



## PELATIHAN PEMBUATAN NUGET TAHU TELUR SELAIN IKAN BAGI IBU-IBU RUMAH TANGGA UNTUK MEMENUHI GIZI PADA ANAK DAN IDE JUALAN UNTUK MENINGKTKAKAN PENDAPATAN

Yunita Suryani<sup>1</sup>; Winda Khoimatulia<sup>2</sup>; Ulfiyah Nur Azura<sup>3</sup> Fina Anjelina  
Wahyuningrum<sup>4</sup>

Universitas PGRI Ronggolawe Tuban<sup>1,2,3,4</sup>

<sup>1</sup>\*E-mail : [ngandongkkn@gmail.com](mailto:ngandongkkn@gmail.com)

### Abstrak

Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk memberikan pelatihan dan edukasi bagi ibu rumah tangga untuk meningkatkan keterampilan dalam memproduksi dan memasarkan produk nugget tahu telur sebagai solusi sehat pengganti ikan di desa Ngandong, kecamatan Grabagan, kabupaten Tuban. Tahu telur adalah makanan yang tidak asing dan umum di jumpai di negara kita. sehingga bahan baku tahu dan telur dengan mudah ditemui di pasar dan warung-warung disekitar rumah kita. Dalam penyajiannya, tahu dan telur kadang-kadang digoreng bahkan ada yang berinovasi agar tampilan tahu dan telur menarik dan rasa ingin menikmatinya dari bentuk dan kemasannya. Salah satu inovasi agar sajian tahu dan telur menarik untuk dinikmati adalah nugget tahu telur. Nugget tahu telur hampir sama dengan nugget pada umumnya namun bahan baku yang digunakan pengganti adalah tahu dan telur sehingga nugget tahu telur lebih murah, bergizi dan rasanya tidak kalah enak dibandingkan dengan nugget lainnya. Dalam pengabdian ini, tim memberikan pelatihan kepada ibu-ibu Rumah Tangga untuk membuat nugget tahu dan telur, dari pelatihan yang dilaksanakan, antusias dari peserta cukup tinggi, terbukti banyaknya pertanyaan dan keinginan untuk melakukan sendiri dalam proses pembuatan nugget tahu dan telur tersebut.

**Kata Kunci:** nugget,tahu , dan telur,ibu-ibu, dikonsumsi, dijual

### Abstract

*This community service aims to provide training and education for housewives to improve their skills in producing and marketing egg tofu nuggets as a healthy solution to replace fish in Ngandong village, Grabagan sub-district, Tuban regency. Egg tofu is a food that is familiar and common in our country. so that the raw materials for tofu and eggs are easily found in markets and stalls around our homes. In the presentation, tofu and eggs are sometimes fried and some even innovate to make tofu and eggs look attractive and make you want to enjoy them from the shape and packaging. One of the innovations to make tofu and egg dishes interesting to enjoy is egg tofu nuggets. Egg tofu nuggets are almost the same as nuggets in general, but the raw materials used as substitutes are tofu and eggs so egg tofu nuggets are cheaper, more nutritious and taste no less delicious than other nuggets. In this service, the team provided training to housewife mothers to make tofu and egg nuggets, from the training carried out, the enthusiasm of the participants was quite high, it was evident that there were many questions and a desire to do it themselves in the process of making the tofu and egg nuggets*

*Keyword: Nuggets,tofu, and eggs, mothers, consumed, sold*

### 1. Pendahuluan

Pemberdayaan Masyarakat Desa diatur dalam UU RI Nomor 6 Tahun 2014 tentang desa dimana disebutkan dalam BAB I Pasal 1 Nomor 8 yang isinya Pembangunan Desa adalah upaya peningkatan kualitas hidup dan kehidupan sebesar besarnya kesejahteraan masyarakat Desa. Selanjutnya dikatakan juga bahwa Pemberdayaan Masyarakat desa adalah upaya

pengembangan kemandirian dan kesejahteraan masyarakat dengan meningkatkan pengetahuan, sikap, keterampilan, perilaku, kemampuan kesadaran serta memanfaatkan sumber daya melalui penetapan kebijakan, program, kegiatan dan pendampingan yang sesuai dengan esensi masalah prioritas kebutuhan masyarakat (Martien, 2017).

