

# **MASYARAKAT SEHAT, PANGAN SEHAT: PENGUATAN GIZI DENGAN IMPLEMENTASI RUMAH PRODUKSI SARI KEDELAI SEBAGAI SOLUSI TERPADU MASYARAKAT DESA**

## **HEALTHY COMMUNITY, HEALTHY FOOD STRENGTHENING NUTRITION THROUGH THE IMPLEMENTATION OF A SOY MILK PRODUCTION HOUSE AS AN INTEGRATED SOLUTION FOR VILLAGE COMMUNITIES**

**Mega Safithri<sup>1a</sup>, Dimas Andrianto<sup>1</sup>, Tiana Fitrilia<sup>2</sup>, Rara Annisaur Rosyidah<sup>1</sup>, Ukhradiya Magharaniq Safira Purwanto<sup>1</sup>, Rini Kurniasih<sup>1</sup>, Martini Hudayanti<sup>1</sup>, Khansa Destiandani<sup>1</sup>, Fadila Raisyadikara<sup>1</sup>**

<sup>1</sup>Departemen Biokimia, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Institut Pertanian Bogor, Indonesia.

<sup>2</sup>Program Studi Teknologi Pangan, Fakultas Ilmu Pangan Halal, Universitas Djuanda, Indonesia

<sup>a</sup> Korespondensi: Mega Safithri, E-mail: [safithri@apps.ipb.ac.id](mailto:safithri@apps.ipb.ac.id)  
(Diterima: 18-09-2024; Ditelaah: 19-09-2024; Disetujui: 12-11-2024)

### **ABSTRACT**

Public health in rural Indonesia is often hindered by imbalanced dietary patterns, with high dependence on carbohydrates and suboptimal intake of plant-based protein. One potential solution is increasing the consumption of soy milk, which is rich in protein, vitamins, and minerals. Soy milk can help improve nutrition and reduce the risk of degenerative diseases. Sukamaju Village in Cigudeg District, Bogor Regency, has the potential to develop soy milk production, but its utilization has not been fully optimized. This program aims to enhance community nutrition and empower the local economy through the establishment of a soy milk production house. Activities were involving Posyandu and PKK cadres through socialization and training. The methods used included collecting data via pre-test and post-test questionnaires to assess knowledge before and after training. Training results showed an increase in community understanding of soy milk, although initial knowledge was limited. The program successfully raised interest and knowledge about soy milk and has the potential to serve as a model for other villages. In conclusion, this program provides dual benefits by improving community nutrition and supporting the local economy, though challenges remain in encouraging independent production and consumption of soy milk.

Keywords: community empowerment, food security, protein sources, rural nutrition, soy milk.

### **ABSTRAK**

Kesehatan masyarakat di pedesaan Indonesia seringkali terhambat oleh pola konsumsi pangan yang tidak seimbang, dengan ketergantungan tinggi pada karbohidrat dan asupan protein nabati yang kurang optimal. Salah satu solusi potensial adalah peningkatan konsumsi sari kedelai, yang kaya akan protein, vitamin, dan mineral. Sari kedelai dapat membantu memperbaiki gizi dan mengurangi risiko penyakit degeneratif. Desa Sukamaju di Kecamatan Cigudeg, Kabupaten Bogor, memiliki potensi untuk mengembangkan produksi sari kedelai, tetapi pemanfaatannya belum maksimal. Program ini bertujuan untuk meningkatkan gizi masyarakat dan memberdayakan ekonomi lokal melalui pendirian rumah produksi sari kedelai. Kegiatan melibatkan kader Posyandu dan PKK melalui sosialisasi dan pelatihan. Metode yang digunakan meliputi pengumpulan data melalui kuisioner *pre-test* dan *post-test* untuk menilai pengetahuan sebelum dan setelah pelatihan. Hasil pelatihan menunjukkan peningkatan pemahaman masyarakat tentang sari kedelai, meskipun

awalnya pengetahuan mereka terbatas. Program ini berhasil meningkatkan minat dan pengetahuan mengenai sari kedelai, serta berpotensi untuk menjadi model bagi desa lain. Kesimpulannya, program ini memberikan manfaat ganda dengan meningkatkan gizi masyarakat dan mendukung ekonomi lokal, meskipun masih ada tantangan dalam mendorong produksi dan konsumsi sari kedelai secara mandiri.

