

OPTIMALISASI POTENSI DAGING BUAH PALA MENJADI OLAHAN PRODUK BERNILAI EKONOMI TINGGI BAGI MASYARAKAT DESA SUMPINGHAYU KECAMATAN DAYEUHLUHUR KABUPATEN CILACAP

Afifudin¹, Adinda Amelia², Amalia Yuliyanti³, Fitrah Nadyah⁴, Ilham Nur Diansyah⁵,
Khaerul Ikhwan Soldana⁶, Lulu Apriana Salma⁷, Nur Wakhid Ramadan⁸, Rahma
Amaliatul Laeda⁹, Shera Luvita Putri¹⁰, Rahman Afandi¹¹

Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto

E-mail: 1917302049@uinsaizu.ac.id

Abstract

Nutmeg (Myristica fragrans) is a native Indonesian fruit originating from the Banda Islands and Maluku. Nutmeg also grows a lot in Dayeuhluhur sub-district, Cilacap district, which includes Sumpinghayu village. Nutmeg plants in Sumpinghayu village grow very fertile because of its favorable geographical location. This study aims to describe the utilization of nutmeg flesh to make sweets. This research was conducted starting on March 22, 2023 until the preparation of the report in April 2023. The data used is primary data through interviews with informants, namely Mrs. Icah Hayati and Mrs. Nur Hasanah and through organizing training on making candied nutmeg. This analysis uses the ABCD (asset based community development) method. That is a method using 5 key steps to carry out the dedication process, including discovery, dream, design, define, destiny, and reflection. From the results of the study it can be seen that the implementation of the training program for making candied nutmeg can be realized well, starting from the request to the resource person to become a speaker, then the collaboration between the Sumpinghayu village government and the KKN group 22 UIN SAIZU Purwokerto in holding training on making candied nutmeg.

Keywords: *candied nutmeg, candied nutmeg training, Myristica fragrans*

Abstrak

Buah pala (*Myristica fragrans*) merupakan buah asli Indonesia yang berasal dari Pulau Banda dan Maluku. Buah pala juga banyak tumbuh di kecamatan Dayeuhluhur kabupaten Cilacap yang termasuk didalamnya adalah di desa Sumpinghayu. Tumbuhan pala di desa Sumpinghayu tumbuh sangat subur karena letak geografis yang mendukung. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan pemanfaatan daging buah pala untuk dibuat manisan. Penelitian ini dilaksanakan mulai pada tanggal 22 maret 2023 sampai penyusunan laporan pada bulan April 2023. Data yang digunakan adalah data primer melalui wawancara dengan narasumber yaitu ibu Icah Hayati dan ibu Nur Hasanah serta melalui penyelenggaraan pelatihan pembuatan

manisan pala. Analisis ini menggunakan metode ABCD (*asset based community development*). Yaitu metode dengan menggunakan 5 langkah kunci untuk melakukan proses pengabdian, diantaranya *Discovery* (menemukan), *dream* (impian), *design* (merancang), *define* (menemukan), *destiny* (lakukan), dan refleksi. Dari hasil penelitian dapat diketahui bahwa pelaksanaan program pelatihan pembuatan manisan padapat terealisasi dengan baik, mulai dari permohonan kepada narasumber untuk dapat menjadi pembicara, kemudian Kerjasama antara pemerintah desa Sumpinghayu dengan pihak KKN kelompok 22 UIN SAIZU Purwokerto dalam menyelenggarakan pelatihan pembuatan manisan pala.

Kata kunci: Buah Pala, Manisan Pala, Pelatihan Manisan Pala

PENDAHULUAN

Perkembangan perkebunan di negara berkembang yaitu di Indonesia, tidak dapat dipisahkan dari sejarah perkembangan kolonialisme, kapitalisme, dan modernisasi. Di negara berkembang, pada umumnya perkebunan hadir sebagai kelanjutan dari perkembangan kapitalisme pertanian Barat yang diperkenalkan melalui sistem perekonomian yang terdahulu. pada awalnya perkembangan perkebunan hadir sebagai sistem perekonomian baru yang sebelumnya tidak dikenal.

