

**DIVERSIFIKASI PRODUK BUAH LABU SIAM DI DUSUN MANTRAN  
WETAN DESA GIRIREJO KECAMATAN NGABLAK  
KABUPATEN MAGELANG**

**Dewi Fatmasari**

**Dosen Tetap Di Program Studi Administrasi Bisnis**

**Fatmasari.dewi67@gmail.com**

**ABSTRAKSI**

*Buah labu siam atau jipang merupakan tanaman yang mudah ditanam dan mempunyai banyak manfaat dan nutrisi bagi tubuh. Banyak masyarakat awam hanya mengetahui kegunaan labu siam untuk bahan sayur. Labu siam dapat dimanfaatkan tidak hanya sebagai bahan sayur saja tetapi dapat diolah menjadi makanan lain, seperti selai, manisan, dan sebagainya.*

**Kata kunci : Diversifikasi produk, labu siam**

**1. PENDAHULUAN**

Dusun Mantran Wetan, Kecamatan Ngablak, Kabupaten Magelang terletak di lereng gunung Andong, sehingga sebagian masyarakatnya bermata pencaharian utamanya adalah bidang pertanian. Komoditas pertanian yang banyak dibudidayakan oleh masyarakat adalah tanaman sayuran/ hortikultural dan tembakau.

Salah satu tanaman hortikultural yang dibudidayakan masyarakat Dusun Mantran Wetan adalah labu siam. Buah labu siam atau yang kita kenal dengan nama labu siam atau jipang dijual dan dikonsumsi oleh masyarakat sendiri sebagai bahan sayur. Apabila hasil panen melimpah maka harga labu siam menjadi rendah.

Akibatnya banyak labu siam yang dibiarkan atau dibuang begitu saja dan hanya menjadi pakan ternak.

Banyak anggota masyarakat yang tidak tahu bila labu siam banyak mengandung nutrisi dan dapat digunakan sebagai obat pencegahan penyakit, seperti menurunkan kolestrol, mencegah hipertensi, kanker, dan sebagainya. Kandungan nutrisi yang terdapat pada labu siam menjadikan buah labu siam baik dikonsumsi oleh bayi hingga orang lanjut usia. Selain itu labu siam dapat diolah menjadi produk olahan selain menjadi bahan sayur.

Kurangnya pengetahuan masyarakat mengenai manfaat dan diversifikasi produk dari labu siam menjadikan masyarakat dusun

Mantran Wetan membiarkan/membuang buah labu siam atau untuk pakan ternak. Masyarakat tidak pula mencoba mengolah labu siam menjadi bentuk pangan lain yang mempunyai nilai tambah, seperti selai labu siam, manisan labu siam, lumpia labu siam, dan masih banyak lagi makanan olahan dengan memanfaatkan labu siam.

Melalui penyuluhan/sosialisasi dan pelatihan diversifikasi produk dari labu siam, masyarakat dapat mengetahui manfaat lain dari labu siam sebagai bahan pangan dan obat. Dan melalui diversifikasi produk labu siam dan dapat membuka peluang usaha untuk menambah pendapatan keluarga.

## **2. METODOLOGI PELAKSANAAN KEGIATAN**

### **2.1 Tempat Kegiatan**

Sasaran kegiatan pengabdian pada masyarakat adalah masyarakat Dusun Mantran Wetan, Desa Girirejo, Kecamatan Ngablak, Kabupaten Magelang. Diharapkan setelah adanya penyuluhan dan pelatihan ini mereka dapat memanfaatkan labu siam untuk olahan makanan yang dapat menambah pendapatan keluarga.

### **2.2 Waktu Pelaksanaan Kegiatan**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini diawali dengan kegiatan kegiatan pembuat proposal, survey lapangan, persiapan kegiatan dan pelaksanaan kegiatan yang dilakukan pada tanggal 19 Juli 2014.

### **2.3 Metodologi Pengabdian**

Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian pada masyarakat dilakukan melalui :

#### **1. Penyuluhan / Sosialisasi**

Metode ini dilakukan melalui ceramah dan diskusi dengan masyarakat yang terlibat dalam kegiatan ini, yaitu masyarakat Dusun Mantran Wetan

#### **2. Demonstrasi**

Metode demonstrasi merupakan metode pemberian materi ketrampilan melalui praktek secara langsung tentang bagaimana mengolah dan pembuatan makanan olahan menggunakan labu siam sebagai bahan dasarnya.

## **3. TINJAUAN PUSTAKA**

### **3.1 Buah Labu Siam**

Labu siam adalah salah satu tanaman yang paling populer

dibudidayakan di seluruh dunia, termasuk Indonesia. Labu siam dikenal dengan nama jipang (*sechium edule*, bahasa Inggris : *chayote*) adalah merupakan tumbuhan dari suku labu-labuan (*cucurbitaceae*) yang dapat dimakan buah dan pucuk mudanya.

Tumbuhan labu siam termasuk dalam tumbuhan yang merambat dan biasa dibudidayakan di pekarangan. Buahnya menggantung dari tangkai dan daunnya berbentuk mirip segitiga dengan permukaan yang berbulu. Tanaman labu siam dapat tumbuh dan berkembang dengan baik pada daerah yang beriklim tropis.