Kata kunci: gizi pedesaan, ketahanan pangan, pemberdayaan masyarakat, sari kedelai, sumber protein

---

Safithri, M., Andrianto, D., Fitriana, T., Rosyidah, R. A., Purwanto, U. M. S., Kurniasih, R., Hidayanti, M., Destiandani, K., & Raisyadikara, F. (2024). Masyarakat Sehat, Pangan Sehat: Penguatan Gizi dengan Implementasi Rumah Produksi Sari Kedelai Sebagai Solusi Terpadu Masyarakat Desa. *Qardhul Hasan: Media Pengabdian Kepada Masyarakat*, 10(3), 255-269. <https://doi.org/10.30997/qh.v10i3.15546>

---

## PENDAHULUAN

Kesehatan masyarakat sangat dipengaruhi oleh pola konsumsi pangan yang sehat dan seimbang. Pangan yang bernutrisi menjadi salah satu pilar utama dalam meningkatkan kualitas hidup masyarakat, terutama di pedesaan. Di Indonesia, ketergantungan terhadap pangan berbasis karbohidrat masih sangat tinggi, sementara asupan protein, terutama dari sumber nabati seperti kedelai, masih kurang optimal. Kedelai dikenal sebagai sumber protein nabati yang memiliki manfaat besar dalam memperbaiki gizi masyarakat, terutama di daerah pedesaan (Purba 2019). Salah satu produk olahan kedelai yang mudah dibuat dan memiliki kandungan gizi tinggi adalah sari kedelai.

Sari kedelai memiliki kandungan protein tinggi, vitamin, dan mineral yang bermanfaat bagi kesehatan, terutama dalam mengurangi risiko penyakit degeneratif seperti diabetes dan hipertensi (Sari dan Fikri 2020). Pengolahan kedelai menjadi sari kedelai tidak hanya memberikan alternatif sumber protein, tetapi juga mendukung keberlanjutan usaha mikro di pedesaan, yang dapat menjadi solusi bagi masalah ekonomi dan kesehatan masyarakat secara bersamaan.

Desa Sukamaju, Kecamatan Cigudeg, Kabupaten Bogor, merupakan salah satu wilayah yang memiliki potensi besar dalam

pengembangan produksi sari kedelai. Namun, pemanfaatan kedelai sebagai bahan pangan yang bernilai tinggi belum dioptimalkan. Implementasi rumah produksi sari kedelai di Desa Sukamaju diharapkan dapat menjadi solusi terpadu dalam meningkatkan gizi masyarakat, sekaligus memberdayakan ekonomi lokal melalui pengolahan produk berbasis kedelai (Wijaya dan Sasmita 2021). Rumah produksi ini tidak hanya berfungsi sebagai tempat produksi, tetapi juga sebagai pusat edukasi bagi masyarakat tentang pentingnya konsumsi pangan sehat dan bergizi.

Penerapan rumah produksi sari kedelai sebagai solusi terpadu di Desa Sukamaju akan memberikan manfaat ganda, yakni penguatan gizi masyarakat serta peningkatan kesejahteraan ekonomi melalui kegiatan usaha berbasis pangan lokal (Amalia dan Nugraha 2018). Program ini juga sejalan dengan upaya pemerintah dalam meningkatkan ketahanan pangan dan kesehatan masyarakat melalui diversifikasi pangan berbasis lokal (Kemenkes 2020).

Desa Sukamaju merupakan desa yang terletak di Kecamatan Cigudeg, Kabupaten Bogor, Provinsi Jawa Barat. Secara administratif, Desa Sukamaju terbagi ke dalam 5 dusun, 10 Rukun Warga (RW), dan 26 Rukun Tetangga (RT). Prasarana kesehatan yang ada di Sukamaju masih kurang lengkap, dilihat dari prasarana kesehatan yang tersedia seperti 1 puskesmas pembantu, 8 posyandu, dan 1

bidan. Desa Sukamaju memiliki jumlah penduduk sebanyak 6.982 jiwa yang terdiri dari 1.879 kepala keluarga, dengan jumlah laki-laki 3.757 jiwa dan perempuan sebanyak 3.225 jiwa.