Sistem perkebunan yang dibawa oleh pemerintah kolonial atau yang didirikan oleh koperasi kapitalis Asing itu pada dasarnya adalah sistem perkebunan Eropa yang berbeda dengan sistem kebun (*garden system*) yang telah lama berlaku di negara-negara berkembang pada masa prakolonial sebagai sistem perekonomian peraturan baru. sistem perkebunan telah memperkenalkan berbagai pembaharuan dalam sistem perekonomian pertanian yang membawa dampak perubahan penting bagi kehidupan masyarakat Indonesia atau negara-negara berkembang. Karena itu perkembangan perkebunan di negara-negara berkembang berkaitan erat dengan proses modernisasi. Sebelum mengenal sistem perkebunan dari Barat, masyarakat agraris di negara-negara berkembang mengenal sistem kebun sebagai bagian dari sistem perekonomian pertanian tradisional dalam struktur ekonomi, pertanian tradisional, usaha kebun merupakan usaha tambahan atau pelengkap dari kegiatan kehidupan pertanian pokok, terutama pertanian pangan secara keseluruhan. Sistem perkebun biasanya diwujudkan dalam bentuk usaha kecil, penggunaan lahan terbatas, sumber tenaga kerja berpusat pada anggota keluarga. Kurangnya pembiasaan pada pasar, dan lebih berorientasi pada kebutuhan yang lebih penting.

Tanaman pala merupakan tanaman asli yang berasal dari Indonesia tepatnya dari Kepulauan Maluku. Tanaman pala saat ini sudah menyebar di seluruh wilayah Indonesia. Adapun wilayah penghasil pala di Indonesia meliputi Aceh, Sumatra utara, Sumatera Barat, Sulawesi utara dan Sulawesi selatan, Maluku dan Irian Jaya. Para pedagang kuno sudah banyak mengincar tanaman pala. Hal ini dikarenakan tanaman pala memiliki nilai jual tinggi dan permintaan kebutuhan yang sangat banyak. Adapun bagian utama yang dijadikan incaran para pedagang adalah biji dan daging buahnya tidak hanya memiliki aroma yang khas dan minyak yang tinggi tetapi juga produknya dapat diolah menjadi

produk yang bernilai tambah Sehingga menghasilkan produk bernilai ekonomi tinggi. (Astanu, 2013)

Hasil produk pala yang diperjualbelikan di pasaran dunia yaitu biji, fuli (*sempra*) dan minyak atsiri. Indonesia merupakan produsen pala terbesar di dunia sebesar (70%), yang mana sebesar (98%) sebagian besar perkebunan pala di Indonesia diusahakan oleh perkebunan rakyat dan sisanya (2%) oleh perkebunan besar. Berdasarkan statistik pembangunan perkebunan Indonesia, produksi pala di Indonesia tahun 2021 mencapai 39.577 ton. Tanaman pala tergolong tanaman yang cukup lama pertumbuhannya hingga masa panen. Panen pertama dilakukan 7-9 tahun setelah pohonnya ditanam dan mencapai produksi maksimum setelah 25 tahun. Pohon pala dapat tumbuh hingga 20 meter dan usianya bisa mencapai ratusan tahun.

Bentuk buah pala lonjong seperti lemon, berwarna kuning, berdaging dan beraroma khas karena didalamnya mengandung minyak atsiri. Ketika buah pala sudah matang, kulit dan daging buah membuka dan akan terlihat biji berwarna coklat yang terbungkus fuli merah. Dalam dunia kuliner di Indonesia, pala dapat digunakan dalam berbagai macam resep masakan, terutama untuk masakan berkuah, seperti soto, bakso, sop kambing, dan sop iga.

Buah pala (*Myristica fragrans Houtt*) merupakan tanaman daerah tropis yang tergolong dalam tanaman berumah dua (*dioecious*) dan dikenal sebagai tanaman rempah. Buah pala adalah salah satu jenis rempah-rempah yang populer di Indonesia. Buah pala juga termasuk komoditi unggulan di sektor pertanian yang memiliki nilai pasar menjanjikan karena nilai permintaannya cukup tinggi di pasar internasional. Persentase keseluruhan produksi pala dunia dihasilkan dari Indonesia yakni sebesar 60%. Buah pala terdiri atas beberapa bagian diantaranya daging, biji dan fuli. Bagian dalam buah pala yang dikelilingi oleh lapisan cangkang keras disebut biji, sedangkan fuli adalah yang mengelilingi biji. Lapisan terluar yang menutupi fuli dan biji adalah daging. Fuli dan biji pala banyak digunakan sebagai rempah-rempah dalam produk makanan dan dalam pengobatan tradisional karena banyak gizi yang terkandung dalam fuli dan biji dan biasanya digunakan sebagai obat sakit perut, analgesik, stimulan dan sebagai salah satu bahan dalam pengobatan *Ayurvedic*. Kandungan gizi pada pala dapat kita lihat pada tabel 1.

