

Edukasi dan Pelatihan Pangan Alternatif Sebagai Upaya Diversifikasi Konsumsi Masyarakat Perkotaan

Education and Training on Alternative Foods to Promote Diversified Consumption in Urban Communities

Rani Andriani Budi Kusumo*, Anne Charina, Gema Wibawa Mukti

Departemen Sosial Ekonomi Pertanian Universitas Padjadjaran
Jl. Raya Ir. Soekarno Km. 21 Jatinangor, Sumedang, Jawa Barat

*Email: rani.andriani@unpad.ac.id

(Diterima 05-08-2025; Disetujui 22-09-2025)

ABSTRAK

Diversifikasi konsumsi pangan merupakan salah satu upaya untuk meningkatkan ketahanan pangan dan mengurangi ketergantungan pada jenis pangan tertentu, khususnya di wilayah perkotaan. Namun, kurangnya keterampilan mengolah pangan alternatif menjadi kendala dalam penerapannya. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan kesadaran masyarakat perkotaan dalam memanfaatkan pangan alternatif, termasuk bahan pangan yang selama ini dianggap sebagai limbah. Kegiatan dilaksanakan di Kelurahan Antapani Tengah Kecamatan Antapani Kota Bandung, dengan melibatkan 25 orang anggota PKK. Kegiatan pelatihan dilaksanakan dengan metode ceramah dan praktek. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan keterampilan peserta. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa kegiatan ini cukup efektif untuk mendorong diversifikasi konsumsi masyarakat perkotaan, dan juga mendorong peluang usaha berbasis pangan berkelanjutan. Keberhasilan kegiatan ini tidak lepas dari partisipasi masyarakat sejak dari perencanaan kegiatan hingga ke tahap evaluasi.

Kata kunci: edukasi, pelatihan, diversifikasi konsumsi, perkotaan

ABSTRACT

One approach to improving food security and reducing dependence on certain types of food is to diversify food consumption, particularly in urban areas. However, a lack of skills in processing alternative foods poses a significant challenge to its implementation. This community service program aimed to enhance the knowledge, skills, and awareness of urban communities in utilizing alternative foods, including ingredients typically regarded as waste. The activity was conducted in Antapani Tengah Sub-district, Antapani District, Bandung City, and involved 25 members of the PKK. Training was delivered through a combination of lectures and hands-on practice. The results showed improvements in participants' knowledge and skills. The evaluation indicated that the program effectively promoted food diversification and created opportunities for sustainable food-based enterprises within urban communities. Active community participation from the planning stage through to the evaluation stage was a key factor in the success of this program.

Keywords: education, training, diversification of consumption, urban

PENDAHULUAN

Jumlah penduduk yang tinggal di wilayah perkotaan terus mengalami peningkatan seiring dengan meningkatnya laju urbanisasi. Badan Pusat Statistik menyebutkan pada Tahun 2025 lebih dari separuh penduduk Indonesia tinggal di perkotaan, dan diproyeksikan jumlahnya akan terus meningkat, dengan perkiraan hampir mencapai 70 persen pada Tahun 2035 (Badan Pusat Statistik, 2025). Hal ini tentunya membawa dampak dan tantangan untuk menciptakan sistem konsumsi yang berkelanjutan.

Pola hidup masyarakat perkotaan juga terlihat pada pola konsumsi yang semakin beragam. Tren konsumsi masyarakat perkotaan cenderung bergeser dari sumber pangan tradisional kepada makanan modern seperti makanan cepat saji (Suci et al., 2024; Tasya Jadidah et al., 2023). Hal ini berdampak pada kecukupan gizi dan juga kerentanan pangan di perkotaan, yang dapat disebabkan oleh terjadinya kendala produksi ataupun distribusi.