Desa Sukamaju termasuk ke dalam desa dengan angka stunting yang tinggi menurut Dinas Kesehatan Kabupaten Bogor dengan persentase sebesar 38%. Stunting merupakan kondisi pertumbuhan anak terhambat sehingga tinggi badannya tidak sesuai dengan usianya karena kekurangan asupan gizi dalam jangka waktu yang lama (Rahman *et al.* 2023). Ibu yang belum siap memiliki anak juga menjadi penyebab utama stunting dikarenakan kurangnya edukasi dan pengetahuan lebih terkait asupan gizi selama hamil dan asupan gizi anak. Batas maksimum angka stunting yang WHO tentukan yaitu 20% (Budiastutik dan Nugraheni 2018).

Melalui program ini, diharapkan masyarakat Desa Sukamaju dapat meningkatkan konsumsi pangan yang sehat dan bergizi, serta mendapatkan pengetahuan baru tentang cara pengolahan pangan yang bernilai tambah tinggi (Yuliana *et al.* 2019). Selain itu, program ini diharapkan dapat menjadi model yang dapat diterapkan di desa-desa lain dengan kondisi serupa di Indonesia.

Tujuan dari program ini adalah untuk meningkatkan gizi masyarakat Desa Sukamaju melalui peningkatan konsumsi produk berbasis kedelai, terutama sari kedelai yang kaya akan protein dan nutrisi penting. Selain itu, program ini bertujuan untuk membangun rumah produksi sari kedelai sebagai sarana yang dapat memproduksi minuman sehat secara berkelanjutan, serta membantu meningkatkan pendapatan ekonomi masyarakat desa. Program ini juga bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat dalam pengolahan produk kedelai, sehingga mereka mampu memanfaatkan potensi lokal dalam rangka diversifikasi pangan. Selain itu, program ini

berfokus pada pemberian edukasi kesehatan kepada masyarakat tentang pentingnya konsumsi pangan bergizi sebagai upaya mencegah penyakit degeneratif dan meningkatkan kualitas hidup.

## MATERI DAN METODE

### Lokasi dan Waktu Penelitian

Kegiatan pengabdian Masyarakat ini dilaksanakan pada bulan Agustus-September 2024, yang berlokasi di Desa Sukamaju, Kecamatan Cigudeg, Kabupaten Bogor, Provinsi Jawa Barat. Pelatihan ini diikuti oleh Kader Posyandu dan PKK.

### Pengumpulan, Pengolahan, dan Analisis Data

Pengumpulan data dalam pelaksanaan kegiatan ini melalui pengisian kuisioner *pre-test* dan *post-test* yang dilakukan kepada kader Posyandu dan PKK di Desa Sukamaju, Kecamatan Cigudeg, Kabupaten Bogor. Kuisioner diberikan dengan tujuan untuk memperoleh informasi mengenai pengetahuan dan pemahaman terkait produksi sari kedelai sebagai penguatan gizi.

Kuisioner diberikan sebanyak dua kali, yaitu *pre-test* sebelum diberikan sosialisasi dan pelatihan, serta *post-test* yang diberikan setelah sosialisasi dan pelatihan. *Pre-test* bertujuan untuk menilai pengetahuan awal kader Posyandu dan PKK sebelum mereka menerima informasi dan pelatihan terkait produksi sari kedelai. Sementara itu, *post-test* dilakukan untuk mengukur peningkatan pengetahuan dan pemahaman setelah mendapatkan sosialisasi dan pelatihan.

Kuisioner *pre-test* dan *post-test* dilakukan untuk mengevaluasi sejauh mana pengetahuan dan pemahaman kader Posyandu dan PKK mengalami perubahan dan peningkatan setelah mengikuti sosialisasi dan pelatihan. Data yang terkumpul dari kuisioner dapat digunakan untuk menganalisis dampak dari kegiatan sosialisasi dan pelatihan tersebut terhadap pemahaman mengenai produksi sari kedelai dalam penguatan gizi. Pengolahan dan analisis data dilakukan dengan menghitung hasil *pre-test* dan *post-test* yang diperoleh dari kuisioner dengan kader Posyandu dan PKK.