Tabel 1. Kandungan gizi yang terdapat pada Buah Pala

Kandungan Gizi

No	Kandungan Gizi Pala Per 100 Gram	Jumlah Gizi	Persentase RDA
1	Energi	525 kkal	26
2	Karbohidrat	49,29 g	38%
3	Protein	5,84 g	10%
4	Lemak Total	36,31 g	180%
5	Kolestrol	0 mg	0%
6	Diet Serat	20,8 g	55%
7	Folat	76 µg	19%
8	Niacin	1,299 mg	8%
9	Prydoxine	0,160 mg	12%
10	Riboflavin	0,057 mg	4%

11	Tiamin	0,346 mg	29%
12	Vitamin A	102 IU	3,5%
13	Vitamin C	3 mg	5%
14	Sodium	16 mg	1%
15	Potassium	350 mg	7,5%
16	Calcium	184 mg	18%
17	Copper	1027 mg	114%
18	Iron	3,04 mg	38%
19	Magnesium	183 mg	46%
20	Manganese	2900 mg	126%
21	Phosporus	213 mg	30%
22	Zink	215 mg	20%
23	β -Caroten	16 μ g	-
24	β -Cryptoxanthin	90 μ g	-

Buah pala berguna untuk mengurangi flatulensi, meningkatkan daya cerna, mengobati diare dan mual. Selain itu juga disentri, maag, menghentikan muntah, mules perut kembung serta obat rematik. Senyawa aroma *myristicin*, *elymicin*, dan *safrole* sebesar 2%-18% yang terdapat pada biji dan bung apala merangsang halusinasi. Komponen *myristicin* dalam daging buah pala dapat menimbulkan rasa kantuk. Fuli pada buah pala juga menunjukkan adanya aktifitas anti jamur dan bakteri yang kuat.¹



Gambar 1. Buah Pala

KKN (Kuliah Kerja Nyata) adalah cara memberikan pengalaman belajar kepada mahasiswa untuk hidup ditengah masyarakat di luar kampus secara bersama-sama dalam kurun waktu yang bersama, terjun bersama masyarakat mengidentifikasi potensi dan menangani masalah sehingga diharapkan mampu mengembangkan potensi tempat atau lokasi KKN. Kegiatan KKN dilaksanakan satu tahun sekali dan pesertanya berkelompok yang terdiri dari beberapa fakultas. Kegiatan KKN dilaksanakan selama kurun waktu 40 hari sebagai kegiatan pengabdian terhadap masyarakat.

KKN atau Kuliah Kerja Nyata merupakan suatu bentuk pengabdian mahasiswa kepada masyarakat yang bersifat khusus. Tentunya dengan adanya kegiatan KKN diharapkan dapat meningkatkan pemberdayaan masyarakat yaitu dengan meningkatkan pendapatan dengan memanfaatkan potensi yang ada di desa tempat berlangsungnya KKN. Banyaknya

¹ Lisna Rosalia Agaus dan Reski Vinalia Agaus, "Manfaat Kesehatan Tanaman Pala (*Myristica Fragrans*) (*Health Benefits Of Nutmeg (Myristica Fragrans)*), Jurnal Medulla, Vol. 6, Tahun 2019, Hal. 655.

pohon pala di desa Sumpinghayu bahkan setiap belakang rumah masyarakat memiliki pohon pala. Namun dari banyaknya buah pala tersebut, masyarakat hanya memanfaatkan biji dan sempranya saja. Sedangkan kulitnya tidak dimanfaatkan dengan baik. Padahal tumbuhan pala ini semua bagiannya bisa diolah, mulai dari kulit, biji, serat, dan daunnya. Dengan diadakannya pelatihan ini diharapkan masyarakat dapat memanfaatkan daging buah pala yang biasa dibuang dapat diolah menjadi manisan pala yang memiliki nilai ekonomi tinggi.