Salah satu bentuk pemberdayaan masyarakat yakni melalui pengolahan pangan yang dapat meningkatkan nilai gizi terhadap hasil olahannya adalah nugget, hal tersebut disebabkan dalam proses pengolahannya memadukan bahan pangan yang beragam. Bahan pembuatan nugget berupa bahan pangan hewani dan bahan pangan nabati yang harganya relatif murah, pengolahan nugget tahu telur tidak rumit dan tidak membutuhkan biaya yang terlalu besar serta keterampilan khusus, juga produk makanan jenis ini memiliki gizi yang cukup tinggi, aman dikonsumsi oleh masyarakat karena diolah dari bahan pilihan yang bernilai gizi tinggi pula, yang lebih penting hampir semua kalangan dan usia masyarakat menyukai produk ini. Nugget sebagai makanan yang cepat saji (fast-food) yang cukup disukai oleh semua kalangan masyarakat (Azis & Lestaringingsih, 2018)

Nugget diharapkan dapat memenuhi asupan gizi khususnya bagi anak-anak yang pada umumnya susah mengonsumsi sayuran dalam bentuk segar, gaman konsumsi pangan yang bergizi, beragam, berimbang dan aman (Rujiah et al., 2013). Nugget merupakan salah satu produk pangan cepat saji yang saat ini dikenal baik oleh masyarakat. Nugget, seperti juga sosis, burger, dan corned, telah menjadi salah satu pilihan masyarakat sebagai produk pangan yang praktis.

## 2. Metode

Metode pelaksanaan ini dilakukan dengan metode pendampingan yaitu melakukan praktik pembuatan produk olahan nugget tahu telur secara langsung di tempat. Proses berbagi ilmu ini diawali dengan adanya pembekalan oleh mahasiswa KKN yaitu pemberian materi dengan metode ceramah serta di lanjutkan dengan praktik secara langsung. Pelatihan program KKN ini melibatkan warga masyarakat khususnya ibu rumah tangga yang dihadiri 14 orang di desa Ngandong dalam proses pelatihan tersebut.

## 3. Hasil dan Pembahasan

Hasil yang di capai dalam pelaksanaan pengabdian ini, dapat kami uraikan sebagai berikut:

### 1. Persiapan dan Pelaksanaan kegiatan

Persiapan kegiatan dilakukan dalam beberapa tahap, adapun tahapannya yang dimaksud adalah sebagai berikut:

#### a) Persiapan

Sebelum melaksanakan pelatihan, ada beberapa hal yang perlu dipersiapkan diantaranya adalah:

#### a. Mempersiapkan bahan pelatihan yang meliputi :

- |  |                                      |
|--|--------------------------------------|
| - 300 g tahu putih                                       | - 1 sachet masako                    |
| - 2 butir telur ayam                                     | - ½ sdt merica bubuk                 |
| - 100 g tepung terigu (secukupnya)                       | - 1 sdt garam                        |
| - 1 tangkai daun bawang dan seledri (diiris)             | - Minyak, untuk menggoreng           |
| - 1 wortel (diparut)                                     | Lapisan:                             |
| - 6 siung bawang merah dan 3 siung bawang putih (diuleg) | - 50 g tepung panir                  |
|  | - 100 g tepung terigu ( di beri air) |

- b. Di samping itu, dibutuhkan peralatan masak seperti kompor gas, tempat masak dan sebagainya. Sedangkan cara pengolahan nugget tahu telur sebagai berikut :
    1. Cuci tahu dengan air hangat lalu tiriskan. Tumbuk tahu hingga halus.
    2. Taruh tahu yang sudah di haluskan ke dalam wadah. Tambahkan wortel yang sudah diparut, irisan daun bawang, seledri, bumbu yang sudah diuleg, telur dan bahan lainnya lalu aduk hingga rata.
    3. Siapkan Loyang segi empat, olesi dengan sedikit minyak.
    4. Taruh adonan kedalam loyang lalu ratakan.
    5. Kukus selama 30 menit
    6. Angkat dan dinginkan, potong sesuai selera
    7. Celupkan tiap potongan nugget dalam tepung terigu yang sudah di beri air
    8. Balurkan ke dalam tepung terigu, tekan-tekan hingga melekat
    9. Goreng dalam minyak panas dengan api sedang hingga warna menjadi kuning keemasan
    10. Angkat tiriskan
    11. Sajikan dengan saos favorit (opsional)
  - c. Membuat spanduk pelaksanaan acara sebagai bagian dari pelaksanaan pelatihan.
  - d. Memberikan pemahaman tentang cara dan bagaimana mengolah bahan tersebut.
  - e. Mengundang peserta pelatihan sebanyak 14 orang
  - f. Lokasi pelatihan dilaksanakan di balai desa ngandong RT 09. RW.01 karena pelaksanaan lebih terbuka agar sirkulasi udara tidak tertutup
- b) Pelaksanaan Kegiatan
- Pelaksanaan kegiatan dilaksanakan di hari selasa 8 agustus 2023 di balai desa Ngandong kec. Grabagan dengan peserta berjumlah 14 orang. Langkah pertama dilaksanakan setelah pembukaan adalah memberikan sambutan dan penjelasan bahan dan cara pembuatan nugget tahu telur. Kepada peserta tentang nugget tahu telur sebelum pelatihan diberikan.