Diversifikasi konsumsi pangan menjadi salah satu upaya dalam mewujudkan ketahanan pangan dan mendukung gaya hidup sehat di kawasan perkotaan (Yekti & Suryaningsih, 2024). Diversifikasi

konsumsi pangan mengacu kepada upaya menganeekaragamkan jenis pangan yang dikonsumsi untuk meningkatkan kualitas gizi masyarakat (Ariani & Ashari, 2016). Diversifikasi konsumsi dapat dilakukan dengan memanfaatkan sumber pangan alternatif, seperti bahan pangan lokal dan limbah pangan yang dapat diolah menjadi produk bernilai tambah. Dalam hal ini, pangan alternatif dapat mencakup sumber karbohidrat non-beras, protein nabati dari bahan lokal, serta pemanfaatan bagian bahan pangan yang selama ini diabaikan atau dianggap limbah, seperti kulit singkong, kulit pisang, batang brokoli, atau ampas kedelai (Indriyati et al., 2022; Septifani & Umam, 2018). Berbagai inovasi ini tidak hanya mampu memperluas diversifikasi konsumsi masyarakat, tetapi juga mendukung prinsip *zero waste* dan keberlanjutan pangan.

Salah satu tantangan yang dihadapi dalam pemanfaatan pangan alternatif adalah kurangnya pemahaman dan keterampilan masyarakat perkotaan. Banyak masyarakat yang belum menyadari dan mengetahui potensi pengolahan bahan pangan lokal menjadi menu sehat dan bernilai ekonomi. Minimnya literasi pangan ini membuat perilaku konsumsi masyarakat cenderung boros, menghasilkan limbah dalam jumlah besar, dan mengandalkan pangan praktis yang kurang bergizi. Oleh karena itu, dibutuhkan upaya yang terarah untuk meningkatkan kesadaran dan keterampilan masyarakat mengenai diversifikasi konsumsi melalui pemanfaatan pangan alternatif.

Edukasi dan pelatihan menjadi kunci dalam mengubah pola pikir dan perilaku konsumsi masyarakat. Edukasi bertujuan menanamkan pemahaman mengenai pentingnya diversifikasi pangan, nilai gizi pangan alternatif, serta dampak positifnya bagi kesehatan, ekonomi rumah tangga, dan lingkungan. Sementara itu, pelatihan difokuskan pada keterampilan praktis dalam mengolah bahan pangan alternatif menjadi menu siap konsumsi atau produk olahan yang memiliki potensi nilai jual. Kegiatan edukasi dan pelatihan diharapkan dapat membentuk perilaku yang lebih berkelanjutan pada masyarakat perkotaan. Selain meningkatkan ketahanan pangan rumah tangga, kegiatan edukasi dan pelatihan pangan alternatif juga berpotensi memberikan dampak ekonomi. Produk olahan berbasis pangan alternatif, dapat dikembangkan menjadi usaha mikro yang bernilai jual. Dengan demikian, pengembangan pangan alternatif tidak hanya menyentuh aspek konsumsi, tetapi juga dapat memperkuat ekonomi keluarga dan komunitas.

Melalui kegiatan ini, diharapkan masyarakat perkotaan tidak hanya memperoleh pengetahuan baru, tetapi juga keterampilan praktis untuk menerapkan diversifikasi pangan dalam kehidupan sehari-hari. Dalam jangka panjang, keberhasilan program ini akan mendukung terwujudnya kota yang lebih tangguh dalam menghadapi tantangan pangan, sekaligus lebih sadar lingkungan.

BAHAN DAN METODE

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) ini dilaksanakan di Kelurahan Antapani Tengah Kota Bandung. Mitra dalam kegiatan ini adalah anggota PKK RW 19, sebanyak 25 orang. Tahapan pertama yang dilakukan dalam kegiatan ini adalah mengidentifikasi permasalahan yang dihadapi oleh mitra, yang dilakukan melalui *focus group discussion* (FGD) dengan beberapa tokoh masyarakat. Berdasarkan hasil identifikasi permasalahan, tim PKM bersama dengan mitra merancang tujuan yang ingin dicapai, dan kemudian menyusun rencana kegiatan. Dengan melibatkan mitra mulai dari tahap awal kegiatan PKM bertujuan untuk meningkatkan keberlanjutan dari program ini. Hal ini sejalan dengan Roba Gamo et al. (2022); dan Swaminathan N et al. (2003) yang menjelaskan bahwa partisipasi masyarakat memastikan bahwa kegiatan pembangunan menjadi lebih efektif dan berkelanjutan dengan menyelaraskan kegiatan tersebut dengan kebutuhan dari masyarakat.

