



**Pelatihan Pembuatan Bubur Candu di Kelurahan Mangasa Kota
Makassar**

Mas'ud Uqbah Al Ansyari

Fakultas Seni dan Desain Universitas Negeri Makassar

uqbah.alansyari@unm.ac.id

Fitra Widya Wati

Fakultas Ilmu Sosial Dan Hukum Universitas Negeri Makassar

fitra.widya.wati@unm.ac.id

Pahrul

Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Makassar

pahrul@unm.ac.id

Herawan Hisanan

Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Makassar

herawan.hisanan@unm.ac.id

Mahmuddin

Fakultas Ekonomi Dan Bisnis Universitas Negeri Makassar

Email : mahmuddin@unm.ac.id

Alamat : Universitas Negeri Makassar

Email Koresponden : uqbah.alansyari@unm.ac.id

Abstrak

Perkembangan ubi ungu di Indonesia telah menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam beberapa tahun terakhir. Permintaan akan ubi ungu meningkat karena diketahui sebagai sumber gizi yang kaya akan antioksidan dan serat. Manfaat dari ubi ungu masih belum sama populernya dengan jenis umbi-umbian lainnya. Salah satu daerah penghasil ubi jalar ungu adalah Sumatra utara, yang dimana masyarakat disana budidayakan tanaman ubi jalar ungu karena wilayah yang memiliki kondisi tanah dan iklim yang sesuai untuk pertumbuhannya. Karena ubi jalar ungu mudah di temukan sehingga dapat diolah menjadi produk makanan dan ubi jalar ungu yang menjadi bahan utamanya karena manfaatnya yang baik bagi tubuh dan juga mudah di temukan dipasar terdekat. Proses pembuatan bubur candu terinspirasi dari nama bubur candil yaitu bubur candu yang di mana nama tersebut kami buat agar masyarakat penasaran dengan produk kami bukan saja nama yang menarik tapi juga bubur yang enak dengan perpaduan antara santan dan ubi ungu yang enak di nikmati.

Keyword: Pelatihan, Pembuatan Bubur Candu

LATAR BELAKANG

Ubi jalar ungu adalah jenis ubi jalar yang memiliki daging berwarna ungu. Ubi jalar ungu memiliki kandungan nutrisi yang tinggi, seperti antioksidan, vitamin, dan serat, yang membuatnya menjadi pilihan yang populer untuk makanan sehat dan sumber energi, dalam beberapa tahun terakhir, ubi jalar ungu semakin populer di banyak negara, termasuk Indonesia, karena manfaat kesehatannya yang banyak diketahui dan juga karena nilai rasa dan teksturnya yang lezat. Salah satu jenis ubi jalar ungu yang banyak ditemui di Indonesia selain yang berwarna putih kuning, dan merah (lingga, 1995). Ubi jalar ungu jenis *ipomoea batatas* L. *poir* memiliki warna ungu yang cukup pekat pada daging ubinya, sehingga banyak menarik perhatian, menurut pakorny et al., (2001) ddk (1982) warna ungu pada ubi jalar disebabkan oleh adanya pigmen ungu antosianin yang tersebar dari bagian kulit sampai dengan daging ubinya, konsentrasi antosianin inilah yang menyebabkan beberapa jenis ubi ungu mempunyai garis warna ungu yang berbeda.

Ubi jalar merupakan salah satu palawija yang potensial dikembangkan untuk penganekaragaman konsumsi pangan, ubi jalar merupakan jenis ubi yang relative tahan disimpan dalam keadaan segar dibandingkan jenis umbi yang lain, semakin lama disimpan maka rasanya semakin manis, sifat ini berbeda dengan ubi kayu yang hanya tahan di simpan segar selama dua hari, setelah itu akan mengalami kerusakan atau poyo (umbi berwarna coklat kebiruan, lembek dan timbul rasa pahit). Keunggulan lain dari ubi jalar ini adalah nilai gizi yang tinggi, kaya vitamin dan mineral (Damarjati dan widowati, 1994).

