

PENGOLAHAN KACANG TANAH MENJADI SAMBAL PECEL INSTAN SEBAGAI MAKANAN TAMBAHAN UNTUK PAUD

Umi Atun Hasanah¹, Warni Tapu², Nurul Hasta³, Hikrawati⁴

^{1,2,3,4}Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, Universitas Muhammadiyah Palopo
email : umhy1502khasanah@gmail.com¹, hikrawati@umpalopo.ac.id²

Abstrak

Sambal pecel merupakan olahan sambal yang terbuat dari cabai, kacang tanah, dan gula merah serta beberapa rempah-rempah khas sebagai bahan utamanya. Adapun sambal pecel ini dalam penyajiannya dikombinasikan dengan aneka sayuran yang di rebus kemudian di siram dengan pasta sambal pecel dan ditambahkan dengan nasi juga kerupuk atau rempeyek. Sambal pecel sendiri sudah banyak di gemari oleh semua kalangan, baik muda maupun tua. Sehingga dalam penelitian ini peneliti meyakini bahwa sambal pecel bisa menjadi olahan sebagai makanan tambahan anak usia dini. Tujuan penelitian adalah membuat produk sambal pecel yang dapat dijadikan sebagai makanan tambahan bagi anak-anak usia dini dengan catatan harus memperhatikan tingkat kepedasan yang cocok bagi anak-anak usia dini sehingga anak nantinya akan menyukai memakan sayuran. Metode penelitian yang digunakan adalah survey dengan teknik pengolahan untuk menghasilkan sambal pecel yang cocok untuk anak-anak usia dini. Parameter yang diukur meliputi rasa, aroma, tekstur, warna, dan kesukaan. Hasil output dari PKM ini adalah dapat membuka usaha sambal pecel instan dengan variasi rasa yang disukai oleh anak usia dini tanpa meninggalkan unsur kesehatan dan kualitas produk.

Kata Kunci: Anak Usia Dini, Kacang, Sambal Pecel

Abstract

Sambal pecel is a processed chili sauce made from chilies, peanuts and brown sugar as well as several special spices as the main ingredients. As for this pecel chili, in its presentation it is combined with various boiled vegetables and then poured over with pecel chili paste and added with rice as well as crackers or peanut brittle. Sambal pecel itself has been enjoyed by many people, both young and old. So that in this study the researchers believed that pecel sauce could be processed as an addition to early childhood food. The aim of the research was to make a pecel chili product that can be used as a supplementary food for young children with a note that they must pay attention to the level of spiciness that is suitable for young children so that later children will like eating vegetables. The research method used was a survey with processing techniques to produce pecel sauce which is suitable for early childhood. Parameters measured included taste, aroma, texture, color, and preferences. The output of this PKM is being able to open an instant pecel chili business with a variety of flavors that early childhood likes without leaving the elements of health and product quality.

Keywords: Early Childhood, Peanuts, Pecel Sauce

PENDAHULUAN

Kacang tanah merupakan tanaman yang mudah di tanam dan memiliki rentang waktu cepat untuk dipanen. Rasanya yang manis dan gurih menjadikan kacang tanah banyak di gemari oleh lidah Indonesia. Kacang tanah yang merupakan salah satu jenis kacang-kacangan, sering dijadikan makanan atau cemilan. Kacang tanah bisa di olah menjadi berbagai macam makanan yang lezat. Misalnya sambal pecel. Pengolahan kacang tanah menjadi sambal pecel sudah diturunkan dari generasi ke generasi selanjutnya meskipun dengan metode yang berbeda. Jika orang tua kita dahulu mengolah kacang tanah menjadi sambal pecel dengan cara sederhana maka kini telah banyak metode pengolahan dengan cara modern. Dahulu mereka menggunakan lumpang yang terbuat dari kayu ataupun batu. Tapi dimasa yang sudah serba modern sekarang ini, lumpang kayu ataupun batu sudah bisa di gantikan fungsinya oleh blender ataupun cooper. Oleh karena itu sekarang sudah banyak kita temui sambal pecel instan di edarkan ditoko-toko dengan kemasan yang sudah sangat menarik pula. Tentu saja itu sangat memudahkan. Tapi, cita rasa sambal pecel yang di olah dengan mesin tentu berbeda dengan sambal pecel yang di olah dengan cara tradisional. Sehingga hal tersebut menjadi latar belakang bagi peneliti untuk membuat sambal pecel instan dengan tetap mempertahankan metode

sederhana namun dikemas dengan cara yang modern, dengan tetap menjaga kualitas rasa dan keawetannya.