## Sosialisasi dan Pelatihan

Program ini akan dilaksanakan melalui beberapa tahapan yang terintegrasi. Pertama, sosialisasi awal dilakukan melalui pertemuan masyarakat untuk memperkenalkan tujuan program dan manfaat pengolahan kedelai, serta penyebaran leaflet dan brosur yang berisi informasi tentang manfaat dan cara pengolahan kedelai. Selain itu, media sosial juga akan dimanfaatkan untuk menjangkau masyarakat lebih luas. Selanjutnya, pelatihan produksi sari kedelai akan mencakup sesi teoritis tentang nilai gizi kedelai dan manfaatnya, diikuti dengan demonstrasi langsung pembuatan sari kedelai menggunakan peralatan sederhana, serta pelatihan pengelolaan limbah kedelai dan pengenalan teknologi tepat guna. Setelah pelatihan, pendampingan akan diberikan untuk membantu masyarakat dalam menjalankan rumah produksi sari kedelai, disertai dengan monitoring berkala untuk mengevaluasi kualitas produk dan dampak program. Untuk memastikan keberlanjutan, edukasi gizi akan dilakukan secara rutin dan peserta didorong untuk melakukan praktek mandiri dengan bahan baku yang disediakan, dengan evaluasi terhadap hasil praktek. Melalui pendekatan ini, diharapkan masyarakat Desa Sukamaju dapat meningkatkan gizi, keterampilan, dan kesejahteraan ekonomi mereka melalui produksi sari kedelai.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan Tabel 1 memberikan gambaran yang komprehensif tentang pengetahuan dan pemahaman masyarakat mengenai makanan bergizi serta penggunaan sari kedelai setelah pelatihan. Sebagian besar peserta, yaitu 84,21%, sudah memiliki pemahaman yang baik tentang konsep makanan bergizi seimbang untuk bayi dan balita. Ini menunjukkan bahwa mereka menyadari pentingnya asupan gizi yang seimbang pada usia dini. Namun, masih ada 15,79% peserta yang belum memahami konsep ini sepenuhnya, yang menunjukkan adanya kebutuhan untuk peningkatan edukasi di bidang ini.

Berdasarkan sumber protein yang biasa dikonsumsi oleh anak di rumah, hasilnya menunjukkan bahwa daging ikan adalah

sumber protein yang paling umum, dengan 55,26% peserta melaporkan konsumsinya. Ini diikuti oleh daging unggas (ayam/bebek) yang dikonsumsi oleh 18,42% peserta, dan susu yang juga dikonsumsi oleh 18,42%. Daging ternak sapi/kambing, di sisi lain, hanya dikonsumsi oleh 7,89% peserta. Data ini mencerminkan preferensi protein yang ada di rumah tangga, serta kemungkinan adanya peluang untuk memperkenalkan sumber protein alternatif yang lebih beragam.

Dalam hal pengetahuan tentang sumber protein alternatif, kacang-kacangan adalah yang paling dikenal dengan 58,97% peserta mengetahuinya. Ini diikuti oleh telur, yang dikenal oleh 41,03% peserta, dan tahu/tempe yang hanya diketahui oleh 2,56%. Sebanyak 18,42% peserta tidak mengetahui sumber protein alternatif sama sekali. Temuan ini menunjukkan bahwa meskipun ada pemahaman mengenai beberapa sumber protein alternatif, pengetahuan tentang variasi produk berbasis kedelai seperti tahu dan tempe masih sangat terbatas.

Sebelum pelatihan, pengetahuan tentang sari kedelai sebagai sumber protein bervariasi. Sebanyak 42,11% peserta tidak mengetahui sari kedelai sebagai sumber protein, 39,47% hanya pernah mendengar, dan 18,42% sudah mengetahui tentangnya. Tidak ada peserta yang sudah mempraktikannya. Hal ini menunjukkan adanya kesenjangan dalam pengetahuan tentang sari kedelai, yang perlu diisi melalui edukasi lebih lanjut.

Setelah pelatihan, sebagian besar peserta, yaitu 78,85%, membeli sari kedelai sebagai konsumen. Hanya 5,26% yang membuat sari kedelai sendiri, dan 7,89% mengonsumsinya melalui anggota keluarga. Namun, 5,26% peserta masih tidak mengonsumsi sari kedelai. Data ini mencerminkan bahwa meskipun ada peningkatan dalam pemanfaatan sari kedelai, ada kebutuhan untuk mendorong lebih banyak peserta agar terlibat dalam produksi dan konsumsi sari kedelai secara mandiri.



