

MENINGKATKAN PEMAHAMAN PEMANFAATAN MINYAK GORENG PADA MASYARAKAT DESA TRAJAYA YANG TERLETAK DI KABUPATEN MAJALENGKA

Jajang Suhayat¹ & Rida Patria²

¹Universitas Negeri Jakarta, Indonesia

²Guru SMPn 1 Palasah, Indonesia

email: jajangsuhayat.92@gmail.com

Abstrak: Salah satu permasalahan yang menjadi perhatian adalah meningkatnya prevalensi stroke di Kabupaten Majalengka, khususnya di Desa Trajaya. Inisiatif yang bertujuan untuk memitigasi terjadinya penyakit stroke adalah dengan memberikan penyuluhan tentang pemanfaatan minyak goreng yang tepat dan akurat pada masyarakat Desa Trajaya yang terletak di Kecamatan Palasah Kabupaten Majalengka. Pemanfaatan minyak goreng untuk keperluan pangan merupakan kebutuhan yang sangat penting dalam pengolahan pangan, oleh karena itu sangat penting untuk mengenalkan masyarakat luas mengenai pemanfaatan minyak goreng yang layak dikonsumsi. Tujuan dari proyek ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran warga Desa Trajaya tentang pemanfaatan minyak goreng yang tepat untuk keperluan diet, dengan tujuan akhir untuk mengurangi kejadian kasus stroke. Kegiatan yang dilakukan meliputi pemberian materi edukasi mengenai pemanfaatan dan keunggulan minyak goreng, penyuluhan tentang perbedaan minyak goreng berkualitas tinggi dan kurang lancar, peluang penerapan secara individual, dan kajian eksperimental untuk menentukan kualitas minyak goreng. Kegiatan pengabdian dilaksanakan sepanjang bulan Juni dan Juli 2023 dengan melibatkan ibu-ibu dan anggota PKK Desa Trajaya. Temuan evaluasi kegiatan menunjukkan bahwa baik ibu-ibu maupun anggota PKK berhasil menggalakkan pemanfaatan minyak goreng yang aman dikonsumsi, menerapkan cara penyimpanan minyak yang tidak dapat dimakan yang benar untuk mencegah pencemaran lingkungan, dan mendirikan bank minyak untuk kepentingan ibu-ibu dan PKK. anggota yang tinggal di Desa Trajaya.

Kata Kunci: Pemanfaatan Minyak Goreng, Pencegahan Stroke, Pencegahan Pencemaran Lingkungan

Abstract: One problem of concern is the increasing prevalence of stroke in the Majalengka Regency, especially in Trajaya Village. The initiative aimed at mitigating the occurrence of stroke is by providing education about the proper and accurate use of cooking oil to the people of Trajaya Village, located in Palasah District, Majalengka Regency. The use of cooking oil for food purposes is a critical need in food processing, therefore it is essential to introduce the wider community to the use of cooking oil that is suitable for consumption. The aim of this project is to increase the knowledge and awareness of Trajaya Village residents regarding the appropriate use of cooking oil for dietary purposes, with the ultimate goal of reducing the incidence of stroke cases. Activities carried out include providing educational material regarding the use and advantages of cooking oil, counselling about the differences between high-quality and substandard cooking oil, opportunities for individual application, and experimental studies to determine the quality of cooking oil. Service activities will be carried out throughout June and July 2023 involving women and PKK members of Trajaya Village. The findings of the activity evaluation show that both women and PKK members have succeeded in promoting the use of cooking oil that is safe for consumption, implementing correct methods for storing non-edible oil to prevent environmental pollution, and establishing an oil bank for the benefit of women and the PKK—members who live in Trajaya Village.