Nama ilmiah kacang adalah *Arachis hypogaea* dan berasal dari Amerika Selatan (Samosir, Marpaung, & Laia, 2019). Kacang tanah berbentuk bulat atau lonjong dan memiliki cangkang yang cukup keras dengan biji di dalamnya yang memiliki rasa yang enak. Kacang tanah juga tinggi protein, lemak, serat dan senyawa vitamin B serta mineral seperti zat besi, kalsium dan magnesium. Kacang tanah sering diolah menjadi berbagai makanan seperti selai kacang, keripik kacang, sambal kacang atau dijadikan bahan utama masakan seperti gado-gado dan sate. Kacang tanah juga memiliki kandungan nutrisi yang tinggi dan dapat memberikan manfaat bagi kesehatan tubuh jika dikonsumsi dengan tepat. Kacang tanah sendiri saat ini telah banyak ditanam di Indonesia dan bahkan bisa menjadi tanaman yang merupakan sumber penghasilan bagi beberapa petani.

Kacang tanah memiliki beberapa manfaat kesehatan yang baik untuk anak usia dini yaitu sebagai sumber protein, sumber energi, sumber serat, sumber lemak sehat dan kandungan vitamin dan mineral (Agustina, 2020). Namun, perlu diingat bahwa kacang tanah juga dapat menyebabkan alergi pada beberapa anak. Oleh karena itu, perhatikan reaksi tubuh anak setelah mengonsumsi kacang tanah dan hindari memberikan kacang tanah pada anak yang alergi terhadap kacang-kacangan. Selain itu, pastikan juga kacang tanah yang diberikan telah matang dan tidak mengandung bahan kimia atau bahan pengawet yang berbahaya.

Kacang tanah dapat di buat menjadi berbagai macam olahan makanan salah satunya sambal pecel. Sambal pecel merupakan makanan yang menggunakan kacang tanah sebagai bahan utamanya yang dicampur dengan beberapa bahan-bahan rempah lainnya (Januariani, 2018). Sambal pecel adalah sambal khas Jawa yang terbuat dari bahan-bahan utama yaitu cabai rawit, kacang tanah, terasi, bawang putih, gula merah, garam, kencur, daun jeruk, dan air jeruk nipis/asam jawa. Bahan-bahan tersebut dihaluskan dan dicampur hingga menjadi pasta yang disajikan sebagai saus pelengkap untuk makanan pecel sayur. Sebenarnya tidak ada resep mutlak untuk menyusun jumlah dan jenis sayuran apa yang di pakai. Anda bebas memilih sayuran apa saja sesuai dengan selera dan tentunya dengan ketersediaan bahan. Variasi sayuran yang di gunakan sangat beragam mulai dari kangkung, bayam, kenikir, kembang turi, daun ubi, daun pepaya, pepaya, kenikir, kubis putih, kacang panjang, toge, wortel dan terkadang juga menambahkan tahu dan tempe goreng serta rempeyek/kerupuk sebagai pelengkap. Bahkan di kota palopo masih di tambahkan lagi dengan telur rebus. Sesuai dengan selera masing-masing orang dan kebiasaan konsumsi warga sekitar. Umumnya sayuran untuk pecel sayur direbus terlebih dahulu, namun ada juga beberapa yang menyajikan dalam keadaan sayur mentah. Misalnya sayuran pockcay. Setelah sayuran yang di rebus tersebut di susun di piring, kemudian di siram dengan sambal pecel yang sebelumnya sudah di lumatkan atau dibuat agak encer menggunakan air dingin/hangat (opsional). Pecel sendiri adalah makanan khas Jawa. Hampir setiap desa di jawa umumnya ada penjual sambal pecel atau lebih tepatnya menjual pecel sayur. Biasanya penjual pecel menjual pecel sayur hanya di pagi hari saja karena digunakan untuk sarapan. Namun ditempat tinggal saya sekarang, di sulawesi pedagang pecel sayur bisa dari pagi sampai malam hari. Awalnya penyajian pecel sayur menggunakan pincuk yaitu wadah wadah untuk makan yang terdibuat dari daun pisang. Namun karena saat ini daun pisang sult di dapatkan dan juga mahal harganya, maka penjual menggantinya dengan kertas nasi.

