



PENYULUHAN CABAI BUBUK SEBAGAI PRODUK SKALA RUMAH TANGGA

Extension of Chili Powder as a Household Scale Product

Suherman ¹⁾, Yusrianti ²⁾

Email : suherman.umpar@gmail.com

Fakultas Pertanian, Peternakan dan Perikanan Universitas Muhammadiyah Parepare
Jl. Jend. Ahmad Yani, Soreang, Kota Parepare, Sulawesi Selatan, 91131

Abstract

The implementation of the Virtual Real Work Lecture (V- KKN) batch XXI I in general provides an application of the manufacture of powdered chili products made from ingredients that are easy to obtain and remain in each kitchen. The purpose of implementing the Real Work Lecture in Dongi Village, Pitu Riawa District, Sidenreng Rappang Regency, is to provide knowledge to the community about how to process chilies in addition to being used as chili sauce. The method used is the method of counseling and training for housewives. Powdered chili is the result of processing fresh chilies into powder. The powdered chili is processed by drying the fresh chilies then grinding them until smooth. Previously, people only used chilies to be chili sauce or additional ingredients for making side dishes and now people already know how to make chili powder and use it as an additional ingredient in food offerings.

Keywords: Cayenne Pepper, Chili Powder, Drying

Abstrak

Pelaksanaan kegiatan Virtual Kuliah Kerja Nyata (V- KKN) angkatan XXI I ini secara umum memberikan penerapan tentang pembuatan produk cabai bubuk yang terbuat dari bahan - bahan yang mudah di dapatkan dan tetap ada di dapur masing – masing. Tujuan pelaksanaan Kuliah Kerja Nyata di Desa Dongi Kecamatan Pitu Riawa Kabupaten Sidenreng Rappang yaitu untuk memberikan pengetahuan kepada masyarakat tentang cara pengolahan cabai selain di jadikan sambal. Metode yang digunakan yakni metode penyuluhan dan pelatihan kepada ibu – ibu rumah tangga. Cabai bubuk adalah hasil pengolahan cabai segar menjadi bubuk. Cabai bubuk diolah dengan cara mengeringkan cabai segar kemudian menggilingnya sampai halus. Sebelumnya masyarakat hanya memanfaatkan cabai menjadi sambal atau bahan tambahan untuk pembuatan lauk pauk dan kini masyarakat sudah tau cara pembuatan cabai bubuk dan menggunakannya sebagai bahan tambahan dalam sajian makanan.

Kata Kunci : Cabai Rawit, Cabai Bubuk, Pengeringan

PENDAHULUAN

Desa Dongi merupakan salah satu desa dari 12 Desa/ Kelurahan yang ada di Kecamatan Pitu Riawa Kabupaten Sidenreng Rappang yang sebagaimana masyarakatnya menanam cabai rawit sebagai tanaman pokok sehingga tidak perlu lagi membeli di pasar, terkecuali jika tanaman tersebut tidak berbuah atau cabainya belum berwarna merah barulah masyarakat membeli bahan pokok tersebut di pasar.

Cabai rawit atau cabai kethur, adalah buah dan tumbuhan anggota genus *Capsicum*. Selain di Indonesia, ia juga tumbuh dan populer sebagai bumbu masakan di negara- negara Asia Tenggara lainnya.

Cabai bubuk adalah hasil pengolahan cabai segar menjadi bubuk. Penggunaan cabai bubuk menjadi tren di kalangan rumah tangga dan industri bersamaan dengan meningkatnya kebutuhan bumbu cabai dalam bentuk praktis dan mudah dibawa kemana saja. Cabai bubuk

diolah dengan cara mengeringkan cabai segar kemudian menggilingnya sampai halus. Cabai kering sudah terlebih dahulu menjadi bagian dari bumbu masak sehari-hari di dapur Asia.

