



# MELALUI PELATIHAN PEMBUATAN TELUR ASIN RENDAH SODIUM UNTUK MENINGKATKAN PENDAPATAN PETERNAK ITIK PEGAGAN DI DESA 1 KOTA DARO II KECAMATAN RANTAU PANJANG KABUPATEN OGAN ILIR<sup>1)</sup>

Meisji Liana Sari<sup>2)</sup>, Fitri Nova Liya Lubisi<sup>2)</sup>, Muhakka<sup>2)</sup>,  
Dwi Probawati Sulistiyani<sup>2)</sup>,  
Afnur Imsya<sup>2)</sup>

## ABSTRAK

Desa Kota Daro II merupakan daerah yang potensi untuk budidaya ternak itik, hal ini memungkinkan produk yang dihasilkan dari budidaya tersebut yaitu berupa telur juga bisa meningkat. Telur adalah salah satu sumber protein hewani yang memiliki rasa yang lezat, mudah dicerna, dan bergizi tinggi. Selain itu telur mudah diperoleh dan harganya murah. Tujuan dari kegiatan pengabdian ini untuk meningkatkan gizi dan ekonomi masyarakat melalui peningkatan minat konsumsi telur asin rendah sodium. Dalam kegiatan ini metode yang digunakan adalah sosialisasi dan penyuluhan, pelatihan dan demonstrasi pembuatan telur asin dan pembinaan. Penyuluhan ini cukup berhasil, walaupun dari jumlah beserta hanya 15 orang akan tetapi jumlah pertanyaan yang muncul selama diskusi cukup banyak. Pada peserta sangat antusias dengan penyuluhan yang dilakukan oleh tim pengabdian. Kesimpulan dari kegiatan ini adalah telur asin sangat potensial dikembangkan untuk meningkatkan kebutuhan gizi dan ekonomi masyarakat Desa Kota Daro II.

**Kata kunci:** *Telur Asin, Sodium Rendah, Itik, Gizi dan Ekonomi*

- 1). Dibiayai dari DIPA Universitas Sriwijaya sesuai dengan Surat Perjanjian Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat
- 2). Staf Pengajar Fakultas Pertanian PS Peternakan Universitas Sriwijaya



## I. PENDAHULUAN

### *Latar Belakang*

Desa Kota Daro II terletak di Kecamatan Rantau Panjang Kabupaten Ogan Ilir Sumatera Selatan dengan jarak lokasi dengan pasar tradisional berkisar 2.5 km dan jarak dari Ibu Korta Kecamatan 5 km. Jumlah penduduk 870 jiwa yang terdiri dari 194 kepala keluarga (KK), dimana diantara 113 KK merupakan masyarakat yang produktif dengan mata pencaharian utama bertani sedangkan usaha samping salah satunya adalah memelihara ternak itik. Dimana produk yang dihasilkan dalam memelihara ternak tersebut adalah telur. Kondisi ini sangat cocok untuk mengembangkan usaha pembuatan telur asin.

Telur adalah salah satu sumber protein hewani yang memiliki rasa yang lezat, mudah dicerna, dan bergizi tinggi. Selain itu telur mudah diperoleh dan harganya murah. Telur dapat dimanfaatkan sebagai lauk, bahan pencampur berbagai makanan, tepung telur, obat, dan lain sebagainya. Telur terdiri dari protein 13 %, lemak 12 %, serta vitamin, dan mineral. Nilai tertinggi telur terdapat pada bagian kuningnya. Kuning telur mengandung asam amino esensial yang dibutuhkan serta mineral seperti : besi, fosfor, sedikit kalsium, dan vitamin B kompleks. Sebagian protein (50%) dan semua lemak terdapat pada kuning telur. Adapun putih telur yang jumlahnya sekitar 60 % dari seluruh bulatan telur mengandung 5 jenis protein dan sedikit karbohidrat. Kelemahan telur yaitu memiliki sifat mudah rusak, baik kerusakan alami, kimiawi maupun kerusakan akibat serangan mikroorganisme melalui pori-pori telur. Oleh sebab itu usaha pengawetan sangat penting untuk mempertahankan kualitas telur.