Sambal pecel memiliki rasa pedas yang khas dan gurih karena adanya kacang tanah, terasi dan gula merah yang menjadi bahan dasarnya. Sambal pecel sendiri mengandung protein yang sangat tinggi (berasal dari kacang tanah) serta merupakan sumber energi potensial (berasal dari gula merah dan lemak kacang tanah) (Prof. Dr. Ir. Wastawan, 2009). Selain itu, sambal pecel juga mengandung vitamin dan mineral dari bahan-bahan alaminya seperti vitamin C, vitamin B kompleks, kalsium, dan zat besi. Sambal pecel bisa dijadikan sebagai alternatif saus pelengkap makanan yang sehat karena terbuat dari bahan-bahan alami. Namun sebaiknya konsumsi sambal pecel secara moderat dan hindari mengonsumsi terlalu banyak dalam satu waktu.

Seiring berkembangnya teknologi dan zaman, kini sambal pecel sudah ada tersedia dalam kemasan instan. Sambal pecel instan adalah sambal pecel yang sudah diproduksi secara masal dan dijual dalam kemasan siap pakai. Sambal pecel instan biasanya terdiri dari bahan-bahan yang sama dengan sambal pecel asli namun beberapa produsen mungkin menggunakan bahan-bahan tambahan seperti bahan pengawet dan pewarna agar produk lebih tahan lama dan menarik secara visual. Sambal pecel instan dapat menjadi pilihan praktis untuk menikmati pecel tanpa perlu membuatnya dari awal. Namun, perlu

diingat bahwa beberapa sambal pecel instan mungkin mengandung tambahan bahan kimia atau pengawet yang berbahaya bagi kesehatan jika dikonsumsi secara berlebihan. Oleh karena itu, sebaiknya baca label kemasan secara teliti sebelum membeli dan mengonsumsi sambal pecel instan. Lebih baik lagi jika anda dapat membuat sambal pecel sendiri di rumah dengan bahan-bahan alami dan segar agar lebih aman dan sehat. Di negara kita yaitu Indonesia yang memiliki keanekaragaman budaya dan kaya akan makanan khas yang jarang ditemukan di negara manapun. Seperti dalam olahan daging kita memiliki rendang yang mendunia, maka dalam masakan sayur kita memiliki sambal pecel. Makanan tradisional yang dikenal sebagai makanan ndeso ini sekarang telah banyak diminati oleh semua kalangan, baik rakyat biasa maupun kalangan orang kaya meskipun dengan berbagai macam cara penyajian atau pemberian nama yang di modernkan. Sebagai makanan kuliner khas Indonesia ternyata sambal pecel bukan merupakan menu yang familiar bagi anak usia dini. Karena menu ini jarang di sediakan sebagai menu rumahan, khususnya dalam keluarga yang tinggal di perkotaan.

Meskipun sambal pecel populer di Indonesia sebagai hidangan yang disajikan dengan dengan cara menyiramkan sambal pecel keatas sayuran, ditambah dengan lontong/nasi dan didampingi dengan kerupuk. Namun untuk menjadi makanan tambahan bagi anak usia dini orang tua tetap harus memperhatikan kandungan pedas dalam sambal pecel yang bisa menyebabkan iritasi pada saluran pencernaan anak dan menyebabkan masalah pencernaan. Meskipun sambal pecel mengandung sayuran yang sehat, namun ada kemungkinan anak akan menolak makanan karena teksturnya yang mentah atau terlalu asing bagi mereka. Sebaiknya perkenalkan sayuran dan sambal pecel secara bertahap, dan pastikan untuk memperkenalkan rasa dan tekstur yang berbeda sejak dini. Pastikan sayuran dan bahan-bahan lain dalam sambal pecel diolah dan dicuci dengan baik untuk mencegah terjadinya kontaminasi bakteri dan penyakit. Ingatlah bahwa sambal pecel seharusnya tidak menjadi makanan utama anak usia dini. Anak-anak membutuhkan nutrisi yang seimbang dari berbagai jenis makanan, termasuk karbohidrat, protein, sayuran, buah-buahan, dan lemak sehat. Sambal pecel dapat menjadi pilihan untuk variasi makanan, namun tidak boleh menggantikan makanan pokok atau makanan utama. Jangan lupa untuk memantau reaksi anak setelah mengonsumsi sambal pecel. Jika anak mengalami reaksi alergi atau masalah pencernaan setelah makan sambal pecel, hentikan konsumsinya dan konsultasikan dengan dokter anak (Agustina, 2020).