Berdasarkan hal tersebut yang melatarbelakangi mahasiswa KKN 51 kelompok 22 UIN SAIZU Purwokerto untuk membantu meningkatkan perekonomian warga desa Sumpinghayu khususnya pada pemanfaatan pengolahan daging buah pala. Dalam hal ini mahasiswa KKN mengadakan pelatihan pembuatan manisan pala dengan mendatangkan narasumber yang ahli dalam proses pembuatan manisan pala. Kegiatan ini diikuti oleh ibu-ibu PKK desa Sumpinghayu beserta perangkat desa, hal ini diharapkan bisa disebarluaskan kepada masyarakat umum. Dalam pelatihan ini kedua narasumber mempraktekkan proses pembuatan manisan pala secara langsung dari awal hingga selesai. Dalam proses pembuatan manisan, narasumber mempersilakan kepada tamu undangan untuk bertanya dan turut serta dalam pembuatan manisan pala tersebut.

METODE PENELITIAN

Pendekatan ABCD yaitu pendekatan yang mengutamakan pemanfaatan aset dan potensi yang ada disekitar dan dimiliki oleh komunitas masyarakat. Masyarakat merupakan aset yang berharga bagi sebuah desa. Keberagaman masyarakat desa dapat digabungkan dengan melihat keterampilan atau potensi yang ada pada setiap masyarakat. Konsep ABCD ini merupakan sebuah alternatif pemberdayaan masyarakat dengan menggunakan asset. Asset disini berarti potensi yang dimiliki oleh masyarakat sendiri, dengan menggunakan potensi atau kekayaan yang dimiliki masyarakat dapat digunakan sebagai senjata pamungkas untuk melakukan program pemberdayaan. Potensi tersebut dapat berupa ketersediaan Sumber Daya Alam (SDA) atau kekayaan yang dimiliki dalam diri (kecerdasan, kepedulian, gotong royong, dan lain-lain). Dalam Metode ABCD memiliki lima langkah kunci untuk melakukan proses pengabdian.

Tahapan ABCD diawali dengan kegiatan *discovery* (Menemukan) yaitu melalui riset untuk menemukan aset yang terdapat di masyarakat. Mahasiswa dapat memulai dengan melakukan analisis identitas baik identitas sosial maupun identitas wilayah. Analisis identitas ini bisa dilakukan dengan cara mewawancarai tokoh warga. Yang tidak kalah penting dalam tahap *discovery* ini adalah proses identifikasi komunitas. Identifikasi komunitas ini dimaksudkan untuk mengetahui lebih dalam lagi siapa komunitas yang didampingi karena setiap komunitas memiliki karakterkhas sehingga mempengaruhi program pemberdayaan yang disusun.

Tahapan yang kedua adalah *Dream* (Impian). *Dream* yaitu menentukan isu pemberdayaan bersama masyarakat. Pada tahap ini mahasiswa dan masyarakat merumuskan visi dalam menyusun program yang difokuskan oleh masyarakat maupun mahasiswa peserta KKN. Tahapan *Dream* ini ditujukan untuk mengidentifikasi tujuan atau visi jangka panjang yang memungkinkan untuk dicapai bersama. Pada tahap ini setiap

warga akan mengeksplorasi harapan dan impian mereka baik untuk diri sendiri maupun untuk lingkungannya.

Tahapan ketiga yaitu *Design* (Merancang). Pada tahap ini peserta KKN sudah mengetahui aset dan mengidentifikasi peluang yang bisa dilakukan untuk pemberdayaan. Tahapan ini, peserta KKN dan masyarakat mulai merumuskan strategi, proses, dan system untuk membuat keputusan serta mengembangkan kolaborasi untuk mewujudkan perubahan yang bersifat progress. dalam proses ini, seluruh komunitas dalam masyarakat terlibat dalam proses belajar tentang kekuatan atau aset yang dimiliki agar bisa memulai memanfaatkannya dalam cara yang konstruktif, inklusif, dan yang sudah ditetapkan sendiri.

Setelah melakukan tahapan ketiga, tahap selanjutnya yaitu *Define* (Menentukan). Pada tahap ini masyarakat beserta peserta KKN akan bergerak bersama menggunakan aset yang dimiliki masyarakat untuk mencapai visi yang telah mereka rumuskan pada tahap sebelumnya. Pada tahap sebelumnya yaitu design telah dibuat program kerja, maka pada tahapan ini program kerja telah disusun atau direncanakan dilaksanakan bersama-sama dengan masyarakat. Kelompok pemimpin sebaiknya menentukan "pilihan topik positif" yang merupakan tujuan dari proses pencarian atau deskripsi mengenai perubahan yang diinginkan.