Telur segar dengan telur asin terjadi perbedaan komposisi gizinya. Sebagaimana yang telah diketahui bahwa pengolahan dapat mengubah komposisi gizi bahan pangan termasuk telur itik. Dalam proses pembuatan telur asin digunakan bahan-bahan seperti garam dapur, abu, batubata, dan lain-lain. Tentu saja tidak hanya garam dapur yang masuk ke dalam telur tetapi juga zat-zat lain yang terdapat dalam bahan-bahan yang digunakan ikut mempengaruhi komposisi gizi telur asin. Kalsium pada telur asin meningkat dibandingkan dengan telur segar. Kenaikkan kadar kalsium diduga berasal dari garam dapur (sebagai kotaminan), abu gosok serta kapur yang digunakan. Proses pengasinan juga secara otomatis meningkatkan kadar natrium dan klorida dalam telur asin. Penurunan nilai gizi yang nyata adalah pada kadar vitamin A-nya. Kadar zat besi juga turun cukup berarti. Belum diketahui mekanisme turunnya kadar zat besi pada telur asin. Untuk mengurangi penurunan kadar vitamin A maka dapat ditambahkan provitamin A dalam proses pembuatan telur asin. Kadar garam yang tinggi pada telur asin tentu saja menimbulkan dampak tertentu. Bagi anak yang berusia 1-3 tahun, jika dia terlalu banyak mengonsumsi telur asin, dapat mengiritasi sistem pencernaannya.

Penggunaan abu dari sabut kelapa yang merupakan limbah pertanian untuk membungkus telur selama pemeraman, tidak perlu penambahan garam, karena didalam abu tersebut mengandung kalium lebih banyak dari garam yaitu 25.67%.. Hal ini sangat baik untuk diet garam karena menggunakan sedikit garam lagi dalam pembuatannya dan kandungan kalium dari abu yang meresap dalam telur menyebabkan telur baik untuk mengobati penyakit maag. Proses pembuatan telur asin akan menghilangkan bau amis telur itik yang kurang disukai sebagian masyarakat. Telur itik yang dijual dalam bentuk telur asin dapat meningkatkan nilai ekonomis dari telur. Pembuatan telur asin rendah sodium belum populer dalam masyarakat, maka perlu penyuluhan,



demonstrasi dan pelatihan pembuatan telur asin bersodium rendah untuk meningkatkan gizi dan perekonomian masyarakat di Desa Kota Daro II.

### *Identifikasi Dan Perumusan Masalah*

1. Masih minimnya pengetahuan peternak itik tentang gizi telur asin yang rendah sodium
2. Belum optimalnya pemanfaatan telur asin bersodium rendah sebagai salah satu gizi masyarakat
3. Masih rendahnya kualitas telur itik yang dihasilkan
4. Masih rendahnya nilai jual telur asin bersodium rendah
5. Tingginya minat masyarakat terhadap produk peternakan yang sehat dan aman

### *Tujuan Dan Manfaat*

#### *Tujuan Kegiatan*

1. Meningkatkan gizi masyarakat melalui peningkatan minat konsumsi telur asin rendah sodium.
2. Memanfaatkan limbah sabut kelapa dan sekam dalam bentuk abu untuk pembuatan telur asin rendah sodium.
3. Meningkatkan harga jual telur dalam bentuk telur asin sehingga dapat meningkatkan ekonomi peternak itik

#### *Manfaat Kegiatan*

1. Meningkatnya kesadaran masyarakat untuk mengelola telur asin yang rendah sodium menjadi produk yang bermanfaat dan bernilai jual serta ramah lingkungan
2. Dapat membuat telur asin rendah sodium
3. Telur asin yang rendah sodium dapat dipergunakan untuk meningkatkan nilai gizi dan ekonomi masyarakat Desa Kota Daro II
4. Kelompok peternak diharapkan menjadi peternak yang mandiri dan mempunyai wawasan usaha mandiri dalam membuat telur asin yang rendah sodium .
5. Terbentuknya industri kecil rumah tangga atau kelompok usaha yang bergerak dibidang telur asin yang rendah sodium.