Apapun tujuan yang ingin dicapai melalui kegiatan ini adalah meningkatnya kesadaran dan pengetahuan masyarakat mengenai potensi pangan alternatif, dan juga meningkatnya keterampilan peserta dalam mengolah pangan alternatif, terutama dalam pengolahan kulit singkong. Kulit singkong dipilih sebagai salah satu contoh pangan alternatif, didasarkan pada pertimbangan bahwa bahan tersebut relatif mudah didapatkan di perkotaan, dan singkong merupakan bahan pangan yang cukup familier untuk diolah menjadi berbagai macam panganan.

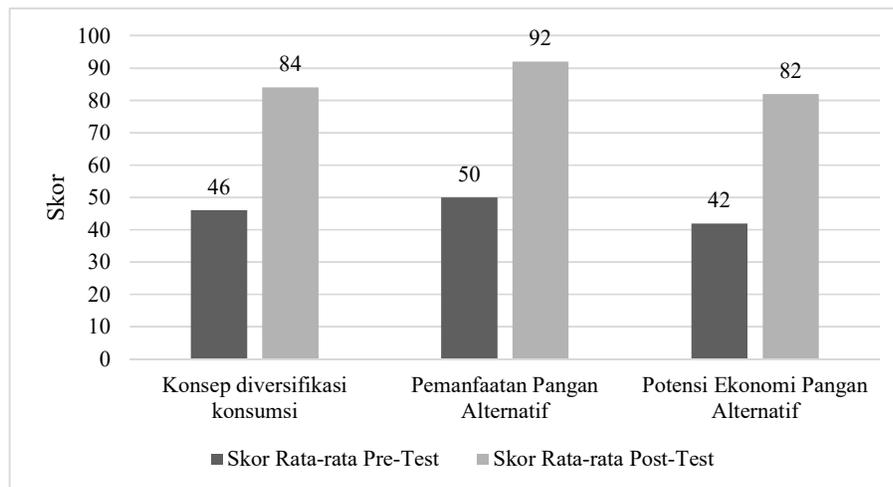
Tahapan selanjutnya adalah pelaksanaan kegiatan. Kegiatan dilaksanakan dengan metode ceramah dan juga praktek. Ceramah dilakukan untuk menyampaikan materi mengenai pentingnya diversifikasi konsumsi, jenis dan kandungan gizi bahan pangan alternatif, serta peluang bisnis pengolahan pangan alternatif. Kegiatan ceramah juga disertai dengan diskusi interaktif, dan penayangan video mengenai inovasi pangan alternatif di berbagai daerah. Selanjutnya, kegiatan

dilaksanakan dengan pelatihan teknis dalam bentuk demonstrasi dan praktik langsung mengolah kulit singkong menjadi keripik dan bola-bola kulit singkong. Pada kegiatan ini, peserta dilibatkan dalam setiap proses mulai dari persiapan bahan, pengolahan, serta teknik pengemasan sederhana. Monitoring dan evaluasi dilakukan bersama-sama dengan mitra, untuk menilai efektivitas kegiatan yang dilaksanakan. Hasil evaluasi ini menjadi dasar untuk perbaikan program di masa mendatang sekaligus memberikan gambaran potensi replikasi di wilayah lain.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tahap awal kegiatan dimulai dengan edukasi mengenai diversifikasi konsumsi, pentingnya pemanfaatan pangan alternatif, dan dampak positifnya terhadap kesehatan, lingkungan, serta ekonomi rumah tangga. Pada sesi diskusi, terungkap bahwa sebagian besar peserta sebelumnya memiliki kebiasaan bagian pangan yang sebenarnya masih bisa diolah. Sejalan dengan hal tersebut, FAO (2011, 2019) menyebutkan bahwa tingkat literasi pangan masyarakat masih relatif rendah, sehingga limbah pangan sering kali dibuang meskipun memiliki potensi untuk dimanfaatkan. Peserta antusias dengan pengetahuan baru yang didapatkan, dan antusias untuk mengolah bahan pangan yang selama ini dianggap tidak bermanfaat. Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan yang dilakukan mampu meningkatkan kesadaran peserta mengenai potensi pangan alternatif.