Gambar 1. Sambutan dan penjelasan bahan-bahan



Gambar 2. Proses pembuatan dan pencampuran semua bahan-bahan

- Setelah semua bahan tercampur, langkah selanjutnya adalah tahap penggorengan. Peserta diminta merasakan atau menikmati nugget tahu telur yang dibuat agar mengetahui rasa dan memberikan pertanyaan terkait rasa dan sebagainya.



Gambar 3. Tahap penggorengan



Gambar 4. Peserta menikmati nugget yang telah di buat

- Setelah pelaksanaan pelatihan, dilakukan post-test kepada peserta untuk mengetahui pemahaman peserta dalam pelaksanaan pelatihan. Setelah post-test di laksanakan tim pengabdian dan peserta melakukan foto Bersama.



Gambar 5. Sesi foto Bersama

#### 4. Kesimpulan

Kesimpulan yang diperoleh dari hasil kegiatan pengabdian ini adalah; (1) Partisipasi para ibu rumah tangga dalam mengikuti kegiatan pengabdian ini sangat antusias karena tingkat kehadiran peserta sesuai target mencapai 100% (2) peserta masyarakat sasaran hadir dalam kegiatan ini); (2) Kegiatan ini dapat memberikan pengetahuan tentang pembukuan sederhana, dan menghasilkan produk olahan nugget tahu telur sebagai salah cara membentuk wirausaha baru. Adanya kelompok masyarakat di desa Ngandong Kec. Grabagan Kabupaten Tuban utamanya ibu rumah tangga yang mampu mengolah dan memproduksi Nugget tahu telur yang dapat dikonsumsi sebagai pengganti ikan dapat meningkatkan gizi keluarga dan meningkatkan pendapatan masyarakat jika dipasarkan. Kontribusi dari pengabdian ini adalah produk nugget tahu telur yang berkualitas, dan aman untuk dikonsumsi dan dipasarkan.

#### 5. Ucapan Terima Kasih

Tak lupa pada kesempatan ini kami mengucapkan terima kasih kepada berbagai pihak yang telah membantu suksesnya pengabdian yang kami lakukan.

1. Ibu Dr. Supiana Dian Nurtjahyani, M.Kes selaku Rektor Universitas PGEI Ronggolawe Tuban yang telah memberikan kesempatan kepada kami untuk melaksanakan program KKN ini.
2. Bapak Hendra Suwardana, S.E., M.S.M selaku ketua penyelenggara KKN, yang telah memberikan kesempatan kepada kami untuk melaksanakan program KKN ini.
3. Ibu Yunita Suryani, S.S., M.Pd. selaku Dosen Pembimbing Lapangan Kelompok 03 atas bimbingan, segala masukan, kritik dan saran yang telah ibu berikan.
4. Bapak Suiswanto selaku Kepala Desa Ngandong atas kerjasamanya, telah bersedia menerima kami serta membantu menyukseskan kegiatan KKN selama 1 bulan kami.
5. Seluruh warga Desa Ngandong yang telah ikut membantu menyukseskan kegiatan KKN kami.

## DAFTAR PUSTAKA

- Rifqi A M, 2012. Formulasi Nugget Tahu Pury (Nugget tapury) sebagai Alternatif. Institut Pertanian Bogor.
- Amelia Perdana, Holilulloh, Yunisca Nurmalisa, 2013, Jurnal Pendidikan, Pengaruh Pelaksanaan Kuliah Kerja Nyata (KKN) Terhadap Keterampilan Sosial Mahasiswa Program Studi PPKN Universitas Lampung
- Rista, E. Desi., & Astuti, Sri Rahayu Tri. 2011. Analisis Pengaruh Iklan, Kepercayaan Merek, dan Citra Merek terhadap Minat Beli Konsumen. *Jurnal Aset*. ISSN 1693-928X. 13 (1). 37-45. Fakultas Ekonomika dan Bisnis Universitas Diponegoro.Semarang.
- Effendi, I. (2019). Pelatihan Pembuatan Bakso Dan Nugget Ikan Bagi Ibu Rumah Tangga Kampung Minas Barat Kabupaten Siak. *Journal of Rural and Urban Community Empowerment* 1(1), 61–66.
- Rifqi, M. A., Kusharto, C. M., & Astuti, T. (2017). Nugget Tahu Formula Pury (Tafory) Sebagai Alternatif Kudapan Tinggi Protein. *Amerta Nutrition*, 1(1), 22–30. <https://doi.org/10.20473/amnt.v1i1.2017.22-30>
- Sulastri, Lilis. 2016. Studi Kelayakan Bisnis Untuk Wirausaha. E-Book LaGood'S Publishing.