Ubi jalar ungu merupakan tanaman pangan lainnya yang berpotensi sebagai pengganti beras dalam program diversifikasi pangan karena ubi jalar ungu merupakan sumber karbohidrat dan energi yang tinggi bagi tubuh, dari mana segi nutrisi ubi jalar ungu juga mengandung pigmen warna ungu pada ubi ungu dapat dimanfaatkan sebagai zat warna alami pada proses pembuatan beras analog ubi ungu, selain itu pigmen antosianin dapat bermanfaat sebagai antioksidan karena dapat menyerap populasi udara, racun, oksidasi dalam tubuh, dan menghemat pengumpulan sel-sel darah. Menurut Aini (2004).

Di Indonesia, ubi jalar umumnya sebagai bahan pangan sampingan sedangkan di Sumatra utara, ubi jalar di gunakan sebagai makanan pokok sehari-hari tetapi seiring berjalannya waktu ubi jalar ungu digunakan sebagai makanan sampingan, dan ubi jalar ungu juga tidak terlalu diminati masyarakat.

Salah satu pemanfaatan ubi ungu sebagai olahan pangan konsumsi dapat dimanfaatkan sebagai bahan baku pembuatan candu. Candu merupakan makanan tradisional yang biasanya berbentuk bulat dan ditambahkan dengan kuah santan kental beraroma daun pandan. Candu ini dibuat dengan komposisi campuran dari ubi jalar dengan tepung tapioka dan adanya penambahan garam serta air pada proses pencampuran bahan. Dalam pembuatan candu, ubi jalar sebagai bahan baku ditambahkan dengan air dan tepung tapioka. Tepung tapioka berfungsi sebagai bahan pengisiran bahan pengikat. Penambahan tepung tapioka ke dalam adonan dapat menyebabkan candu menjadi kenyal dan memberikan

tekstur yang khas. Tepung tapioka memiliki daya ikat terhadap air yang cukup tinggi dan membentuk struktur yang kuat (Astawan, 2010).

Provinsi Papua dan Jawa Barat merupakan dua daerah dengan luas panen ubi jalar terbesar di Indonesia. Data Balitkabi Nasional tahun 2010 mengatakan tingkat produksi, Provinsi Jawa Barat lebih tinggi dibandingkan dengan Papua (Rukmana, 2010). Hal ini terkait dengan varietas yang ditanam di dua Provinsi tersebut. Di Papua, varietas yang ditanam adalah Papua Salossa, Papua Pattipi dan Sawentar. Ketiga ubi jalar ini merupakan varietas yang berumur panjang (6 bulan), dengan tingkat produktivitas rata-rata 24–25 ton/ha (Zuraida & Supriati 2001). Sementara di Jawa Barat lebih banyak ditanam varietas dengan umur kurang dari enam bulan dengan rata-rata 28-30 ton/ha lebih tinggi produktivitasnya dari varietas yang ditanam di Papua (Peters 2001).

Ubi jalar *Ipomoea batatas* merupakan tanaman yang berasal dari daerah tropis Amerika. Ubi jalar dapat tumbuh baik di dataran rendah maupun di pegunungan dengan suhu 27°C dan lama penyinaran 11-12 jam perhari (Soemartono, 1984). Pada tahun 1960, ubi jalar sudah tersebar hampir setiap daerah Indonesia seperti Jawa Barat, Jawa Tengah, Jawa Timur, Papua dan Sumatra. Namun sampai saat ini hanya Papua saja yang memanfaatkan ubi jalar sebagai makanan pokok, walaupun belum menyamai padi dan jagung (Suprapti, 2003).

Untuk mitra yang menjual bubur candu, masalah yang sering muncul mungkin meliputi konsistensi produk yang tidak konsisten, kesulitan dalam mempertahankan kualitas rasa dan tekstur saat disajikan dalam jumlah besar, serta tantangan dalam memperluas pangsa pasar atau menarik pelanggan baru. Menjaga kualitas konsisten dari produksi ke produksi, menciptakan strategi pemasaran yang efektif, dan berinovasi dengan varian rasa atau presentasi produk bisa menjadi solusi untuk mengatasi masalah tersebut. Apakah ada masalah khusus yang Anda hadapi dengan mitra bubur candu Anda.