Keywords: Prevention of Environmental Pollution, Prevention of Stroke, Utilization of Cooking Oil,

How to Cite: Suhayat & Patria. 2023. Meningkatkan Pemahaman Pemanfaatan Minyak Goreng pada Masyarakat Desa Trajaya yang Terletak di Kabupaten Majalengka. *COS: Journal of Community Service*. Vol. 1 (4): pp. 324-328, doi: 10.56855/jcos.v1i4.760

Pendahuluan

Makanan yang digoreng mempunyai posisi penting dalam budaya, diwujudkan dalam berbagai bentuk seperti gorang tempe, pisang gorang, dan bakwan goreng yang sangat disukai, yang dikenal sebagai bala-bala dalam masakan Sunda. Semua bahan makanan dilapisi dengan campuran tepung dan bumbu sebelum digoreng. Hidangan ini biasanya dikonsumsi secara teratur dan sangat dihargai oleh orang-orang dari berbagai kelas sosial di wilayah tersebut. Ibu rumah tangga di Kabupaten Majalengka mempunyai peran penting dalam perekonomian masyarakat melalui partisipasi aktifnya dalam perdagangan beras, sehingga berkontribusi terhadap stabilitas pasokan bahan pangan pokok tersebut. Oleh karena itu, terdapat permintaan yang besar terhadap pemanfaatan minyak goreng.

Prevalensi konsumsi gorengan pada masyarakat Majalengka telah menjadi fenomena sosial dan budaya yang signifikan.. Proses menggoreng seringkali membutuhkan minyak goreng dalam jumlah besar. Banyaknya pedagang gorengan dan makanan cepat saji di wilayah Desa Trajaya, khususnya di Kecamatan Palasah, menimbulkan kekhawatiran yang wajar karena terlihat adanya warna kecoklatan atau bahkan kehitaman pada minyak yang digunakan dalam proses memasak. Para pedagang gorengan melakukan praktik pemanfaatan kembali minyak goreng sebagai cara untuk mengurangi biaya. Warna minyak goreng akan menjadi gelap jika digunakan berulang kali. Penelanan bahan kimia ini diperkirakan akan menimbulkan konsekuensi yang merugikan bagi kesejahteraan seseorang.

Berdasarkan temuan penelitian yang dilakukan Badan Pengawasan Obat dan Makanan (BPOM), penggunaan minyak secara berulang-ulang diketahui berpotensi memberikan kontribusi terhadap dampak kesehatan yang merugikan. Seringnya penggunaan minyak goreng dapat menyebabkan penurunan kualitas, kandungan gizi, dan nilai kalori makanan yang diolah secara keseluruhan. Minyak goreng, jika mengalami proses pemanasan yang lama, akan mengalami reaksi hidrolisis dan oksidasi. Kedua reaksi tersebut berpotensi menyebabkan kerusakan pada minyak goreng. Proses hidrolisis yang terjadi pada proses penggorengan dapat menyebabkan terjadinya konversi trigliserida menjadi gliserol dan asam lemak bebas. Asam lemak bebas dapat diklasifikasikan menjadi dua kategori berbeda, yaitu asam lemak jenuh dan asam lemak tak jenuh. Minyak berkualitas tinggi ditandai dengan proporsi asam lemak tak jenuh yang lebih tinggi dibandingkan asam lemak jenuh. Akumulasi asam lemak dalam tubuh manusia berpotensi berkontribusi terhadap berkembangnya banyak penyakit. Penyempitan pembuluh darah dapat disebabkan oleh adanya timbunan lemak di dalamnya. Minyak goreng biasanya digunakan dalam jumlah terbatas sebelum dibuang, karena melebihi ambang batas ini dapat menyebabkan dampak buruk terhadap kesehatan.

Adanya peningkatan kadar asam lemak bebas dalam minyak goreng terbukti memberikan dampak buruk pada kesehatan manusia, karena berpotensi menyebabkan peningkatan kadar kolesterol darah. Kejadian penyakit stroke akibat kolesterol merupakan permasalahan yang banyak terjadi di Trajaya Kecamatan Palasah kabupaten Majalengka. Karena tingginya prevalensi individu yang terkena stroke. Salah satu strategi potensial untuk memitigasi terjadinya stroke terkait kolesterol adalah dengan meningkatkan pemahaman tentang program pemanfaatan minyak goreng secara optimal dalam pengelolaan makanan. Pengabdian kepada masyarakat dilakukan di wilayah Kecamatan Palasah Kabupaten Majalengka dengan tujuan untuk memahami pentingnya pemanfaatan minyak goreng habis pakai di kalangan ibu-ibu PKK dan pengusaha gorengan. Program tersebut disalurkan kepada kader posyandu dan penjual gorengan di wilayah Kecamatan Palasah Kabupaten Majalengka. Tujuan dari inisiatif masyarakat ini adalah untuk memberikan pengetahuan kepada para kader dan pedagang gorengan setempat di Desa Trajaya Kecamatan Palasah, mengenai penggunaan minyak goreng yang

tepat untuk dikonsumsi. Tujuannya adalah untuk memitigasi prevalensi stroke akibat kolesterol di masyarakat.

