

# Pembuatan Bolu Labu Kuning Sebagai Makanan Bergizi Pada Abdimas RW 04 Medayu Selatan Surabaya

Susilowati\*<sup>1</sup>, Retno Dewati<sup>2</sup>, Lucky Indrati Utami<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Magister Ilmu Lingkungan, Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jawa Timur, Surabaya, Indonesia

<sup>2</sup> Teknik Kimia, Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jawa Timur, Surabaya, Indonesia

**Abstrak-** Pengabdian Masyarakat pada program penyuluhan yang telah di adakan di Balai RW 04 Medayu Selatan, Kelurahan Medokan Ayu Surabaya. Tepatnya pada hari Sabtu tanggal 4 Juni 2022 program penyuluhan yang diikuti tim penyuluh dari program studi pertanian, teknik Kimia dan Ilmu lingkungan memberikan penyuluhan pada Ibu-ibu PKK RW 04 Medayu Selatan Surabaya. Adapun Tema yang di sampaikan dalam penyuluhan pada waktu itu yaitu Pelatihan pembuatan makanan dari produk pertanian dan kegiatan pemeliharaan/ perawatan, pemupukan tanaman. Program penyuluhan ini merupakan kegiatan yang sudah berjalan lama antara ibu-ibu PKK dengan tim penyuluh. Sebagaimana tim penyuluh memberikan metode-metode penyuluhan yang bermanfaat bagi ibu-ibu PKK, khususnya didesa Medokan ayu ini. Pembuatan bolu labu kuning dan cara pengolahannya dipresentasikan oleh tim penyuluh pada ibu-ibu PKK di Balai RW 04 surabaya. Di Indonesia tanaman labu kuning banyak tumbuh, dan penanamannya juga tidak sulit, pembibitannya, perawatannya serta dapat menambah nilai ekonomis. Tanaman labu kuning (*cucurbita moschata*) mudah di perbanyak dengan menanam pada halaman rumah atau lahan pekarangan yang kosong.

**Kata kunci:** Bolu Labu kuning, Makanan, Gizi

## 1. PENDAHULUAN

Labu kuning (*cucurbita moschata*) di Jawa dikenal dengan nama waluh kuning, di Inggris di sebut dengan pumpkin, di Jawa Barat disebut labu parang, dan dikenal juga dengan nama labu merah dan labu manis [1]. Labu kuning termasuk bahan pangan lokal yang mengandung 94 % air dan rendah kalori. Labu kuning juga mengandung gizi tinggi serta baik untuk kesehatan karena banyak mengandung vitamin A, vitamin C,

vitamin K, serat dan nutrisi lainnya. Labu kuning banyak mengandung mineral yaitu kalium, zat besi, fosfor, dan magnesium [2].

Menurut Data Statistik pada tahun 2014, produksi labu kuning melimpah di Indonesia serta produksinya setiap tahun mengalami kenaikan yaitu sebesar 428,197 ton pada tahun 2011 dan meningkat menjadi 523,063 ton pada tahun 2014. Dilihat dari data yang ada, tidak ada keseimbangan antara produksi dan pemanfaatannya, sehingga produksi dari labu kuning banyak yang tidak termanfaatkan sepenuhnya (Podomoro university). Substitusi labu kuning ke dalam kue bolu akan memberikan cita rasa yang enak serta lebih lembut. Sebagaimana yang pasti kalau labu kuning bisa mengurangi juga jumlah adonan tepung yang ada pada kue tersebut. Kue bolu adalah jenis makanan/roti yang dipanggang (oven) dengan suhu kurang lebih 120 °C selama 45 menit. Kue bolu ini disukai oleh berbagai kalangan masyarakat, karena rasanya yang lezat serta lembut.

Bagaimana cara mengolah kue bolu yang enak dan tidak bantat, serta warna kue bolu yang dapat menggugah selera. Ada syarat-syarat tertentu dalam pembuatan kue bolu labu kuning diantaranya : 1. Bolu labu kuning dibuat berwarna kuning kecoklatan, memiliki aroma khas roti yang harum dan teksturnya kering. 2. Rasanya lezat dan manis serta tampilannya bagus. 3. Kue bolu labu kuning memiliki bentuk yang bermacam-macam, tergantung selera. Pendapat dari Arisandi [3] Aroma pada kue merupakan instrumen yang berperan agar dapat mengetahui tingkat kesukaan dalam menentukan kelezatan makanan tersebut. Aroma juga merupakan faktor penentuan mutu pada kue. Untuk mendapatkan formulasi kue bolu yang tepat, yaitu dengan menambahkan puree labu kuning pada kue bolu berdasarkan karakteristik sensoris dan daya kembang [4].