METODE PELAKSANAAN

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini yaitu melakukan pendampingan dan bimbingan terhadap mitra tentang pembuatan bubur candu yang terbuat dari bahan ubi ungu. Dalam kegiatan ini pengabdian menawarkan inovasi yang mampu menyelesaikan masalah. Sesuatu yang baru bisa menggantikan hal lama yang dirasa penuh masalah. Kehadiran ide dan gagasan baru membuat setiap permasalahan yang ada dapat dipecahkan dengan baik. Apabila untuk masalah produk, jika ada produk lama yang sudah tak bisa dipasarkan, inovasi harus dilakukan guna menarik Kembali minat Masyarakat terhadap produk tersebut di pasaran. Waktu yang digunakan selama pengabdian adalah 2 (dua) minggu di kelurahan Mangasa, kecamatan Tamalate, kota Makassar.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan pengabdian kepada Masyarakat dengan cara pendampingan dan bimbingan terhadap mitra tentang pembuatan bubur candu yang terbuat dari bahan dasar ubi ungu. Adapun pelaksanaan pembuatan adalah sebagai berikut:

1. Peralatan

Adapun alat yang digunakan pada pendampingan pembuatan bubur candu yang terbuat dari bahan dasar ubi ungu adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Alat yang digunakan

No	Peralatan	Gambar
1.	Kompur gas	
2.	Tabung gas	
3.	Panic	
4.	Pisau	

Pelatihan Pembuatan Bubur Candu di Kelurahan Mangasa Kota Makassar

5.	Gelas	
6.	sendok	
7.	baskom	
8.	piring	
9.	Thinwall DM Mangkok 650	

2. Bahan

Adapun bahan yang digunakan dalam pembuatan bubur candu yang terbuat dari bahan dasar ubi ungu adalah sebagai berikut:

Tabel 2 Bahan yang digunakan

No	Bahan	Takaran	Gambar
1.	Ubi jalar ungu	500g	
2.	Gula pasir	75g	
3.	Tepung tapioka	150g	
4.	Tepung maizenaku	40g	

Pelatihan Pembuatan Bubur Candu di Kelurahan Mangasa Kota Makassar

5.	santan	65ml	
6.	coklat	1 bungkus	
7.	Garam	1 sdm	

3. Langkah-langkah pembuatan bubur candu yang terbuat dari bahan dasar ubi ungu

Tabel 3. Langkah-langkah pembuatan

No	Cara Kerja	Dokumentasi
1.	Cuci bersih terdahulu Ubi jalar	

Pelatihan Pembuatan Bubur Candu di Kelurahan Mangasa Kota Makassar

2.	Setelah di bersihkan rebus ubi dengan menggunakan air secukupnya	
3.	Proses rebus ubi jalar ungu	
4.	Setelah ubi ungu di rebus kemudian di hancurkan sampai halus	
5.	Dimasukan tepung tapioka dan air hangat dan aduk sampai merata	
6.	Setelah adonan merata masukan coklat di bagian tengah lalu di bulat-bulat	

Pelatihan Pembuatan Bubur Candu di Kelurahan Mangasa Kota Makassar

7.	Rebus air lalu masukan garam $\frac{1}{2}$, dan 5 sdm gula.	
8.	Setelah mendidih masukan adonan yang sudah di bulat-bulat ke dalam panci	
9.	Sambil menunggu buatlah larutan maizena sebanyak 2 sdm	
10.	Setelah adonannya masak masukan larutan maizena yang di larutkan tadi dan di aduk hingga merata	
11.	Setelah dimasak buburnya di angkat lalu di pindahkan ke wadah yang sudah di siapkan.	