Metode

Kegiatan program pengabdian kepada masyarakat dapat digambarkan pengabdian kali ini meliputi pemeriksaan terhadap keadaan objek mitra pengabdian masyarakat yaitu melalui pemanfaatan survei atau wawancara terhadap pengurus ponsiyandu lasia dan penjual gorengan di Desa Trajaya. Orang-orang inilah yang menjadi sasaran penerima program pengabdian kepada masyarakat yang akan dilaksanakan. Untuk memastikan persyaratan pelatihan spesifik peserta. Pengembangan dan penerapan kerangka konseptual dan pengelolaan proses Kolaborasi melibatkan koordinasi yang efektif dan persiapan yang cermat dari kegiatan pelayanan masyarakat, serta pengajuan permintaan sumber daya individu dari organisasi mitra. Menyusun proposal inisiatif pengabdian masyarakat. Penilaian kebutuhan materi pelatihan: Melakukan evaluasi komprehensif terhadap kebutuhan materi pelatihan melalui diskusi dengan pemangku kepentingan terkait. Pengembangan sumber daya instruksional: Pengembangan materi pendidikan yang dimaksudkan untuk disebarluaskan kepada peserta pelatihan, dengan fokus pada pemanfaatan minyak goreng yang layak dikonsumsi.

Program pelatihan yang bertujuan untuk meningkatkan pemahaman pemanfaatan minyak goreng untuk keperluan diet secara tepat. Tahapan ini dilaksanakan dengan cara sebagai berikut: (1) Proses sosialisasi difasilitasi melalui berbagai metode pendidikan seperti ceramah, tanya jawab, dan percakapan. Metode ceramah dapat dipahami sebagai pendekatan pedagogi dimana pengajaran disampaikan melalui wacana lisan atau eksposisi langsung kepada khalayak kolektif. Diskusi adalah dialog dinamis dan ilmiah yang melibatkan pertukaran sudut pandang yang diselingi dengan pertanyaan yang menggugah pikiran; (2) Sesi pelatihan dilakukan untuk mengedukasi individu mengenai pemanfaatan minyak goreng yang tepat untuk dikonsumsi. Sesi ini menggunakan teknik instruksional seperti presentasi dan latihan praktis. Selama proses pedagogi dan pembelajaran yang melibatkan praktikum, peserta diberikan kesempatan untuk terlibat dalam pengalaman langsung, mengikuti prosedur sistematis, memeriksa suatu entitas, menganalisis karakteristiknya, memberikan bukti, dan secara mandiri sampai pada temuan yang berkaitan dengan suatu objek, situasi, atau proses; (3) Konten pelatihan didistribusikan kepada peserta dalam format digital, sehingga memudahkan pemahaman mereka dan memungkinkan mereka memanfaatkannya sebagai bahan ajar; (4) Penilaian Kegiatan: Pemberian minyak goreng kepada peserta pelatihan untuk Kondisi Penelitian ini bertujuan untuk melakukan analisis terhadap objek mitra; dan (5) Proses konseptualisasi, persiapan, dan administrasi Kolaborasi adalah tindakan bekerja sama dengan orang lain menuju tujuan atau sasaran bersama.

Penyusunan Proposal Penilaian Persyaratan Materi Pelatihan Survei Penilaian Kegiatan Proses penyusunan dan penyebaran laporan dan publikasi mengenai kegiatan organisasi. Mendapatkan masukan terkait pelatihan yang telah dilaksanakan guna memudahkan identifikasi area yang perlu ditingkatkan oleh pelaksana pengabdian masyarakat pada sesi pelatihan selanjutnya. Proses menghasilkan laporan kegiatan dan menyebarkan informasi tentang operasi organisasi.