Berdasarkan skor saat *pre-test*, diketahui bahwa sebagian besar peserta belum memahami mengenai konsep diversifikasi pangan, belum memahami cara pengolahan bahan pangan yang dianggap sebagai limbah dan belum memahami potensi ekonomi dari limbah pangan. Setelah pemberian materi, hasil *post-test* menunjukkan peningkatan skor peserta rata-rata sebesar 87 persen (Gambar 1). Hal ini menunjukkan bahwa materi yang disampaikan cukup efektif untuk meningkatkan pengetahuan peserta. Peserta memahami bahwa limbah pangan, seperti kulit singkong, dapat diolah menjadi produk pangan bernilai gizi dan ekonomi.



Gambar 1. Hasil Evaluasi Tingkat Pengetahuan Peserta

Pelatihan teknis dilaksanakan melalui kegiatan praktik pengolahan kulit singkong menjadi keripik dan bola-bola kulit singkong. Kegiatan diawali dengan demonstrasi oleh tim PKM, dilanjutkan dengan praktik langsung oleh peserta. Evaluasi keterampilan menunjukkan bahwa 90% peserta mampu mengikuti tahapan pengolahan dengan benar. Hasil ini menunjukkan bahwa pelatihan yang diberikan melalui praktik langsung efektif untuk meningkatkan keterampilan. Hal ini sejalan dengan penelitian Abdul et al. (2016); serta Gopalan (2025) yang menjelaskan bahwa pelatihan melalui praktik langsung lebih efektif dalam meningkatkan keterampilan teknis dan retensi jangka panjang dibandingkan hanya menggunakan metode ceramah saja. Beberapa peserta bahkan memodifikasi resep sesuai selera dan ketersediaan bahan, seperti menambahkan rempah untuk meningkatkan cita rasa. Pelatihan ini juga dilengkapi dengan pengenalan teknik pengemasan sederhana menggunakan plastik vakum dan label produk.

Hasil wawancara mendalam dengan peserta menunjukkan adanya perubahan pola pikir dan perilaku konsumsi. Peserta menjadi lebih sadar akan pentingnya mengurangi limbah pangan dan mulai menerapkan diversifikasi menu di rumah tangga. Perubahan ini memperkuat persepsi bahwa pangan alternatif bukan sekadar makanan darurat, melainkan bagian dari pola makan sehat dan kreatif. Meskipun demikian, kegiatan ini juga menghadapi sejumlah tantangan, terutama mengenai ketersediaan bahan pangan alternatif yang berkualitas, seperti kulit singkong segar, tidak selalu mudah ditemukan di pasar perkotaan.

Secara umum, hasil kegiatan ini menunjukkan bahwa edukasi dan pelatihan mampu mendorong perubahan perilaku konsumsi masyarakat perkotaan ke arah yang lebih beragam dan berkelanjutan. Dampak positif yang terukur mencakup peningkatan pengetahuan dan keterampilan mengolah pangan alternatif. Sejalan dengan hal tersebut, FAO (2011) menyebutkan bahwa peningkatan literasi pangan melalui pendekatan partisipatif dapat mengurangi limbah pangan sekaligus memperkuat ketahanan pangan di perkotaan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini menunjukkan bahwa kegiatan edukasi dan pelatihan pangan alternatif cukup efektif untuk mendorong diversifikasi konsumsi masyarakat perkotaan, dan juga mendorong peluang usaha berbasis pangan berkelanjutan. Keberhasilan kegiatan ini tidak lepas dari partisipasi masyarakat sejak dari perencanaan kegiatan hingga ke tahap evaluasi.