Tahapan kelima yaitu *Destiny* (Lakukan). *Destiny* yaitu Serangkaian tindakan inspiratif yang mendukung proses pelaksanaan KKN secara terus menerus dan inovasi tentang "apa saja yang terjadi". Hal ini merupakan fase akhir yang secara khusus fokus pada cara-cara personal dan organisasi untuk melangkah maju. Langkah yang terakhir adalah melaksanakan kegiatan yang sudah disepakati untuk memenuhi impian masyarakat dari pemanfaatan aset. Selain untuk memenuhi impian dari masyarakat agar berkembangnya aset yang terdapat di desa bisa meluas.

Ketika tahapan ABCD telah dilakukan dengan runtut dan baik, maka tahapan terakhir adalah refleksi. Tahapan ini tidak masuk dalam pelaksanaan ABCD tetapi tetap penting untuk dilakukan karena setiap program kerja tentu harus dilakukan evaluasi agar tercipta sesuatu dialektika yang positif. Refleksi ini penting untuk mengetahui sejauh mana program kerja yang dirumuskan dan dilaksanakan menggunakan metode ABCD membawa dampak perubahan bagi masyarakat. Refleksi bisa dilakukan oleh kelompok KKN dengan Masyarakat maupun dengan Dosen Pembimbing Lapangan (DPL)

Metode Participatory Action Research

Penelitian *Participatory Action Research* merupakan salah satu model penelitian yang mencari sesuatu untuk menghubungkan proses penelitian ke dalam proses perubahan sosial. Perubahan sosial yang dimaksud adalah bagaimana dalam proses pemberdayaan dapat mewujudkan tiga tolak ukur, yakni adanya komitmen bersama dengan masyarakat, adanya local leader dalam masyarakat dan adanya institusi baru dalam masyarakat yang dibangun berdasarkan kebutuhan. Penelitian ini membawa proses penelitian dalam lingkaran kepentingan orang dan menemukan solusi praktis bagi masalah bersama dan isu-isu yang memerlukan aksi dan refleksi bersama, dan memberikan kontribusi bagi teori praktis.

PAR (*Participatory Action Research*) melibatkan pelaksanaan penelitian untuk mendefinisikan sebuah masalah maupun menerapkan informasi ke dalam aksi sebagai

solusi atas masalah yang telah terdefinisi. PAR (Participatory Action Research) adalah “penelitian oleh, dengan, dan untuk orang” bukan “penelitian terhadap orang”. PAR (Participatory Action Research) adalah partisipatif dalam arti bahwa ia sebuah kondisi yang diperlukan dimana orang memainkan peran kunci di dalamnya dan memiliki informasi yang relevan tentang sistem sosial (komunitas) yang tengah berada di bawah pengkajian, dan bahwa mereka berpartisipasi dalam rancangan dan implementasi rencana aksi itu didasarkan pada hasil penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Negara Indonesia termasuk wilayah tropis yang kaya akan berbagai jenis tanaman, contoh bentuknya adalah tanaman obat. Tanaman obat di Indonesia mencapai lebih dari 1000 jenis, salah satunya adalah tanaman pala. Pala merupakan tanaman asli dari Indonesia, yang dikenal sebagai tanaman rempah-rempah. Tanaman ini memiliki nilai ekonomis dan multiguna karena setiap bagian tanaman ini bermanfaat sebagai olahan makanan & minuman, obat-obatan, parfum dan kosmetik. Selain itu minyak dari buah pala dapat digunakan sebagai obat diare, rematik, nyeri otot, dan lain sebagainya. Namun, masih banyak orang yang tidak mengetahui tentang khasiat buah pala. Sejauh ini pala hanya digunakan bijinya sebagai bahan penyedap masakan sedangkan daging buah pala sering dibuang begitu saja. Hal ini dapat merusak lingkungan karena akan menjadi limbah. Faktanya daging buah pala dapat diolah menjadi berbagai produk makanan, diantaranya manisan pala, selai pala, dan sirup pala. Pengolahan daging buah pala dapat meningkatkan nilai ekonomi yang selama ini hanya terbuang sebagai limbah lingkungan.