Labu kuning cocok untuk ditambahkan kedalam produk makanan untuk meningkatkan kandungan nutrisi. Menurut literatur yang ada, penambahan labu kuning untuk kue bolu kukus ditambahkan sekitar 10-20 %. Hal ini dilihat dari kandungan protein, lemak dan karbohidrat. Sehingga adonan kue bolu labu kuning, bila di buat menjadi kue akan terasa empuk dan padat. Tepatnya pada tanggal 4 juni 2022 telah diadakan penyuluhan di Balai RW 04 Medayu Selatan Surabaya, Kerja sama oleh tim penyuluhan dengan ibu-ibu PKK Medayu Selatan. Adapun manfaat dari penyuluhan ini, tentunya dapat meningkatkan nilai tambah pada ibu-ibu PKK, dan dapat membuat kue bolu labu kuning untuk dijual atau dikonsumsi sendiri. Demikian juga dari tim penyuluh dapat memberikan ilmunya serta bermanfaat bagi masyarakat didaerah tersebut.

Kue bolu labu kuning merupakan kue yang dipanggang (di oven) terbuat dari tepung dan campuran bahan lainnya seperti gula, susu dan telur. Di Perancis disebut dengan cake, dan beberapa jenis cake lainnya yang kaya buah-buahan. Di negara Inggris dan Amerika, terdapat jenis cake yang menunjukkan jenis kue seperti sponge cake, chocolate cake, christmas cake dan lain-lain. Pembuatan pada kue/cake berbeda, tergantung jenis cake yang akan dibuat serta perbandingan bahan bakunya. Pembuatan cake dapat dikatakan

berhasil apabila: bahan baku yang bermutu tinggi, proses pencampuran adonan beserta cara pembuatannya benar, dan waktu untuk memanggang dan temperatur yang tepat [5]. Dalam pengolahannya kue bolu labu kuning memiliki cita rasa yang khas serta tingkat kematangannya baik. Kue bolu labu kuning memiliki rasa yang manis, aroma harum, teksturnya lembut serta memiliki warna kuning.

## 2. METODE

Kegiatan penyuluhan ini dilakukan oleh tim penyuluh dari program studi pertanian, teknik kimia dan Ilmu lingkungan UPN “Veteran” Surabaya. Sesuai dengan tema yang diberikan kepada ibu-ibu PKK RW 04 Medayu Selatan kosagraha yaitu salah satunya pembuatan bolu labu kuning sebagai makanan kaya akan gizi. Adapun cara pembuatan bolu labu kuning adalah sebagai berikut: 150 gram labu kuning dimasak/kukus, setelah dingin baru dihaluskan kemudian sisihkan, 165 gram tepung, 3 butir telur, 150 gram gula halus, 1 bungkus susu bubuk, 140 gram margarin yang sudah dicairkan, pengembang SP dan baking powder, 1 cupu vanili, keju parut untuk taburan diatas kue atau topping. Bahan baku dalam pembuatan kue bolu labu kuning yaitu: Labu kuning (pumpkin), Tepung, gula halus, telur ayam, susu bubuk dan pengembang.



Gambar 1: (a) Tim Penyuluh. (b) Kehadiran Ibu PKK. (c). Foto bersama dengan Ketua RW

Metode Pembuatan : Sediakan nampan roti yang sudah diolesi dengan mentega lalu ditaburi dengan tepung dan sisihkan. Telur, gula, SP dan baking powder (pengembang), dicampur dan dimixer hingga putih, masukan labu kuning yang sudah dihaluskan dan aduk – aduk sebentar, kemudian tepung, vanili, susu bubuk atau susu kental manis dimasukkan dan aduk – aduk lagi, dan terakhir masukan mentega cair, aduk – aduk sebentar biar tercampur rata. Kemudian baru dimasukan ke loyang atau nampan kue. Masukan nampan yang telag terisi adonan kue kedalam alat pemanggang dengan temperatur 150 °C dan panaskan selama 30 sampai 40 menit.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kue bolu labu kuning merupakan kue panggang yang berbahan dasar tepung, labu kuning, gula halus, telur ayam dan susu bubuk atau susu kental manis. Kue bolu labu kuning sudah populer bagi masyarakat Indonesia. Kue bolu labu kuning banyak disukai terutama anak-anak dan juga orang dewasa, karena

teksturnya lembut dan rasanya juga enak . Kue bolu labu kuning mudah untuk dibuat sebagai makanan dan tepat sebagai teman saat minum teh. Kue bolu labu kuning biasanya dihidangkan dalam bentuk potongan kecil yang di atasnya diberi hiasan dengan parutan keju ataupun disajikan dengan ukuran sesuai cetakan yang digunakan. Pada perkembangannya, labu kuning dapat substitusikan kedalam cake/kue yang lain seperti : kacang polong merah , singkong, kedelai dan lain-lain. Selain dapat mengurangi konsumsi tepung dan juga bermanfaat untuk meningkatkan nilai gizi serta memiliki indeks glikemik yang rendah [6]. Secara umum, dengan mensubstitusi bahan-bahan ke dalam cake /kue dapat mengurangi pemakaian tepung sekitar 10 – 15%.