### 3.2 Nutrisi Yang Terkandung di labu Siam

Labu siam termasuk sayuran yang kaya akan zat gizi. Didalam 100 gram labu siam terkandung energi 29 kkal, protein 0,6 gram, lemak 0,1 gram, karbohidrat 6,5 gram, kalsium 14 mg, fosfor 25mg, zat besi 0,5mg, retinol 6 mg, thiamine 0,02 mg dan asam askorbat 18 mg. Selain itu juga mengandung vitamin A,B, dan C. Selain itu labu siam mempunyai sifat diuretik sehingga dapat membuang kelebihan garam di dalam tubuh. Kandungan serat dalam labu siam juga

cukup tinggi sehingga dapat menjaga kesehatan saluran pencernaan.

Banyaknya nutrisi yang terkandung dalam buah labu siam menjadikan labu siam aman dikonsumsi oleh bayi, anak, hingga lanjut usia. Labu siam bersifat dingin, sehingga jika dimakan terasa sejuk dan dingin di perut. Daging buahnya terdiri dari 90% air dan zat-zat lain yang berkhasiat sebagai obat.

### 3.3 Manfaat Labu Siam

Banyaknya zat zat dan vitamin yang terkandung dalam buah labu siam menyebabkan buah ini mempunyai banyak manfaat bagi tubuh. Manfaat buah labu siam ini antara lain : 1) mencegah kanker, 2) menurunkan asam urat, 3) menurunkan kolesterol, 4) menurunkan tekanan darah, dan masih banyak lagi manfaat dari buah labu siam .

### 3.4 Diversifikasi Produk Buah Labu Siam

Buah labu siam selain dijual dalam bentuk aslinya dapat pula dimanfaatkan sebagai bahan olahan. Buah labu siam tidak hanya digunakan sebagai sayur, tetapi dapat diolah menjadi bentuk makanan lain

yang mempunyai nilai jual atau nilai tambah. Adanya diversifikasi produk dari buah labu siam akan membuka peluang usaha yang dapat menambah penghasilan keluarga.

Buah labu siam selain diolah menjadi sayur sehari-hari dapat pula diolah menjadi selai, manisan, cake, puding, isi lumpia, siomay, koktail, dan masih banyak lagi. Dengan mengolah buah labu siam menjadi makanan lain diharapkan masyarakat dapat meningkatkan penghasilan keluarga atau menjadi peluang untuk berwirausaha.

#### **4. HASIL dan PEMBAHASAN**

Dalam kegiatan pengabdian pada masyarakat ini, tim melakukan sosialisasi mengenai manfaat dan kandungan nutrisi buah labu siam serta mensosialisasikan makanan olahan yang dapat dibuat dari buah labu siam, yaitu selai labu siam, lumpia labu siam dan es labu siam.

Pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dalam bentuk penyuluhan/sosialisasi melalui pemberian ceramah dalam penyampaian materi dan cara membuat makanan olahan dari labu siam. Selain itu juga dilakukan demonstrasi pembuatan selai labu

siam, lumpia labu siam dan es labu siam.

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan di dusun Mantran Wetan, Desa Girirejo, Kecamatan Ngablak, Kabupaten Magelang, yang dibuka oleh ibu Kadus Mantran Wetan. Warga peserta pengabdian pada masyarakat, sebanyak 25 peserta tampak serius mengikuti ceramah/ penyuluhan dan demonstrasi pembuatan selai dan lumpia labu siam serta bertanya mengenai hal-hal yang belum mereka mengerti, sehingga dalam kegiatan ini terjadi tanya-jawab antara peserta dan tim pengabdian pada masyarakat.

#### **5. SIMPULAN dan SARAN**

Dari hasil kegiatan pengabdian ini dapat diambil kesimpulan bahwa warga Dusun Mantran Wetan sangat antusias dalam menerima sosialisasi dari tim pengabdian UNPAND. Hal ini dapat dilihat dari jumlah peserta yang hadir serta interaksi yang terjadi. Dari sosialisasi dan pelatihan ini warga menjadi bertambah pengetahuan mengenai manfaat dari buah labu siam dan makanan olahan yang dapat dihasilkan dari buah labu siam.

Saran yang dapat diberikan dari melihat antusiasnya masyarakat dalam mengikuti kegiatan pengabdian ini, maka sebaiknya ada kerjasama antara desa Mantran Wetan dengan lembaga pengabdian masyarakat UNPAND, agar dapat mengirim staf pengajar untuk memberikan penyuluhan tentang hal hal yang berguna dan menambah pengetahuan masyarakat Dusun Mantran Wetan, Desa Girirejo, Kecamatan Ngablak, Kabupaten Magelang.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

Swasta, Basu, Azaz Azaz Marketing. 2010. Yogyakarta : Liberty

Soedarya, Arief P. Agribisnis Labu Siam.2010. Bandung : Duta Ilmu

<https://id.m.wikipedia.org/wiki/labu/siam>

<http://cintaku.mywapblog.com/manfaat-kandungan-buah-labu-siam.xhtml>

<http://laboratoriumdapurku.blogspot.com/2013/03/manisan-labu-siem.html>

<http://kesehatan.kompasiana.com/alternatif/2012/09/24/kandungan-nutrisi-labu-siam-496190.html>