Kandungan yang terdapat pada 100 gram daging buah pala yaitu kalori 42 kal, protein 0,3%, lemak 0,2%, pati 10,9%, vitamin A 29,5 UI, vitamin C 22 mg, kalsium 32 mg, fosfor 24 mg, zat besi 1,5 mg, dan minyak atsiri 1,1%. Minyak atsiri yang diekstrak dari daging buah pala mengandung komponen kimia utama, antara lain *α-pinene*, *α-terpineol*, *myristicin*, *terpinene-4-ol*, *limonene*, *β-pinene*, *α-terpinolene*, dan *δ-terpinene*. Adanya kandungan senyawa kimia ini bermanfaat bagi kesehatan, di antaranya dapat mengobati masuk angin dan insomnia, memperlancar pencernaan, meningkatkan selera makan, dan memperlancar buang angin. Potensi daging buah pala di Desa Sumpinghayu tidak dimanfaatkan karena masyarakat tidak memiliki pengetahuan dan ketrampilan untuk mengolah daging buah pala menjadi suatu produk olahan makanan. Maka dari itu masyarakat perlu meningkatkan pengetahuan agar dapat mengolah daging buah pala supaya tidak menjadi limbah lingkungan.

Faktor-faktor dalam pemilihan produk olahan manisan pala ada 3 yaitu faktor musim, faktor buah, dan faktor geografis. Faktor musim, tanaman pala memiliki keunggulan khusus karena buah pala tidak mengenal musim panen karena setiap saat dan sepanjang tahun tanaman pala ini menghasilkan buah. Perbedaan karakteristik dengan tanaman cengkih hanya setiap tahun berpotensi berbuah, sedangkan tanaman kelapa masa panennya setiap empat bulan sehingga setiap tahun tiga sampai empat kali panen. Sedangkan untuk faktor buah, tanaman pala sebagaimana tanaman lainnya memiliki multi fungsi yaitu daging buahnya dapat di buat manisan pala untuk cemilan khas desa Sumpinghayu dan desa Hanum, fuli (*sempra*) adalah lapisan merah di luar biji pala yang sangat laris di pasar nasional maupun internasional untuk dijadikan penyedap makanan, minyak wangi,

dan bagian dari ramuan obat. Sedangkan biji pala itu sendiri bisa menjadi bahan-bahan dapur. Dan faktor terakhir yaitu faktor geografis, dimana di Desa Sumpinghayu Kecamatan Dayeuhluhur merupakan salah satu daerah penghasil tanaman pala, dikarenakan desa Sumpinghayu sangat cocok untuk tanaman pala. Ini dilakukan petani selain tanaman kelapa sehingga semakin kuat menompang pala perekonomian masyarakat. Kelemahan yang di amati di lapangan bahwa masyarakat petani pala cenderung hanya memanfaatkan fuli (sempra) pala dan biji pala sedangkan buah pala dibiarkan membusuk di tanah. Maka dari itu dengan adanya Mahasiswa KKN 51 UIN Saizu Purwokerto mengambil inisiatif untuk mengadakan pelatihan pembuatan manisan pala, supaya daging dari buah pala tersebut tidak mubazir. Data sementara jumlah pohon pala di desa Sumpinghayuh kurang lebih 15.000 pohon pala dewasa dan produktif sepanjang tahun. Berikut ini terdapat tabel mengenai bahan dan Alat Pembuatan Manisan Pala

Bahan	Jumlah
Pala parut	1 kg
Gula pasir premium	1 kg
Margarin	1 sendok makan
Pewarna makanan	Secukupnya
Garam	Secukupnya
Wajan	1
Kompor	1
Nampan plastik	2
Spatula	3
Toples	2

Tahapan untuk membuat manisan pala pertama kali adalah kupas pala dengan bersih, belah sampai getahnya keluar, kemudian rendam di air garam kurang lebih 15 menit agar getahnya menghilang. Hal ini juga untuk menahan warna buah pala tidak menguning, dikarenakan buah pala termasuk ke dalam kategori buah yang memiliki antioksidan tinggi seperti apel dan pir. Langkah selanjutnya yaitu parut kulitnya sampai halus. Selanjutnya campurkan parutan pala dengan gula pasir dan margarin sampai merata. Masak dengan api besar sampai airnya menyusut kurang lebih 1 jam seperti pada Gambar 2, 3, dan 4 (tergantung banyaknya parutan pala). Setah selesai, beri pewarna makanan pada pala agar lebih menarik. Tes menggunakan jari, jika sudah tidak menempel ditangan, artinya sudah matang. Setelah itu, angkat adonan pala dan letakan diatas nampan plastik yang sudah diolesi dengan margarin agar adonan pala yang sudah matang tidak menempel selanjutnya pipihkan dan potong menjadi dadu agar ukurannya sama, kemudian bulatkan pala dan lumuri dengan gula pasir dan manisan pala siap disajikan. Hasil dari Pembuatan manisan Pala dapat dilihat pada Gambar 5 dan 6.