Hasil yang diharapkan dari kegiatan ini adalah dapat menambah pengetahuan dan keterampilan serta memberikan wawasan berpikir masyarakat umumnya di Desa Kota Daro II dan khususnya kelompok peternak itik untuk memanfaatkan telur melalui telur asin yang rendah sodium

## **II. MATERI DAN METODE PELAKSANA**

### *Kerangka Pemecahan Masalah*

*Tahap pertama* adalah pendekatan sosial ekonomi. Hal ini dilakukan dengan observasi langsung pada masyarakat sekaligus melakukan pemetaan peternakan di desa tersebut

*Tahap kedua* adalah pelatihan. Dalam kegiatan ini dilakukan pada tiap- tiap kelompok peternak dan karang taruna tentang penyuluhan pembuatan telur asin bersodium rendah untuk meningkatkan gizi dan perekonomian masyarakat Desa Kota Daro II dalam bentuk ceramah dan pemberian makalah

*Tahap ketiga* demonstrasi yaitu pelatihan dan praktek secara langsung proses pembuatan telur asin bersodium rendah .



### *Khalayak Sasaran*

Khalayak sasaran adalah peternak dan karang taruna pada umumnya dan kelompok peternak itik khususnya di Desa Kota Daro II. Mereka keluarga yang tidak sepenuhnya bekerja di sawah, para petani, buruh, pemuda dan kelompok peternak yang tergolong maju diharapkan menjadi perintis, penerap dan menyebarkan hasil pelatihan kepada anggota masyarakat lainnya.

### *Metode Kegiatan*

1. Memberikan penyuluhan tentang nilai gizi dari telur itik dan yang sangat baik untuk dibuat telur asin sehingga bisa meningkatkan konsumsi telur dan nilai ekonomi masyarakat yang bisa didapatkan dari beternak itik dan dibeli di pasar.
2. Memberikan penyuluhan tentang cara mendapatkan abu sabut kelapa mulai dari bahan baku sampai pengolahan, sehingga didapatkan abu sabut kelapa yang berperan sebagai medium untuk pembuatan telur asin.
3. Melakukan demonstrasi atau peragaan tentang cara pembuatan telur asin rendah sodium dengan memanfaatkan abu sabut kelapa. Ditambahkan juga dengan demonstrasi atau peragaan tentang cara pembuatan beberapa telur asin yang lain yaitu dengan cara perendaman, pembaluran dengan sekam / abu gosok dan injeksi serta telur asin aneka rasa, dalam rangka meningkatkan gizi dan ekonomi masyarakat
4. Pembinaan secara berkala, hal ini penting untuk mengetahui keberhasilan secara menyeluruh dan keberlanjutan kegiatan agar nantinya peternak dapat mandiri (swakelola) sehingga kegiatan ini benar-benar bermanfaat bagi mereka setelah kegiatan pengabdian selesai, evaluasi jangka panjang dilakukan dengan melihat perkembangan usaha pembuatan telur asin yang rendah sodium. Keberhasilan kegiatan ini akan menjadi contoh bagi masyarakat yang lain

### *Rancangan Evaluasi*

Evaluasi dari kegiatan ini dilakukan secara langsung setelah penyuluhan dan praktek dilakukan:

#### *1. Pra pelatihan*

Meninjau pengetahuan masyarakat dan kelompok peternak itik tentang pengetahuan telur yang baik untuk dijadikan telur asin dan pembuatan telur asin bersodium rendah.

#### *2. Pelatihan*

Memantau perkembangan pengetahuan masyarakat dan kelompok peternak itik terhadap cara pembuatan telur asin bersodium rendah.