Adapun tujuan pelaksanaan Kuliah Kerja Nyata di Desa Dongi Kecamatan Pitu Riawa Kabupaten Sidenreng Rappang yaitu untuk memberikan pengetahuan kepada masyarakat tentang cara pengolahan cabai selain dijadikan sambal.

METODE PELAKSANAAN

Dalam pelaksanaan Virtual Kuliah Kerja Nyata (V-KKN) dilakukan di Desa Dongi Kecamatan Pitu Riawa Kabupaten Sidenreng Rappang. Adapun metode yang digunakan yaitu :

1. Tahap Penyuluhan

Penyuluhan tentang cara pengolahan produk lokal menjadi produk yang memiliki nilai jual yang tinggi dibandingkan dengan harga bahan pokoknya

2. Tahap Pelatihan

Kegiatan pelatihan ini bertujuan untuk memberikan pengalaman kepada masyarakat agar bisa mengolah produk yang ada di sekitar dengan memberikan tutorial pembuatannya. Di sini saya memberikan tutorial pembuatan cabai bubuk.

HASI DAN PEMBAHASAN

Cabai sebagai salah satu produk agribisnis mempunyai sifat yang sangat mudah rusak dan bersifat musiman, sehingga petani yang sudah menerapkan teknologi budidaya yang dianjurkan akan menghasilkan jumlah cabai yang banyak pada saat panen raya. Inilah yang kemudian menimbulkan suatu masalah, dimana harga cabai menjadi turun dan cabai mudah membusuk apabila penanganannya tidak tepat. (Setiadi, 1999)

Cabai rawit atau cabai kethur, adalah buah dan tumbuhan anggota genus *Capsicum*. Selain di Indonesia, ia juga tumbuh dan populer sebagai bumbu masakan di negara-negara Asia Tenggara lainnya. Di Malaysia dan Singapura ia dinamakan cili padi, di Filipina siling labuyo dan di Thailand phrik khi nu. Di Kerala, India, terdapat masakan tradisional yang menggunakan cabai rawit dan dinamakan kanthari mulagu. Dalam bahasa Inggris ia dikenal dengan nama Thai pepper atau bird's eye chili pepper.

Buah cabai rawit berubah warnanya dari hijau menjadi merah saat matang. Meskipun ukurannya lebih kecil daripada varietas cabai lainnya, ia dianggap cukup pedas karena kepedasannya mencapai 50.000 - 100.000 pada skala Scoville. Cabai rawit biasa dijual di pasar-pasar bersama dengan varietas cabai lainnya. (Wikipedia) seiring dengan meningkatnya teknologi pengelolaan pangan khususnya di Indonesia, penggunaan cabe bubuk sebagai pengganti cabe basah juga semakin meningkat. Beberapa keunggulan dari penggunaan cabe bubuk dibandingkan dengan cabe basah (PD. Hasil Tjandra Jaya, 2017):

1. Harga cabe bubuk relatif lebih stabil dibandingkan dengan cabe basah.
2. Proses penggunaan cabe bubuk lebih mudah dan juga lebih praktis.
3. Penyimpanan cabe bubuk lebih tahan lama dibandingkan dengan cabe basah.

Manfaat cabai bagi kesehatan yaitu :

1. Meningkatkan sirkulasi darah

Cabe rawit dapat meningkatkan sirkulasi darah yang kemudian akan mencegah masalah tekanan darah rendah dan mencegah masalah pembekuan darah.

2. Membantu nyeri otot

Jika kita mengalami masalah nyeri otot dan kejang cabe rawit dapat membantu. Bahkan ada cabe rawit yang berbentuk krim yang digunakan untuk meringankan nyeri sendi atau radang sendi pada tubuh.