Sebagai upaya tindak lanjut, pendampingan pasca pelatihan juga perlu terus dilakukan untuk menjaga konsistensi penerapan diversifikasi konsumsi di rumah tangga. Untuk mendorong manfaat ekonomi dari usaha berbasis pangan alternatif, dirasakan perlu dilakukan penguatan aspek pemasaran, untuk menciptakan peluang pasar dari produk olahan pangan alternatif.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul, B., Adesope, O. O., Thiessen, D. B., & Van Wie, B. J. (2016). Comparing the effects of two active learning approaches. *International Journal of Engineering Education*, 32(2), 654–669.
- Ariani, M., & Ashari, N. (2016). Arah, Kendala dan Pentingnya Diversifikasi Konsumsi Pangan di Indonesia. *Forum Penelitian Agro Ekonomi*, 21(2), 99. <https://doi.org/10.21082/fae.v21n2.2003.99-112>
- Badan Pusat Statistik. (2025). *Persentase Penduduk Daerah Perkotaan Hasil Proyeksi Penduduk menurut Provinsi, 2015 - 2035*. <https://www.bps.go.id/id/statistics-table/1/MTI3NiMx/persentase-penduduk-daerah-perkotaan-hasil-proyeksi-penduduk-menurut-provinsi--2015---2035.html>
- FAO. (2011). *Global Food Losses and Food Waste- Extent, Causes and Prevention*. FAO. <https://doi.org/10.4337/9781788975391>
- FAO. (2019). The State of Food and Agriculture 2019. Moving forward on food loss and waste reduction. In *Chemistry and Industry (London)* (Vol. 83, Issue 2). FAO. https://doi.org/10.1002/cind.832_8.x
- Gopalan, C. (2025). Enhancing student learning with flipped teaching and retrieval practice integration. *Advances in Physiology Education*, 49(1), 147–153. <https://doi.org/10.1152/ADVAN.00080.2024>
- Indriyati, O., Nurrahmania, V., & Wibowo, T. (2022). Pengolahan Limbah Kulit Singkong Sebagai Upaya Mengurangi Pencemaran Lingkungan. *Jurnal Pengolahan Pangan*, 7(1), 33–37.
- Roba Gamo, B., Woldeamanuel Habebo, T., Tsegaye Mekonnen, G., & Park, D. B. (2022). Determinants of community participation in a watershed development program in Southern Ethiopia. *Community Development*, 53(2), 150–166. <https://doi.org/10.1080/15575330.2021.1946576>
- Septifani, R., & Umam, K. (2018). Pemanfaatan Ampas Kedelai Sebagai Produk Pangan dengan Nilai Tambah Ekonomis di UKM Susu Kedelai Kota Batu. *Journal of Innovation and Applied Technology*, 04(02), 784–788.
- Suci, S. E., Putri, I. E., & Fazriah, H. (2024). Hubungan Enabling dan Predisposing Pola Konsumsi

- Fast Food pada Remaja Usia 16-18 Tahun di SMAN 6 Kabupaten Tangerang. *Jurnal Ilmu Gizi Dan Dietetik*, 3(2), 140–146. <https://doi.org/10.25182/jigd.2024.3.2.140-146>
- Swaminathan N, Maruthamuthu A, & Kumar, J. H. R. (2003). Community participation in development: Shortcomings and beneficial solutions. *Indian Journal of Social Work*, 64(4), 559–566.
- Tasya Jadidah, I., Anisah, N., Nabila Zakiyah, A., Kumala Sari, E., Dewi, M., & Panca Putri, S. (2023). Pengaruh Pola Konsumsi Masyarakat Urban Dan Dampaknya Terhadap Lingkungan. *SIGNIFICANT: Journal Of Research And Multidisciplinary*, 2(02), 242–251. <https://doi.org/10.62668/significant.v2i02.876>
- Yekti, G. I. A., & Suryaningsih, Y. (2024). Diversifikasi Konsumsi Pangan Rumah Tangga Pedesaan dan Perkotaan (Studi Kasus Kecamatan Panji Kabupaten Situbondo). *Cermin :Jurnal Penelitian*, 1(2), 11–22.