Hasil dan Pembahasan

Bab ini akan memberikan gambaran mengenai hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PKM), dan temuan penilaian kegiatan PKM. Rangkaian inisiatif pengabdian kepada masyarakat diawali dengan menjalin koordinasi dengan kader setempat dan pedagang gorengan di Desa Trajaya Kecamatan Palasah Kabupaten Majalengka. Istilah "kegiatan" mengacu pada tindakan tertentu atau serangkaian tindakan yang dilakukan oleh individu atau temuan yang berkaitan dengan kegiatan Dalam inisiatif Pengelolaan Pengetahuan Partisipatif (PKM) kali ini, kami melaksanakan program pelatihan yang menasar dua kelompok khusus: kader PKK dan penjual gorengan yang berada di

Kecamatan Palasah Kabupaten Majalengka. Jumlah peserta yang semula diantisipasi, yang ditetapkan 25 orang.

Selanjutnya sesi pelatihan diikuti oleh seluruh peserta yang berjumlah 25 orang, dan masing-masing individu terlibat aktif dalam kegiatan pelatihan. Para peserta secara efektif melaksanakan semua latihan dan tugas yang diberikan selama sesi pelatihan, sehingga memungkinkan mereka untuk secara aktif terlibat dalam semua kegiatan yang direncanakan. Kegiatan pendidikan dimana dosen berperan sebagai instruktur yang memberikan pengetahuan tentang pemanfaatan minyak goreng yang tepat untuk konsumsi. Dalam workshop ini, peserta akan mendapatkan pengarahan mengenai analisis minyak nabati, membedakan antara minyak yang dianggap layak untuk dimakan dan minyak yang dianggap tidak layak untuk dikonsumsi.

Tugas selanjutnya adalah menyajikan informasi mengenai penggunaan minyak goreng yang tepat dan bermanfaat untuk meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan. Tujuan dari sosialisasi materi ini adalah untuk memberikan pengetahuan dasar mengenai produk minyak goreng yang layak dikonsumsi, serta pemanfaatan limbah manufaktur secara efektif. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pemahaman peserta mengenai pilihan minyak goreng yang layak dikonsumsi. Selama latihan ini, para peserta menunjukkan antusiasme yang tinggi dalam berinteraksi dengan konten yang disajikan, menunjukkan minat dan penerimaan yang besar terhadap informasi yang disampaikan oleh para pembicara.

Upaya selanjutnya adalah mengadakan sesi pelatihan tentang pendirian Bank Minyak yang bekerja sama dengan sekelompok ibu-ibu dan pedagang. Tim layanan menawarkan pelatihan komprehensif tentang pendirian bank minyak, yang mencakup instruksi tentang praktik penyimpanan limbah dan strategi pemasaran. Selama kegiatan berlangsung, para perempuan pedagang gorengan menunjukkan antusiasme yang tinggi dan aktif mengikuti kegiatan bersama seluruh tim pengabdian yang hadir, menunjukkan komitmen mereka dari awal hingga akhir. Selanjutnya tim pengabdian dan peserta melakukan musyawarah terkait pemanfaatan dan komersialisasi sampah hasil produksi dalam negeri. Kegiatan ini melibatkan tim pengabdian yang menjelaskan proses penentuan harga jual berdasarkan harga modal. Tujuan utama dari kegiatan ini adalah untuk memberdayakan peserta layanan untuk terlibat dalam penjualan otonom dan pengelolaan limbah minyak secara mandiri.

Tugas selanjutnya melibatkan keterlibatan mandiri oleh individu perempuan dan penjual makanan gorengan, dengan dukungan yang diberikan oleh tim layanan. Kader perempuan secara efektif memahami kesesuaian berbagai minyak untuk makan, hal ini mencerminkan pelatihan yang dilakukan oleh tim pengabdian. Para kader perempuan juga melakukan uji coba dengan mengumpulkan limbah minyak dari desa tetangga. Temuan Evaluasi Kegiatan Pelayanan menunjukkan adanya perubahan perilaku yang signifikan di kalangan ibu-ibu PKK setelah pelatihan. Sebelum pelatihan, para perempuan ini terlihat membuang sisa minyak goreng ke saluran air. Namun, setelah pelatihan, terjadi perubahan signifikan karena mereka sadar akan perlunya mengumpulkan dan menyimpan minyak yang sudah tidak layak konsumsi di wadah yang telah ditentukan, kemudian menyimpannya di bank minyak jelantah. Bukti ini menunjukkan kemampuan peserta untuk membedakan kelayakan minyak panggang untuk dimakan. Penerapan program promosi kesehatan ini diharapkan dapat menurunkan prevalensi stroke di kalangan masyarakat, khususnya di Kecamatan Palasah. Setelah selesainya program pelatihan ini, terjadi penurunan kasus stroke yang cukup signifikan, yaitu dari 32 kasus menjadi 12 kasus. Selain itu, pendirian bank minyak dapat berkontribusi pada mitigasi pencemaran lingkungan akibat limbah minyak.