Pelatihan Pembuatan Bubur Candu di Kelurahan Mangasa Kota Makassar

12.	Masukan air secukupnya dan santan 65ml. garam $\frac{1}{2}$ garam dan larutan maizena lalu aduk hingga merata.	
13.	Setelah mendidih tuangkan larutan tersebut kedalam bubur tersebut	
14.	Terakhir masukan bubuk goriorio yang telah di hancurkan	

B. Pembahasan

Ubi Ungu *Ipomea batatas L. Poir* adalah salah satu komoditas umbi-umbian yang memiliki peran dalam diversifikasi pangan, yang banyak ditemui di Indonesia. Warna ungu pada ubi jalar tersebut berasal dari pigmen ungu antosianin yang merupakan zat alami. Penelitian-penelitian terdahulu mengenai pengolahan ubi jalar menjadi berbagai macam produk, antara lain sirup fruktosa, manisan kering ubi jalar, french fries, mie ubi jalar, selai, flakes ubi jalar, biskuit ubi jalar, reconstituted chips, minuman puree ubi jalar, yogurt ubi jalar, dan lain-lain.

Nilai Gizi Ubi Ungu Kelebihan lain dari ubi jalar adalah kandungan vitamin B yaitu B6 dan asam folat yang cukup mengesankan. Kedua vitamin ini sangat dibutuhkan untuk mengoptimalkan kerja otak sehingga daya ingat dapat dipertahankan. Ubi jalar kaya akan kandungan serat, karbohidrat kompleks, dan rendah kalori. Hal ini sangat menguntungkan bagi penderita diabetes karena bisa mengontrol atau memperlambat peningkatan kadar gula darah.

Sebagian besar serat ubi jalar merah merupakan serat larut, yang bekerja serupa busa spon. Serat menyerap kelebihan lemak/kolesterol darah, sehingga kadar lemak/ kolesterol dalam darah tetap aman terkendali. Oligosakarida yang tersimpan dalam ubi jalar ungu menjadi komoditas bernilai dalam pemerikayaan produk pangan olahan, seperti susu. Selain mencegah sembelit, oligosakarida memudahkan buang angin. Hanya pada orang yang sangat sensitif oligosakarida mengakibatkan kembung. Kandungan antioksidan yang terdapat dalam ubi ungu selain antosianin yaitu vitamin C. Vitamin C pada ubi jalar ungu paling tinggi yaitu sebesar 0,0177 mg/100 gram, sedangkan pada ubi jalar putih 0,0118 mg/100 g; kuning 0,0126 mg/100 g; oranye 0,0121 mg/100 g.³ Ubi jalar ungu yang dikukus selama 30 menit, kadar antosianin meningkat 40% karena adanya pelepasan ikatan jaringan antosianin oleh panas agar menghasilkan efek hiperkromik dan meningkatkan antosianin. Aktivitas antioksidan ubi jalar ungu yang mengalami proses pengukusan lebih tinggi dibanding ubi jalar ungu yang mengalami proses penggorengan, dan pengeringan.

Manfaat Ubi Ungu Antosianin memiliki sebagai antioksidan karena mampu menangkal radikal bebas dan menghambat peroksidasi lipid, penyebab utama kerusakan pada sel yang berasosiasi terjadinya penuaan dan penyakit degeneratif. Kandungan antosianin pada ubi jalar ungu lebih tinggi dibanding varietas ubi jalar lainnya seperti ubi jalar putih, kuning, dan orange, dan juga lebih tinggi dari biji kedelai hitam, beras hitam, dan terong ungu.⁶ Antosianin juga memiliki fungsi sebagai antimutagenik dan antikarsinogenik, dan dapat mencegah gangguan pada fungsi hati, antihipertensi, dan antihiperqlikemik. Hal tersebut sudah dibuktikan dengan penelitian terhadap tikus dengan pemberian jus ubi jalar ungu secara oral dapat menurunkan tingkat kerusakan hati.

Ubi jalar berasal dari daerah beriklim tropis seperti wilayah Amerika Selatan dan Papua (yang saat ini masih diperdebatkan). Kalangan yang tidak menyetujui asal-muasal ubi jalar dari Papua berpendapat bahwa orang Indian telah berlayar menuju ke barat melalui Samudra Pasifik dan membantu menyebarkan ubi jalar ke Asia. Proposal ini banyak ditentang karena bertentangan dengan fakta-fakta klimatologi dan antropologi. Ubi jalar atau ketela rambat atau "sweet potato" diduga berasal dari Benua Amerika. Para ahli botani dan pertanian memperkirakan daerah asal tanaman ubi jalar adalah Selandia Baru, Polinesia, dan Amerika bagian tengah. Nikolai Ivanovich Vavilov, seorang ahli botani Soviet, memastikan daerah sentrum primer asal tanaman ubi jalar adalah Amerika Tengah. Ubi jalar mulai menyebar ke seluruh dunia, terutama negara-negara beriklim tropika pada abad ke-16. Orang-orang Spanyol menyebarkan ubi jalar ke kawasan Asia, terutama Filipina, Jepang, dan Indonesia.

