia.org/wiki/Kacang\\_tanah](https://id.wikipedia.org/wiki/Kacang_tanah)

<http://kueresep.com/kumpulan/dari+jagung>

<https://id.wikipedia.org/wiki/Jagung>

<http://www.litbang.pertanian.go.id/buku/membangun-kemandirian-pangan/BAB-IV/BAB-IV-3.pdf>

.