Dalam kesimpulannya, sambal pecel dapat menjadi pilihan untuk variasi makanan anak usia dini namun perlu diperhatikan beberapa hal diatas. Pastikan untuk memilih sambal yang tidak terlalu pedas, mencuci bahan makanan dengan baik, dan memantau reaksi anak setelah mengonsumsi sambal pecel. Selain itu, pastikan bahwa sambal pecel tidak menggantikan makanan pokok atau makanan utama.

Sebagaimana kita ketahui anak usia dini adalah individu yang sedang mengalami perkembangan sangat pesat. Di umur-umur awal anak mengalami perkembangan dan pertumbuhan fisik dan mental. Seorang anak pada usia awal akan merespon sesuatu yang diterimanya dengan cepat. Nutrisi keseimbangan harus diterapkan sejak awal karena pada rentang usia ini merupakan masa kritis perkembangan manusia yang akan menentukan kualitas hidup di masa depan. Kesehatan adalah satu faktor yang paling penting bagi perkembangan anak. Jika keadaan kesehatan anak tidak sehat, akan mempengaruhi banyak hal berkaitan dengan berbagai kegiatan yang akan dilakukan anak (Soewito, 2013). Orang tua memiliki tugas utama tidak hanya mendidik dan mengasuh namun juga berhati-hati dalam memilih menu makanan anak sehari-hari (Fahimah, 2019). Termasuk memperhatikan nutrisi yang dikandung makanan yang akan dimakannya. Status gizi baik adalah faktor penentu keberhasilan belajar anak. Nutrisi yang buruk pada tahun-tahun awal anak dapat menyebabkan konsentrasi yang buruk, daya ingat dan keterampilan masa kecil yang buruk. Sebegitu pentingnya gizi sampai al-Qur'an memerintahkan kepada semua umat manusia untuk selalu memperhatikan makanannya terutama makanan yang baik dan mengandung gizi. Sebagaimana firman Allah: "Maka hendaklah manusia memperhatikan makanannya" (Abbas /80: 24) (Fahimah, 2019).

Makanan yang dikonsumsi oleh anak-anak sejak usia dini mempengaruhi dan bahkan menjadi kebiasaan makan yang akan dia bawa saat dewasa. Oleh karena itu, pengetahuan dan keterampilan orang tua dan orang dewasa di sekitar anak dalam mengelola makanan yang sehat sangat penting. Saat ini makanan junk food dan fast food lebih populer di kalangan anak-anak. Hal ini menyebabkan semakin sulitnya mengenalkan makanan bergizi dan kaya vitamin. Oleh karena itu orang tua atau orang dewasa yang ada di sekitar anak memiliki peran penting untuk membantu mengenalkan makanan sehat pada anak. Membuat anak-anak menyadari pentingnya makanan sehat sehingga mereka

bisa menjadi pribadi yang aktif dan sehat sehingga bisa bermain, bersenang-senang dan membuat kedisiplinan pada diri yang sehat secara fisik dan rohani. Agama juga memberitahu kita agar membiasakan anak untuk hidup sehat dengan makan dan minum sehat. Diriwayatkan oleh Imam Ahmad dan Tirmidzi Nabi berkata: "tidaklah seorang anak Adam memenuhi tempat paling jelek kecuali perutnya, cukuplah bagi anak Adam beberapa suap makanan yang bisa menegakkan tulang rusuknya. Namun bila ia terpaksa melakukannya, maka hendaklah sepertiga (isi lambungnya) untuk makanan, sepertiga untuk minuman, dan sepertiga isinya untuk udara. Rasulullah bersabda yang diriwayatkan oleh Imam Muslim "Mukmin yang kuat itu lebih baik dan lebih dicintai Allah daripada mukmin yang lemah".