Kesimpulan

Inisiatif pengabdian kepada masyarakat yang melibatkan pengelolaan minyak goreng untuk konsumsi telah dilaksanakan sesuai dengan pengaturan yang telah ditetapkan. Sebagian keberhasilan telah dicapai dalam realisasi tujuan dan hasil, khususnya dalam pembentukan cadangan minyak untuk personel. Penyediaan bantuan yang berkelanjutan oleh tim layanan sangat penting untuk keberlanjutan operasi dan menghasilkan pendapatan tambahan bagi masyarakat. Inisiatif pengabdian kepada masyarakat terkait pengelolaan minyak goreng layak konsumsi telah dilaksanakan sesuai dengan strategi yang telah ditetapkan. Oleh karena itu, kejadian stroke yang disebabkan oleh peningkatan kadar kolesterol dapat menunjukkan penurunan yang berkelanjutan dengan penerapan gaya hidup sehat.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih kepada Pemerintah Desa Trajaya yang telah mendukung kegiatan pengabdian ini. Ucapan terima kasih juga untuk seluruh pedagang dan ibu-ibu PKK atas partisipasinya dalam kegiatan pengabdian ini.

References

- Angria, N., & Sugiarti, I. 2023. Edukasi Penyakit dan Pemeriksaan Tekanan Darah pada Masyarakat di Kecamatan Bangkala. *JCOS: Journal of Community Service*. Vol. 1 (): pp. 111-117, doi: <https://doi.org/10.56855/jcos.v1i3.421>
- Firliani & Suciatty, Nella. 2022. Pendampingan Les Tambahan Mata Pelajaran Matematika di Taman Bacaan Euclid. *JCOS: Journal of Community Service*. Vol. 1 (1): pp. 14-18, <https://doi.org/10.56855/jcos.v1i1.128>
- Islami, et. al. 2023. Penyuluhan Pembuatan Puding Kulit Pisang sebagai Solusi Zero-Waste di Desa Pasi, Kabupaten Lamongan, Jawa Timur. *INCOME: Indonesian Journal of Community Service and Engagement*. Vol. 2 (3): pp. 214-220. doi: 10.56855/income.v2i3.664
- Rismayani, Rismayani & Merdeka, Pijar Hatinurani. 2022. Gerakan Taman Baca dari Mahasiswa untuk Desa. *JCOS: Journal of Community Service*. Vol. 1 (1): pp. 7-13, <https://doi.org/10.56855/jcos.v1i1.127>
- Riyanto, et. al. 2023. Pelayanan Kesehatan pada Pelatihan HSSE Karyawan dan Family Gathering Karyawan serta Keluarga PT. Sinar Bumi Nabung Lampung di Wisata Pulau Tegal Mas Lampung Selatan. *INCOME: Indonesian Journal of Community Service and Engagement*. Vol. 2 (2): pp. 110-115, <https://doi.org/10.56855/income.v2i2.352>
- WahyuliY. H., et.al. 2023. Meningkatkan Pelayanan Publik di Desa Banyuasin Kecamatan Banyuasin II dengan Sosialisasi dan Penyuluhan TataKelola Administrasi Desa. *INCOME: Indonesian Journal of Community Service and Engagement*. Vol. 2(1): pp. 64-70, <https://doi.org/10.56855/income.v2i1.211>
- Wahyuni, H., et. al. 2023. Sosialisasi Bahaya Pernikahan Dini di SMA Negeri 2 Batang Hari. *JCOS: Journal of Community Service*. Vol. 1 (3): pp. 89-94, doi: <https://doi.org/10.56855/jcos.v1i3.362>
- Yulietta dkk. 2023. Strategi Pengembangan *Home Industry* Melalui Pendekatan Analisis SWOT di Kelurahan Nginden Jangkungan. *JCOS: Journal of Community Service*. Vol. 1 (3): pp. 176-186, doi: <https://doi.org/10.56855/jcos.v1i3.520>