Gambar 2



Gambar 3



Gambar 4

Gambar 2, 3, dan 4. Proses Memasak Parutan Pala selama 1 jam



Gambar 5



Gambar 6

Gambar 5 dan 6. Hasil dari pembuatan manisan pala

Dengan diadakannya pelatihan pembuatan manisan pala ini, diharapkan masyarakat desa Sumpinghayu khususnya ibu rumah tangga, bisa mempraktekkan sendiri ilmu yang di dapat selama mengikuti pelatihan tersebut agar tidak membuang daging buah pala dan bisa diolah lagi menjadi makanan yang bernilai jual tinggi dan juga kaya akan khasiat. Khasiat yang terkandung pada manisan pala yaitu; Meredam rasa sakit, Meningkatkan kesehatan otak, Menjaga kesehatan mulut, Meningkatkan pencernaan, Menghilangkan masuk angin, Meningkatkan kesehatan jantung, Meredakan asam lambung, Dapat meningkatkan kontrol gula darah, Sebagai Detoks, dan Mencegah Leukimia.

Memanfaatkan daging buah pala sebagai manisan juga dapat dijadikan sebagai cemilan. Mengalihkan perhatian anak-anak yang suka jajan sembarangan menjadi pengganti cemilan yang penuh khasiat. Selain itu juga dapat mengurangi pengeluaran ekonomi juga menghemat pengeluaran dan dapat bermfaat bagi kesehatan.

KESIMPULAN

Tanaman pala merupakan tanaman asli yang berasal dari Indonesia tepatnya dari Kepulauan Maluku. Tanaman pala saat ini sudah menyebar di seluruh wilayah Indonesia. Buah pala adalah salah satu jenis rempah-rempah yang populer di Indonesia. Buah pala juga termasuk komoditi unggulan di sektor pertanian yang memiliki nilai pasar menjanjikan karena nilai permintaannya cukup tinggi di pasar internasional. Salah satu

wilayah yang memiliki pohon pala yaitu Desa Sumpinghayu, Kecamatan Dayeuhluhur Kabupaten Cilacap. Pala menjadi perkebunan di desa tersebut, namun masyarakat belum bisa mengolah buah pala secara maksimal.

Adapun masyarakat Sumpinghayu cenderung membuang daging pala, padahal daging tersebut dapat dibuat menjadi manisan pala. Manisan buah pala merupakan jajanan yang berkhasiat bagi kesehatan. mengingat banyaknya potensi di desa sumpinghayu terlebih adanya perkebunan buah pala. Kemudian manisan buah pala bisa bermanfaat bagi umkm di desa sumpinghayu yang dulunya hanya menjadi limbah setelah bijinya di ambil dan daging oala yang di buang, sekarang dapat diolah menjadi jajanan yang mempunyai kualitas dan nilai pasar yang cukup untuk memajukan umkm di desa sumpinghayu. Melalui pelatihan pembuatan manisan pala yang diadakan oleh KKN 51 kelompok 22, berharap nantinya masyarakat desa Sumpinghayu mampu mengoptimalkan potensi dari buah pala tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

- Agaus, Lisna Rosalia & Reski Vinalia Agaus. 2019. *Manfaat Kesehatan pala (Myristica Fragrans) (Health Benefits Of Nutmeg (Myristica Fragrans))*, Jurnal Medulla, Vol. 6.
- Astanu DA, Ismono HR, Rosanti N. 2013. "Analisis Kelayakan Finansial Budidaya Intensif Tanaman Pala di Kecamatan Gisting Kabupaten Tanggamus". Jurnal Ilmu-Ilmu Agribisnis. Vol.03. No. 01.
- Fitra, Andi. 2021. *Bioktivitas pala : ulasan ilmiah*. Jurnal teknologi pengolahan pangan. Vol. 3.
- LPPM UIN SAIZU. (2023). Pedoman Pelaksanaan KKN Angkatan 51. Purwokerto.
- Rahmat, Abdul, Mira. 2020. Participation Action Research Dalam Pemberdayaan Masyarakat. Gorontalo: AKSARA
- Sartono, Suryo. 1991. Perkembangan Perkebunan di Indonesia. Jogja: Aditya Media.