Kekurangan nutrisi bisa menyebabkan gangguan terhadap pertumbuhan, kecacatan intelektual, daya tahan tubuh berkurang dan adanya beberapa penyakit seperti kelaparan, kwashiorkor (kurangnya materi putih telur), kebutaan karena kekurangan vitamin A, kekurangan vitamin D yang menyerang agresif fragmen tulang, kekurangan vitamin C seperti penyakit kulit, gusi berdarah, sariawan, kelesuan darah atau anemia dan gondok atau Keratin. Beberapa hal yang perlu diperhatikan sehingga anak dapat diberi makanan yang seimbang untuk pertumbuhan adalah makanannya selalu beragam berisi makanan pokok, lauk pauk, sayuran dan buah-buahan, variasikan metode pengolahan makanannya sehingga menarik untuk anak, beri air minum sebelum dan sesudah makan, hindari memberi camilan sebelum makan, dan menjelaskan manfaat makanan yang seharusnya dimakan untuk mengurangi rasa tidak menginginkannya (Uce, 2018).

Berkaitan dengan hal tersebut, penting bagi orang tua untuk memperhatikan keragaman nafsu makan pada anak usia dini, khususnya minat makan sayur pada anak. Seperti yang telah kita perhatikan di lingkungan kita, di masa kanak-kanak minat terhadap sayuran sangat sedikit. Mereka lebih suka makan makanan cepat saji seperti mie instan. Oleh karena itu, orang tua dapat meningkatkan nafsu makan anak terhadap sayur dengan menambahkan sambal pecel. Apalagi jika penyajiannya dilakukan dengan cara yang kreatif misalnya sayuran kangkung dicampur dengan toge dan wortel kemudian ditambahkan irisan tahu goreng lalu disiram dengan sambal pecel yang di atasnya ditambahkan remahan peyek atau kerupuk. Karena pada dasarnya sambal pecel bisa dicampur dengan berbagai macam sayuran, baik yang berwarna hijau atau bukan, yang direbus maupun mentah. Sambal pecel terbuat dari kacang tanah yang disangrai dicampur dengan bumbu halus seperti gula merah, bawang putih, cabai merah, garam, terasi, daun jeruk, kencur, air asam jawa (Puspita Sari & Nabhan, 2019). Sambal Pecel yang berbahan dasar kacang tanah ini mengandung antioksidan yang dapat melindungi sel dari kerusakan penyebab kanker dan penyakit jantung. Segenggam kacang dapat memenuhi 36% kebutuhan vitamin E anak. Vitamin E merupakan antioksidan yang dapat melindungi membran sel saraf. Kandungan tiamin dan vitamin E membantu otak dan sistem saraf menggunakan glukosa untuk menciptakan energi yang dibutuhkan pada anak usia dini. Dapat disimpulkan sambal pecel dapat menjadi salah satu alternatif suplemen gizi anak usia dini yang dapat meningkatkan nafsu makan anak untuk makan sayur.

Berdasarkan hasil pengamatan diperoleh masalah yang nampak di RA AL-HUSNA imbara 4 kota Palopo. Pada jam istirahat saat makan bersama di dapatkan 6 dari 7 anak yang bersekolah di kelas B tidak membawa bekal sayuran saat kesekolah. Padahal sayuran merupakan sumber nutrisi penting yang dapat membantu pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini seperti karotenoid, serat, vitamin C, folat dan kalium. Hal ini dikarenakan anak yang tidak memakan bekalnya ketika ada sayurannya, orang tua enggan memberi bekal sayuran kepada anak disebabkan sempitnya waktu untuk menyediakan menu sayuran dibekal ananda, dan kurangnya kreatifitas orang tua dalam menyediakan bekal sayuran kepada anak. Jika hal ini dibiarkan maka akan berdampak pada perkembangan dan pertumbuhan anak usia dini. Baik untuk kehidupan saat ini maupun untuk kehidupan selanjutnya yaitu saat mereka dewasa. Oleh karena itu peneliti ingin mengenalkan sambal pecel instan sebagai makanan tambahan untuk anak usia dini yang nantinya kan terus dikembangkan untuk bisa mencapai target yang lebih baik lagi dalam meningkatkan selera makan anak dalam memakan sayuran, untuk mengefesienkan waktu bagi orang tua dalam menyajikan menu sayuran di bekal anak, dan memberikan inovasi kepada orang tua untuk menyediakan menu sayuran dalam berbagai kreasi. Dengan ini kami menawarkan sambal pecel instan dengan rasa original/tidak pedis yaitu sambal pecel ini tidak perlu menambahkan cabai di dalam pembuatannya sehingga rasa yang tercipta nantinya adalah manis dan gurih. Pada proses produksinya tidak ada penambahan air pada bahan utama sehingga sambal pecel ini akan tahan untuk waktu kurang lebih 2 bulan.