#### *3. Setelah pelatihan*

- a. Melihat sejauh mana kelompok peternak itik dapat mengaplikasikan pengetahuan tentang cara memilih telur yang akan dijadikan telur asin dan pembuatan telur asin bersodium rendah
- b. kesungguhan kelompok peternak itik dalam melaksanakan kegiatan di lapangan.
- c. evaluasi.

## **III. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Pengamatan dan wawancara yang dilakukan bahwa sebagian besar mata pencaharian utama masyarakat Desa Kota Daro II adalah petani, beternak berupa usaha sampingan. Jenis ternak yang utama dipelihara adalah itik, disamping itu ternak sapi, kambing dan domba.



Hasil pengamatan dilapangan Desa Kota Daro II merupakan daerah yang potensi untuk budiadaya ternak itik, karena daerah tersebut merupakan daerah rawa, persawahan dan perkebunan yang banyak terdapat sumber pakan baik yang berasal dari limbah hasil pertanian maupun hasil perkebunan, hal ini memungkinkan produk yang dihasilkan dari budidaya ternak itik yaitu berupa telur juga bisa meningkat.

Sebelum melaksanakan kegiatan pengabdian terlebih dahulu sosialisasi untuk menyebarluaskan informasi kepada masyarakat sarang lang, bahwa didesa ini akan dilakukan pengabdian masyarakat yng dilakukan oleh dosen unsri dan mahasiswa. Sosialisasi dilakukan dengan cara memberi informasi langsung kepada kepala desa dan ketua RT setempat. Sosialisasi ini bertujuan agar kepala desa maupun ketua RT menyampaikan informasi ke masyarakat melalui kegiatan di Desa Kota Daro II seperti pengajian, pertemuan rutin dan arisan desa. Khalayak sasaran adalah peternak dan karang taruna pada umumnya dan kelompok peternak itik khususnya di Desa Kota Daro II. Mereka keluarga yang tidak sepenuhnya bekerja di sawah, para petani, buruh, pemuda yang berjumlah sekitar 15 orang.

Kegiatan penyuluhan dilaksanakan di rumah ketua RT setempat, adapaun tahapan dari kegiatan ini adalah perkenalan dengan tim pengabdian dari Unsri, sambutan dari kepala desa, sambutan dari dosen, penyuluhan dan diskusi.

Perkenalan diawali dengan menyebutkan satu persatu tim pelaksana pengabdian, termasuk mahasiswa yang terlibat. Hal ini bertujuan menjalin keakraban dan kekeluargaan sehingga pelaksanaan pengabdian dapat berjalan sesuai dengan harapan. Sedangkan kata sambutan dari dosen pelaksana bertujuan memberi informasi kepada masyarakat bahwa tim pelaksana melakukan pelatihan dan pembinaan secara berkelanjutan dan berkesinambungan.



Gambar 1. Tim Pelaksana Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat Unsri

Penyuluhan disampaikan oleh dosen dengan peserta yang hadir dalam acara tersebut sebanyak 15-20 orang. Selama kegiatan penyuluhan disampaikan Beberapa hal yang dilakukan untuk meningkatkan gizi dan ekonomi masyarakat melalui pelatihan pembuatan telur asin rendah sodium di Desa Kota Daro II.



Adapun hal dilakukan untuk meningkatkan gizi pada masyarakat Desa Kota Daro II adalah :