3. Membantu detoksifikasi

Cabe rawit dikenal sebagai perangsang sirkulasi bagi tubuh, sehingga ini akan

membantu sistem pencernaan tubuh dan detoksifikasi karena akan memproduksi keringat yang lebih banyak. (Fahrizal Fahmi Daulay, 2015)

Cabai bubuk adalah hasil pengolahan cabai segar menjadi bubuk. Penggunaan cabai bubuk menjadi tren di kalangan rumah tangga dan industri bersamaan dengan meningkatnya kebutuhan bumbu cabai dalam bentuk praktis dan mudah dibawa kemana saja. Biasanya, cabai diolah dengan cara direbus atau digoreng terlebih dahulu untuk kemudian diadukan sambal atau langsung dimasukkan ke dalam hidangan. Cabe bubuk merupakan modifikasi dari pengolahan sambal yang dilakukan sampai hasil olahan cabai menjadi kering dan praktis digunakan.

Cabai bubuk diolah dengan cara mengeringkan cabai segar kemudian menggilingnya sampai halus. Cabai kering sudah terlebih dahulu menjadi bagian dari bumbu masak sehari-hari di dapur Asia. Bumbu, garam dan rempah dapat ditambahkan sesuai selera dalam proses pembuatan cabai bubuk. Jenis cabai yang digunakan bisa cabai merah, cabai tiung atau cabai rawit bergantung pada tingkat dan rasa pedas yang diinginkan. Warna cabai bubuk mulai dari jingga tua sampai merah gelap. (Dian Garini Lituhayu, 2020)

Dalam laman Boldsky, ini dia beberapa manfaat yang terkandung dalam cabai untuk kesehatan konsumennya.

1. Bubuk cabai mengandung beta- karoten. Kandungan ini dapat mengontrol kadar kolesterol dan melindungi jantung.
2. Bubuk cabai mengandung vitamin C yang baik untuk kekebalan tubuh. Ia juga dapat membersihkan tubuh dari radikal bebas dan membuat tubuh tetap sehat.
3. Sebagian orang tidak tahu bahwa bubuk cabai dapat membuat kita menjadi lebih baik. Bubuk cabai disinyalir dapat melepaskan endorfin. Endorfin ini seperti rasa nyeri dan menghilangkan stress.
4. Bubuk cabai dapat meminimalisir peradangan paru pada perokok karena vitamin A yang ada di dalamnya.
5. Bubuk cabai juga dapat membantu tubuh dalam menyingkirkan ampas- ampas dan bertindak sebagai agen detoksifikasi.
6. Kandungan vitamin A dalam bubuk cabai baik untuk pandangan mata, gigi, kulit dan tulang.
7. Bubuk cabai dikatakan dapat meminimalisir kemungkinan kanker usus besar . Hal ini terjadi karena kandungan asam folat, beta karoten dan vitamin c dalam bubuk cabai.
8. Mengonsumsi bubuk cabai dapat merangsang air liur lebih banyak, berkeringat, menyembuhkan sakit tenggorokan, membunuh bakteri, dan meningkatkan sirkulasi darah.
9. Bubuk cabai yang dikonsumsi secukupnya dapat meringankan pernapasan karena membuka saluran udara di pernapasan.

Selain memiliki manfaat, cabe yang diolah menjadi bubuk juga memiliki sisi negatifnya loh, Berikut bahaya dari mengonsumsi cabai bubuk (Rizki Indra, 2020) :

1. Memicu Adanya Gejala Difteri
Proses pembuatan cabe bubuk dengan kualitas yang baik harus dibuat dengan teliti dan butuh waktu yang tidak sebentar . Selain itu proses pembuatannya harus benar- benar diperhatikan, Jika bubuk cabai yang dikonsumsi diolah dengan menggunakan cabe yang tidak kering 100% , maka hal ini ternyata dapat memicu terjadinya penyakit difteri.
2. Buruk Bagi Penderita Maag dan Membuat Rapuh Permukaan Lambung
Konsumsi bubuk cabai akan sangat tidak disarankan jika kamu merasa ada masalah pada pencernaan mu seperti maag. Pasalnya, ini bisa memicu maag dan bisa membuat rapuhnya permukaan lambungmu. Oleh karena itu, konsumsi bubuk cabai harus benar- benar diperhatikan.