Ubi jalar ungu, atau dalam istilah ilmiahnya *Ipomoea Batatas* var *Ayamurasaki*, adalah satu varietas ubi jalar yang memiliki kulit dan daging berwarna ungu. Tumbuhan ini bisa tumbuh dengan baik di daerah beriklim hangat dan berpasir. Ubi jalar ungu memiliki rasa manis dan konsistensi yang lembut. Ia sering digunakan dalam berbagai hidangan seperti makanan penutup, makanan laut, sup, atau dipanggang sebagai camilan. Ubi jalar ungu juga dikenal kaya akan serat, vitamin, dan mineral seperti vitamin A, vitamin C, dan zat besi.

Selain kandungan gizi yang tinggi, ubi jalar ungu juga mengandung antioksidan yang baik untuk kesehatan tubuh.

Ubi ungu mengandung antosianin, yaitu zat pemberi warna ungu pada ubi dan bersifat antioksidan. Senyawa ini mampu melawan paparan radikal bebas yang dapat memicu pertumbuhan sel kanker, terutama di ginjal, usus besar, dan payudara.

KESIMPULAN

Bubur candu ungu adalah variasi dari bubur candil tradisional yang menggunakan ubi jalar ungu sebagai bahan utama, memberikan warna ungu yang menarik serta tambahan manfaat Kesehatan. Untuk melestarikan tanaman dan budi dayakan tanaman ubi ungu dikarenakan banyak manfaat dan kandungan yang terdapat di dalam ubi ungu dan dapat di kembangkan lagi makanan dan minuman yang sehat dari tanaman ubi ungu karena ubi ungu kaya akan kandungan di dalamnya apalagi di olah menjadi makanan.

DAFTAR PUSTAKA

- Lingga P. 1995. Bertanam Umbi-Umbian. PT. Penebar Swadaya, Jakarta.
- Pakorny J, Yanishlieva N, Gordon M. 2001. Antioxidant in Food: Practical and Application. CRC Press. New York.
- Damardjati, D.S dan S. Widowati. 1994. Pemanfaatan Ubi Jalar dalam program Diversifikasi Guna Mensukseskan Swasembada Pangan. Risalah seminar penerapan teknologo produksi dan pasca panen ubi jalar mendukung agoindustri. Balittan Malang.
- Aini, Nur. 2004. Pengolahan Tepung Ubi Jalar dan Produknya Untuk Pemberdayaan Ekonomi Masyarakat Pedesaan. Institut Pertanian Bogor: Bogor.
<http://www.rudycr.com/PPS702-ipb/09145/nuraini.pdf>
- Astawan, Made. (2010). Supaya Gizi Pasta Makin Melimpah. KOMPAS: 17 Mei 2010. Jakarta.
- Rukmana, R dan H Yudirachman. 2010. Jagung Budidaya, Pascapanen, dan Penganekaragaman Pangan. CV. Aneka Ilmu. Semarang.
- Zuraida dan Yati Supriati. 2001. Usahatani Ubi Jalar sebagai Bahan Pangan Alternatif dan Diversifikasi Sumber Karbohidrat. Bogor: Balai Penelitian Bioteknologi Tanaman Pangan. 12 Hal.
- Soemartono. 1984. Ubi Jalar. Penerbit CV. Yasaguna, Jakarta.
- M. Lies Suprapti. 2003 Tepung Ubi Jalar pembuatan dan pemanfaatannya. Kanisius: Yogyakarta
- Supadmi, S. 2009. Studi Variasi Ubi Jalar (*Ipomoea batatas L.*) Berdasarkan Morfologi, Kandungan Gula Reduksi dan Pola Pita Isozim. Tesis. Universitas Sebelas Maret: Surakarta.