1. Memberikan pengetahuan tentang tingginya nilai gizi telur dan telur asin terutama kandungan protein untuk mencukupi gizi balita, anak-anak, orang dewasa dan juga lansia. Pengetahuan diberikan melalui penyuluhan dan liflet yang diberikan. Konsumsi telur asin sangat cocok sebagai cemilan ataupun lauk untuk makan nasi.
2. Memberikan pengetahuan tentang khasiat telur asin, diantaranya : mengawetkan telur, membuang rasa amis, obat diare/sakit perut dan maag serta menciptakan rasa khas dan gurih pada telur asin.
3. Memberikan pengetahuan tentang cara pembuatan telur asin, terutama telur asin rendah sodium, juga telur asin dengan abu sekam/abu gosok, telur asin direndam dalam larutan garam dan telur asin dengan cara injeksi. Hal ini bertujuan untuk memudahkan masyarakat dalam membuat telur asin sesuai dengan kebutuhan, peralatan dan bahan yang tersedia. Sehingga kebutuhan gizi terhadap telur asin sehari-hari dapat segera tercukupi dengan membuat sendiri.
4. Masyarakat sangat antusias bertanya bagaimana mendapatkan abu sabut kelapa yang berkualitas, berbagai macam cara pembuatan telur asin dan biaya yang dibutuhkan dalam pembuatan telur asin serta cara menghasilkan telur asin yang bermutu tinggi.
5. Membagikan telur asin yang sudah dibuat. Hal ini untuk lebih meningkatkan kelebih sukaan masyarakat akan telur asin yang telah dipraktekkan dan meningkatkan konsumsi telur sebagai sumber protein hewani.
6. Mengubah pola pikir peternak untuk tidak selalu menjual seluruhnya telur itik yang dihasilkan tapi dibuat telur asin dan dikonsumsi untuk memenuhi kebutuhan gizi keluarga. Juga mengubah pola pikir masyarakat untuk mengalihkan konsumsi makanan *fast food* menjadi makanan yang bergizi tinggi yaitu telur asin yang bisa dibuat sendiri

Adapun yang dilakukan untuk meningkatkan ekonomi masyarakat sarang lang, adalah :

1. Memberikan pengetahuan tentang pentingnya telur itik dijadikan telur asin untuk meningkatkan ekonomi masyarakat, apalagi telur hasil peternakan sendiri. Jika satu butir telur dijual Peternak Rp 1200,- sampai 1500,- maka jika dijual dalam bentuk telur asin Rp 2000,- ketangan pedagang dan Rp 2500,- langsung kekonsumen. Maka didapat keuntungan sekitar Rp 500 sampai 1300,-.
2. Memberikan peluang pasar yang masih perawan untuk dikembangkan sebagai konsumen telur asin yaitu warung, terminal bayangan yang lokasinya tidak terlalu jauh dari sarang lang.
3. Mempraktekkan berbagai macam cara pembuatan telur asin terutama telur asin rendah sodium, juga telur asin dengan abu sekam, telur asin direndam dalam larutan garam dan telur asin injeksi. Khusus telur asin injeksi bisa dikembangkan untuk telur asin aneka rasa. Ini bertujuan untuk memudahkan dalam mengelola bisnis telur asin sesuai permintaan pasar.
4. Masyarakat tidak merasa kesulitan dalam mendapatkan bahan baku telur yaitu dari hasil ternak itik ataupun dari pasar yang dekat dari lokasi.
5. Masyarakat dapat memanfaatkan limbah hasil pertanian yaitu sabut kelapa dan sekam sebagai bahan pembuatan telur asin

Penyuluhan ini cukup berhasil, walaupun dari jumlah peserta hanya 15 orang akan tetapi jumlah pertanyaan yang muncul selama diskusi cukup banyak. Pada peserta sangat antusias dengan penyuluhan yang dilakukan oleh tim pengabdian.



Gambar 2. Para Peserta sedang mendengar penyuluhan

Pembuatan telur asin rendah sodium hanya membutuhkan telur itik dan abu sabut kelapa. Telur itik sangat baik untuk dibuat telur asin. Dikemukakan oleh Astawan (2006) selain baunya yang lebih amis, telur itik juga mempunyai pori-pori kulit yang lebih besar, sehingga sangat baik untuk diolah menjadi telur asin untuk menciptakan rasa yang khas dan gurih.