Pernahkah anda mengonsumsi makanan yang memiliki cita rasa pedas yang tidak biasa? Rasa pedas tersebut tidak hanya terasa di lidah anda saja, namun anda juga bisa merasakan dampaknya sampai ke perut anda. Bubuk cabai tercipta untuk bumbu masak atau untuk bumbu dari makanan ringan yang dapat anda makan sehari- hari. Beberapa orang yang menyukai cita rasa pedas akan mudah terpuaskan dengan mengonsumsi bubuk cabe ini. Namun, mengonsumsi bubuk cabe dalam makanan anda secara berlebihan

justru dapat berbahaya bagi kesehatan anda. Beberapa orang yang mengkonsumsi bubuk cabe ini secara berlebihan akan mengalami diare atau sakit perut yang berlebihan hingga harus bolak balik ke toilet untuk buang air besar. Tidak hanya itu, bubuk cabe juga dapat mengakibatkan iritasi pada lambung dan usus anda sehingga dapat merangsang berbagai penyakit lainnya, seperti mual, iritasi lambung, dan penyakit lainnya.

Pada anak-anak, mengkonsumsi bubuk cabe dapat menyebabkan kerusakan saluran pernafasan sehingga mengakibatkan kesulitan bernafas bagi yang konsumsinya secara berlebihan. Cabe mengandung capsaicin yang dapat memberikan efek seperti terbakar pada tubuh anda hingga mengakibatkan perubahan warna pada kulit anak tersebut. Lihatlah, betapa bahayanya jika anda mengkonsumsi bubuk cabe secara berlebihan. Maka dari itu, anda harus lebih bijak dalam memilih makanan yang akan anda konsumsi hal ini demi menjaga kesehatan anda dan mulailah untuk mengurangi makanan yang berbahaya untuk anda. terima kasih telah membaca. (Eneng Indriyani F. H, 2019)

Kandungan gizi pada "Bumbu, bubuk cabe" yang termasuk tinggi dan cukup tinggi adalah kandungan energi, protein, karbohidrat, serat, kalsium, fosfor, besi, kalium, tembaga, seng, β -karoten, tiamin, riboflavin, niasin, gula, magnesium, mangan, selenium, pantotenat, vitamin B6, kolin, vitamin A, α -karoten, β -kriptosantin, likopen, lutein + zeaxantin, vitamin E, vitamin K, lemak tak jenuh tunggal dan lemak tak jenuh lemak. (Andra, 2020).

Adapun alat dan bahan yang digunakan serta cara pembuatan cabe bubuk yaitu sebagai berikut

1. Alat
 - a. Blender
 - b. Wadah besi untuk pengeringan cabe
 - c. Pisau
2. Bahan
 - a. Cabe Rawit $\frac{1}{2}$ kg
 - b. Bawang Putih 14 Siung
 - c. Merica Bubuk
 - d. Gula Bubuk
3. Cara Pembuatan
 - a. Bersihkan cabe rawit tersebut dari batangnya
 - b. Setelah bersih kupas kulit bawang putih, dan iris tipis-tipis
 - c. Keringkan cabe rawit bersamaan dengan bawang putih yang sudah diiris tipis-tipis
 - d. Tunggu hingga 5 - 7 hari pengeringan sesuai panas
 - e. Setelah 2 hari, aduk cabe yang di keringkan agar cabe kering merata dan warnanya juga bagus
 - f. Setelah kering blender cabe dan bawang putih kering, merica, dan gula bubuk sampai halus atau sesuai selera
 - g. Cabe bubuk siap dijadikan teman makan sehari-hari

Catatan :