METODE

Tujuan Dan Manfaat Kegiatan

Tujuan dan manfaat kegiatan PKM-K ini adalah:

1. Mengolah kacang tanah menjadi sambal pecel instan rumahan
2. Memberikan inovasi kepada orang tua untuk meningkatkan selera makan sayur-sayuran pada anak melalui tambahan sambal pecel instan rasa original.
3. Menjadikan sambal pecel sebagai makanan tambahan untuk anak usia dini

Sarana kegiatan

Yang menjadi sarana kegiatan program ini adalah anak usia dini dan orang tua.

Lokasi kegiatan:

Kegiatan PKM-K ini dilakukan di Palopo tepatnya di sekolah RA AL HUSNA yang terletak di perumahan Imbara 4 blok B 38 kel. Takkalala, kec. Wara selatan, kota Palopo.

Metode Yang Digunakan:

Adapun metode yang diperlukan dalam kegiatan kami adalah sebagai berikut:

1. Input
 - a. Kami melakukan survey pasar terlebih dahulu untuk mengetahui kondisi pasar dan minat konsumen, serta melihat produk-produk sejenis untuk dijadikan bahan evaluasi sebelum kami membuat produk sesuai dengan keinginan konsumen khususnya yang memiliki anak usia dini. Kemudian kami akan menentukan harga untuk di sesuaikan dengan kemampuan masyarakat menengah kebawah. Kami melakukan wawancara kepada 5 orang tua anak usia dini yang bersekolah di RA ALHUSNA. Dari hasil survey dapat disimpulkan bahwa masyarakat berminat kepada sambal pecel instan. Masyarakat perlu sambal pecel instan karena menawarkan kepraktisan, keefesieanan waktu penyajian, harga yang terjangkau, tanpa tambahan pengawet dan pewarna tambahan serta dapat disimpan untuk jangka waktu maksimal 2 minggu di suhu ruang dan akan lebih lama lagi di suhu kulkas.
 - b. Setelah melakukan survey pasar, kami sadar bahwa di zaman modern ini olahan sambal peccel instan original yang tanpa pengawet dan pewarna buatan sendiri sudah jarang sehingga ini bisa menjadi peluang yang cukup bagus dalam pemasarannya, apalagi produk ini merupakan sambal peccel instan dengan variasi baru yang bisa membuat konsumen tertarik untuk mencobanya terutama anak usia dini.
 - c. Tahap terakhir adalah pemilihan bahan dan rempah-rempah yang berkualitas yang akan diproduksi. Tahap ini sangat penting karna pemilihan bahan yang bagus sangat mempengaruhi hasil dari produksi.
2. Proses (Produksi)
 - a. Siapkan bahan-bahan sambal pecel seperti ;
 1. Kacang tanah goreng
 2. Gula merah
 3. Cabai besar dan kecil
 4. Garam
 5. Terasi bakar
 6. Kencur
 7. Daun jeruk
 8. Bawang putih
 9. Air asam jawa
 - b. Kemudian haluskan bawang putih, cabai, terasi bakar, garam, kencur sampai halus
 - c. Lalu tambahkan kacang goreng dan dihaluskan kembali
 - d. Setelah dirasa halus, tambahkan gula merah dan air asam jawa.
3. Output
Output dari produksi yang kami buat ini adalah pengolahan kacang tanah menjadi sambal pecel instan sebagai makanan tambahan untuk anak usia dini.
4. Evaluasi
Tahap ini yang akan kami lakukan adalah mengevaluasi pada saat produksi produk kami telah selesai. Tahap Evaluasi ini berisikan laporan mulai dari tahap pra produksi sampai produksi selesai. Tahap pelaporan ini kami buat sebagai tahap evaluasi peningkatan sambal pecel instan menjadi makanan tambahan untuk anak usia dini.