### 3.1 Tepung

Tepung merupakan bahan dasar utama pada pembuatan kue bolu labu kuning sebagai pembentuk tekstur kue. Tepung yang digunakan adalah sejenis gandum yang mempunyai kandungan protein sekitar 7 – 9 %. Adapun ketentuan tepung pada pembuatan kue adalah tepung yang bersih, tidak berbau serta kering. Tepung dalam pembuatan kue mempunyai fungsi untuk membentuk tekstur serta dapat menahan bahan-bahan yang lain (Suharjito, 2005).

### 3.2 Telur Ayam

Telur adalah bahan makanan yang mempunyai gizi protein hewani. Telur berfungsi sebagai tekstur pada susunan kue, serta dapat memberikan warna yang baik pada kue, bergizi tinggi, sebagai pengembang pada kue, sebagai pengikat bahan-bahan lain dan menambah keharuman serta rasa kue [7].

### 3.3 Gula/Pemanis

Gula adalah merupakan karbohidrat yang digunakan sebagai pemanis pada kue, tetapi dalam industri pangan biasanya dinyatakan sukrosa. Gula yang digunakan pada pembuatan kue menurut suharjito (2005) adalah gula pasir yang sudah dihaluskan atau gula halus dan bersih, kering, warnanya putih, kualitasnya mengandung 99,8 % sukrosa [7].

### 3.4 Emulsifier.

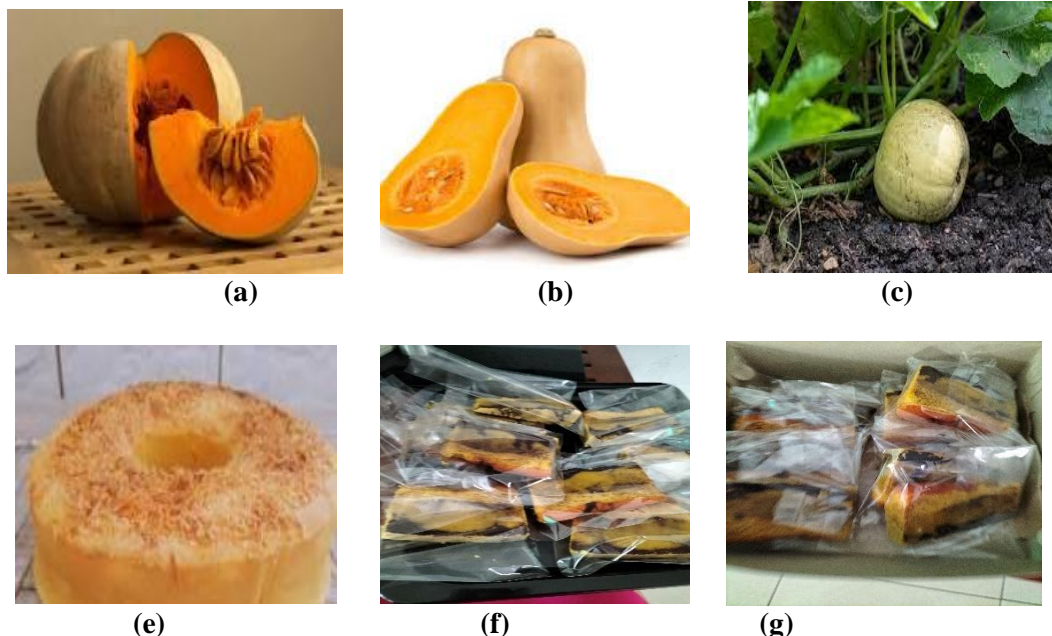
Emulsifier dipakai sebagai stabilisator adonan kue, untuk menyatukan susu dan lemak, serta dapat membantu aerasi dan juga dapat meningkatkan stabilitas adonan. Pemakaian emulsifier untuk kue berfungsi mengembangkan kue, dapat mengemulsi bahan-bahan supaya dapat tercampur sempurna dan dapat mengembang. Keuntungan dari bahan ini adalah lebih ekonomis , karena bahan telur bisa dikurangi. Sehingga adonan tetap stabil meskipun lama belum dimasukkan kedalam oven atau tempat memanggang, serta pengocokkan lebih singkat karena adonan cepat mengembang (Royani, 2012).