1. Selain dijemur di bawah sinar matahari, di oven juga bisa tapi jangan sampai gosong. Namun, warna cabe dijemur lebih bagus daripada di oven dan lebih enak pastinya. Bahan sengaja saya iris tipis agar cepat kering.
2. Sangrai dengan api kecil bubuk cabe setelah halus agar bubuk cabe lebih awet dan tetap kering

Hasil Penelitian menunjukkan bahwa sebaran produk pangan olahan sangat terkait erat dengan potensi ketersediaan bahan baku utama (pangan lokal). Bahan baku utama adalah bahan pembuatan produk olahan berasal minimal 25 % dari produk pertanian, sesuai dengan salah satu pengertian agroindustri menurut Soekartawi (2000), dalam hal ini produk pertanian yang dimaksud adalah pangan lokal (tempat produk dibuat) yang merupakan bagian terbesar dari keseluruhan bahan baku pengolahan.

Sebelumnya masyarakat hanya memanfaatkan cabai menjadi sambal atau bahan tambahan untuk pembuatan lauk pauk dan kini masyarakat sudah tau cara pembuatan cabai bubuk dan menggunakannya sebagai bahan tambahan dalam sajian makanan seperti pada saat makan makanan berkuah di rumah mereka hanya menaburkan cabai bubuk tersebut ke dalam makanannya. Selain itu, masyarakat juga dan menyimpan cabai tersebut lebih lama setelah di buat menjadi bubuk cabai.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan di atas dapat disimpulkan bahwa kegiatan penyuluhan dan pelatihan yang dilakukan berjalan dengan lancar dan cara pembuatannya pun sangat mudah dipraktikkan, akan tetapi yang menjadi kendalanya adalah proses penjemurannya yang harus diawasi terus hingga cabai tersebut kering merata.

DAFTAR PUSTAKA

- Andra. 2020. Kandungan Gizi Bubuk Cabai. <http://m.andrafarm.com/andra.php?i=daf tar-usda&kmakan=02009>. Diakses pada 15 Oktober 2020
- Boldsky. 2016. Manfaat yang Terkandung dalam Cabai untuk Bubuk Kesehatan Konsumennya. <https://m.republika.co.id/berita/gaya-hidup/info-sehat/16/06/08/08f k5w384-apa-saja-manfaat-dari-bubuk-cabai>. Diakses pada 12 Oktober 2020.
- Daulay, Fahrizal Fahmi. 2015. Manfaat Cabe Rawit Bagi Kesehatan Manusia. <https://medantribunnews.com/2015/08/17/inilah-manfaat-cabe-rawit-bagi-kesehatan-manusia?page=all>. Diakses pada 13 Oktober 2020.
- Eneng Indriyani F. 2019. Bahaya Bubuk Cabai Bagi Kesehatan. http://nengindriyani.blogspot.com/2019/09/bahaya-bubuk-cabai-bagi-kesehatan_5.html.
- Rizki. 2020. Bahaya Mengonsumsi Cabai Bubuk. <https://www.google.com/amp/s/m.lemonilo.com/amp/blog/apa-saja-manfaat-dan-bahaya-dari-bubuk-cabe>. Diakses pada 11 Oktober 2020
- Lituhayu, Dian Garini. 2020. Pengertian cabe bubuk dan pengolahannya. https://id.m.wikipedia.org/wiki/Cabe_bubuk. Diakses pada 12 Oktober 2020
- PD. Hasil Tjandra Jaya. 2017. Keunggulan dari Penggunaan Cabe Bubuk Dibandingkan dengan Cabe Basah. <https://www.hasiltjandra.com/cabe-bubuk/>. Diakses pada 15 Oktober 2020
- Setiadi, 1999. Bertanam Cabai. Penebar Swadaya, Jakarta
- Soekar tawi (2000). Pengantar Agroindustri 5DMD* UD₂QGR Per sada. Jakarta. Wikipedia. pengertian cabai rawit. https://id.m.wikipedia.org/wiki/Cabai_rawit. Diakses pada 11 Oktober 2020