Pemilihan bahan baku sangat penting untuk diperhatikan. Telur itik yang akan digunakan untuk pembuatan telur asin haruslah telur yang masih baru dengan umur 10 jam kurang atau maksimal 48 jam. Hal ini untuk menghasilkan telur asin yang bermutu. Telur itik yang besar mempunyai cangkang lebih tipis dari yang kecil. Abu sabut kelapa digunakan adalah abu yang telah mengalami pembakaran berulang-ulang, sehingga warnanya abu-abu. Sedangkan jika menggunakan garam, maka pilih garam yang kristal garamnya tidak terlalu besar dan tidak terlalu kecil. Jika kristal garamnya terlalu kecil, maka garam tidak sempurna masuk ke dalam telur. Tanda sempurna masuk garam ke dalam telur dapat diperhatikan dari lapisan mentega pada kuning telur.



Gambar 3. Cara membuat telur asin dari sabut kelapa



Telur merupakan hasil ternak yang mempunyai andil besar dalam mengatasi masalah gizi yang terjadi di masyarakat. Hal ini dimungkinkan karena telur sarat akan zat gizi yang diperlukan untuk kehidupan yang sehat. Zat-zat gizi yang ada pada telur sangat mudah dicerna dan dimanfaatkan oleh tubuh. Itulah sebabnya telur dianjurkan untuk dikonsumsi oleh anak-anak yang sedang tumbuh kembang, ibu hamil dan menyusui, orang yang sedang sakit atau dalam proses penyembuhan, serta para lansia.

Murtidjo (1988) mengemukakan bahwa telur itik yang diasinkan mengandung keuntungan seperti: a) nilai gizi telur dapat dipertahankan dalam waktu yang relatif lama, b) nilai ekonomis telur dapat ditingkatkan, c) memenuhi selera konsumen telur itik dan d) merupakan alternatif pemasaran disamping telur segar.

Menurut Wasito (1994) telur asin adalah telur itik yang diolah dalam keadaan utuh, dimana kandungan garam dapat menghambat perkembangan mikroorganisme dan sekaligus memberikan aroma khas, sehingga telur dapat disimpan dalam waktu yang relatif lama. Selanjutnya dikemukakan oleh Widjaja (2003) bahwa telur asin merupakan telur segar yang diawetkan dengan menggunakan bahan garam.

Setelah melaksanakan kegiatan pengabdian ini dilakukan pembinaan terhadap masyarakat yang berpotensi sebagai wirausaha di bidang pengolahan telur asin bersodium rendah. Pembinaan diberikan berupa pendampingan dan jasa konsultasi bagi masyarakat yang mau berusaha telur asin, selain itu pembinaan bertujuan untuk menyelesaikan beberapa masalah yang berhubungan dengan kesulitan masyarakat dalam mengolah telur menjadi telur asin baik untuk dikonsumsi sendiri maupun untuk wirausaha.

#### IV. KESIMPULAN DAN SARAN

##### *Kesimpulan*

Pengabdian yang dilakukan di Desa Kota Daro II dalam bentuk penyuluhan, demonstrasi dan pelatihan, dapat ditarik kesimpulan bahwa telur asin sangat potensial dikembangkan untuk meningkatkan kebutuhan gizi dan ekonomi masyarakat.

##### *Saran*

Masyarakat sebaiknya memanfaatkan limbah hasil pertanian untuk membuat telur asin dan menjadikannya sumber gizi dan bisnis baru yang prospektif.

#### DAFTAR PUSTAKA

- [1] Astawan, M. 2006. Telur asin, aman dan penuh gizi. [http://www. Departemen Kesehatan Indonesia htm](http://www.DepartemenKesehatanIndonesia.htm). 07.35 pm. 1/10/2014.
- [2] Murtidjo, B. A. 1988. Mengelola Itik. Kanisius, Yogyakarta.
- [3] Wasito dan E. S. Rohaeni. 1994. Beternak Itik Alabio. Kanisius, Yogyakarta.
- [4] Widjaja, K. 2003. Peluang Bisnis Itik. Penebar Swadaya, Jakarta.
- [5] Winarno, F. G. 1997. Kimia Pangan dan Gizi. PT. Gramedia Pustaka Utama. Jakarta.