### 3.5 Susu Bubuk

Susu bubuk bisa digunakan dalam pembuatan kue bolu labu kuning. Dapat juga menggunakan susu kental manis ataupun susu murni. Susu dapat menambah gizi dan membangkitkan rasa serta aroma pada kue. Cairan susu dapat membantu mengontrol kerak cake.

### 3.6 Pemanggangan

Pada pemanggangan kue yang penting untuk diperhatikan adalah temperatur, serta pada proses pemanggangannya. Kedua hal ini tergantung pada beberapa faktor, yaitu ukuran pada kue, kekentalan adonan, kualitas bahan kue, pencampuran dan pengadukan, banyaknya kue yang akan dipanggang. Temperatur pemanggangan setiap jenis kue berbeda tergantung jenis, ukuran kue dan jumlah kue yang dipanggang. Kue yang mengandung banyak margarin, biasanya dapat dilihat pada bagian pinggirnya yang telah terkelupas dari nampan dan pada bagian atas kue menjadi padat saat ditekan.



Gambar 2: (a) Labu kuning yang sudah matang. (b) Labu madu. (c) Tanaman labu kuning. (e) kue bolu labu kuning. (f) dan (g) Penyajian kue bolu labu kuning

## 4. KESIMPULAN

Penyuluhan yang telah diadakan dibalai RW 04 Medayu Selatan oleh tim penyuluh dari prodi pertanian, teknik kimia dan Ilmu lingkungan membuahkan hasil yang menggembirakan. Ibu-ibu PKK dengan sabar dan semangat untuk mendengarkan presentasi dari tim penyuluh sesuai dengan materi program yang diberikan. Abdimas dengan metode penyuluhan ini, yang setiap tahunnya dilakukan dengan bekerja sama Ibu PKK RW 04 Medayu Selatan Surabaya, yang juga merupakan kelompok tani kosagrha lestari telah merasakan manfaat dari kegiatan tersebut. Dari hasil kusioner ibu-ibu PKK kosagrha menyatakan bahwa telah mengimplementasikan ilmu yang diperoleh dari abdimas penyuluhan ini. Pembuatan bolu labu kuning, bila ditinjau dari segi ekonomi dimana produknya yaitu kue bolu labu kuning, dapat di aplikasikan untuk dijual sehingga akan menambah income bagi ibu-ibu PKK Medayu Selatan Kosagrha tersebut. Labu kuning adalah tanaman yang mudah tumbuh dan bibitnya juga mudah diperoleh. Dari Pengamatan, ibu-ibu PKK

telah menerapkan ilmu hasil penyuluhan ini, akan tetapi masih sebatas untuk dikonsumsi sendiri. Sedangkan tim penyuluh dari pertanian telah memberikan kiat-kiat menanam labu kuning yang baik.

## REFERENSI

- [1] Arisandi, V.S.2012. Uji kadar protein dan organoleptik pada cake labu kuning (curcuba *Bitis moschata*) dengan penambahan pewarna alami. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- [2] Amendola.J dan N.Rees 2013. Understanding baking: The art and science of baking 3<sup>rd</sup> edition USA: John Wiley and Sons Inc. Dalam Repository.UNJ.ac.id
- [3] Astuti.S.D, Nuri.A., Paryetno.H dan Friska. C.A.2014. Formulasi dan karakteristik cake Berbasis tepung komposit organik kacang merah, kedelai, dan jagung. Jurnal aplikasi Teknologi Pangan 3(2).
- [4] Bogasari baking center (2008). Bread Making. Jakarta.
- [5] Elsha S, Maya M ludong, Yoakim Y.E.Dessoe. Jurnal Teknologi Pertanian Vol12, No.1 (2021) dalam [ejournal.unsrat.ac.id](http://ejournal.unsrat.ac.id).
- [6] Meiranty S. 2017. Pemanfaatan labu kuning (*cucurbita Moschata Duch*) Sebagai bahan dasar pembuatan cookies. Jurusan Pendidikan Kesejahteraan Keluarga. Universitas Negeri Makasar.
- [7] Podomoro University. [Wikipedia.org](http://Wikipedia.org)
- [8] Royani F. 2012. Substitusi tepung kacang hijau pada produk brownies roll cake, Pound cake dan fruit cake. Proyek Akhir. Yogyakarta: Fakultas Teknik Universitas Negeri Yogyakarta.
- [9] Suharjito. 2005. Pastry dalam perhotelan. Yogyakarta: CV.Andi offset.
- [10] Sudarto, 2000:11. UMY Repository.