B. Proses Produksi

Tahap-tahap yang harus dilakukan dalam membuat sambal pecel instan dari kacang tanah adalah sebagai berikut:

1. Siapkan semua alat dan bahan diatas
2. Letakkan wajan diatas kompor dengan di berikan minyak goreng secukupnya (sesuaikan dengan banyaknya kacang tanah yang akan di goreng)
3. Setelah kacang tidak meletup-letup lagi dan terlihat agak kecoklatan segera tiriskan
4. Kemudian sangrai cabai, bawang putih, bawang merah,terasi bakar (opsional)
5. Tumbuk halus no.4 dengan ditambahkan garam, kencur, asam dan irisan tipis daun jeruk
6. Koreksi rasa
7. Setelah itu, campurkan no.2 dan tumbuk halus kembali
8. Setelah tercampur rata dan terlihat sudah agak halus, tambahkan irisan gula merah secukupnya
9. Hasil sambal akan menyatu, ulet, dan terlihat agak basah
10. Koreksi rasa
11. Kemudian siapkan cup-cup plastik yang telah di sediakan
12. Masukkan menggunakan sendok lidah buaya dan timbang sebanyak 200gram/cup
13. Tutup dengan rapat, berikan label, simpan di dalam kulkas untuk menjaga keawetan produk
14. Produk siap jual



Gambar 2. Proses pembuatan pecel

3. Output

Adapun hasil dari sambal pecel instan rasa original kami adalah sebagai berikut :



Gambar 3. Hasil pecel instan

4. Evaluasi

Tahap ini yang akan kami lakukan adalah tahap evaluasi yang akan di lakukan pada saat produksi produk kami telah selesai. Tahap evaluasi ini berisikan respon, komentar dan saran yang di berikan oleh konsumen dan pihak yang lebih berpengalaman.



Gambar 4. Proses Produksi

SIMPULAN

Kacang tanah ini memiliki banyak manfaat dan dapat di olah menjadi berbagai macam camilan serta sebagai bahan makanan untuk dijadikan lauk pauk, salah satunya adalah pecel. Sambal pecel merupakan makanan yang menggunakan kacang tanah sebagai bahan utamanya yang dicampur dengan beberapa bahan-bahan rempah lainnya. Sambal pecel ini dapat dijadikan makanan tambahan untuk anak usia dini, sebagai olahan agar anak usia dini bisa menikmati makan sayur melalui olah sambal pecel yang tentunya memiliki nilai gizi yang sehat untuk anak.

SARAN

Sebagai mahasiswa diajarkan untuk bisa kreatif dalam mengelola bahan makanan yang variatif untuk menambah selera makan anak usia dini dengan tetap memperhatikan nutrisi yang terkandung sehingga dapat membantu menunjang pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini. Dan dari produk tersebut mahasiswa bisa menghasilkan uang dan menjadi usaha yang berkelanjutan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Demikianlah hasil produk kami, kami ucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada dosen pembimbing kami yang telah memberikan pengarahan selama proses pembuatan artikel kami. Dan ucapan terima kasih juga kepada teman sekelompok yang terlibat dalam proses pembuatan artikel dan produk ini sehingga dapat terselesaikan sesuai kadar waktunya. Serta ucapan terima kasih juga kepada teman-teman yang lain atas saran dan kritiknya untuk produk yang kami buat ini guna untuk memotivasi kalian untuk berkereasi dalam mengolah makanan dan berkreasi untuk membuat produk tersebut berharga dan dapat nilai dijual.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, S. T. . (2020). Manfaat Dan Efek Samping Komsumsi Kacang Tanah.
- Fahimah, I. (2019). Kewajiban Orang Tua Terhadap Anak Dalam Perspektif Islam. *Hawa*, 1(1).
- Januariani. (2018). *Tulungagung Dalam Rasa* (3rd Ed.). Deepublish.
- Prof. Dr. Ir. Wastawan, M. (2009). *Sehat Dengan Hidangan Kacang Dan Biji-Bijian*. (P. Swadaya, Ed.). Bogor: Niaga Swadaya.
- Puspita Sari, I. A., & Nabhan, S. (2019). Produk Olahan Sehat Pecel Sangrai Desa Tulangan. *Jurnal Abadimas Adi Buana*, 3(1), 31–38. <https://doi.org/10.36456/Abadimas.V3.I1.A1929>
- Samosir, O. M., Marpaung, R. G., & Laia, T. (2019). Respon Kacang Tanah (*Arachis Hypogaea L*) Terhadap Pemberian Unsur Mikro. *Jurnal Agrotekda*, 3(2), 74–83.
- Soewito. (2013). Pendidikan Kesehatan Unsur Utama Dalam Pendidikan Anak Usia Dini. *Cakrawala Pendidikan*, 11(2), 50–57.
- Uce, L. (2018). Pengaruh Asupan Makanan Terhadap Kualitas Pertumbuhan Dan Perkembangan Anak Usia Dini. *Bunayya Jurnal Pendidikan Anak*, 4(2), 79–92.