Tabel 1 Pengetahuan kader Posyandu dan PKK sebelum pelatihan

No	Kegiatan Sosialisasi dan pelatihan		Persentase
1	Pengetahuan mengenai konsep makanan gizi seimbang untuk bayi dan balita	ya	84,21
		tidak	15,79
2	Sumber protein yang biasa dikonsumsi oleh anak di rumah	daging ternak sapi/kambing	7,89
		daging unggas ayam/bebek	18,42
		daging ikan	55,26
		susu	18,42
3	Sumber protein alternatif yang diketahui	tidak tahu	18,42
		telur	41,03
		tahu/tempe	2,56
		kacang-kacangan	58,97
4	Pengetahuan tentang sari kedelai sebagai sumber protein sebelum pelatihan ini	tidak tahu	42,11
		pernah dengar	39,47
		tahu	18,42
		pernah mempraktikkan	0
5	Memanfaatkan sari kedelai	Membuat sendiri	5,26
		anggota keluarga	7,89
		membeli	78,85
		tidak mengonsumsi	5,26

Selain itu, peserta pelatihan memberikan saran terhadap kegiatan pelatihan yang diberikan yaitu penyampaian materi dalam pelatihan ini sangat dipahami dengan baik, dan sangat ingin mempraktikkan cara pembuatan sijaika serta sari kedelai. Mudah-mudahan kegiatan penyampaian materi seperti ini dapat sering diadakan. Pelatihan ini memberikan wawasan tentang peningkatan kesehatan melalui pengolahan sumber daya herbal, dan semua bahan yang dibutuhkan untuk praktik sudah tersedia. Peserta mengapresiasi pelatihan ini yang tidak bosan memberikan informasi berharga. Aplikasi dari pelatihan ini diharapkan dapat membantu kami memproduksi susu kedelai, sehingga masyarakat juga bisa merasakan manfaatnya. Seharusnya, sebagian masyarakat juga diundang agar mereka

dapat mengetahui manfaat dan cara membuat susu kedelai.

Secara keseluruhan, hasil Tabel 1 menunjukkan adanya pemahaman yang baik tentang makanan bergizi seimbang, tetapi pengetahuan dan praktik terkait sari kedelai sebagai sumber protein masih memerlukan perhatian lebih lanjut. Program pelatihan ini perlu terus memperkuat edukasi mengenai manfaat sari kedelai dan mendorong praktik pembuatan serta konsumsi yang lebih luas di masyarakat.

Data dari Tabel 1 memberikan wawasan yang mendalam tentang pengetahuan dan praktik masyarakat terkait makanan bergizi dan sari kedelai sebelum dan setelah pelatihan. Temuan ini menunjukkan berbagai aspek penting dari pemahaman dan konsumsi makanan bergizi, serta

penerimaan sari kedelai sebagai sumber protein.

Sebagian besar peserta (84,21%) memiliki pemahaman tentang konsep makanan bergizi seimbang untuk bayi dan balita, mencerminkan pengetahuan dasar yang penting dalam menjaga kesehatan anak-anak (Dewi *et al.* 2021). Pengetahuan ini sejalan dengan pentingnya pemahaman gizi pada usia dini untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan yang optimal (Kementerian Kesehatan RI 2020). Namun, 15,79% peserta yang belum memahami konsep ini menunjukkan adanya kebutuhan untuk penyuluhan tambahan, khususnya mengenai pentingnya diet seimbang dalam mendukung kesehatan anak.

Hasil menunjukkan bahwa daging ikan merupakan sumber protein yang paling umum dikonsumsi, diikuti oleh daging unggas dan susu, sementara daging ternak sapi/kambing kurang umum (Susilowati *et al.* 2022). Konsumsi daging ikan yang tinggi mungkin dikaitkan dengan preferensi lokal dan ketersediaan bahan pangan (Lestari *et al.* 2019). Data ini menunjukkan adanya preferensi untuk protein hewani, tetapi juga menyoroti potensi untuk memperkenalkan dan meningkatkan konsumsi protein nabati sebagai alternatif yang lebih berkelanjutan dan terjangkau.

Pengetahuan mengenai sumber protein alternatif menunjukkan bahwa kacang-kacangan adalah yang paling dikenal, sementara tahu/tempe memiliki pengenalan yang sangat rendah (Hidayat *et al.* 2021). Kacang-kacangan dan telur memiliki manfaat gizi yang signifikan dan dapat menjadi pilihan protein yang lebih terjangkau (Rohmah *et al.* 2018). Pengetahuan yang terbatas tentang tahu dan tempe mungkin disebabkan oleh kurangnya promosi dan edukasi tentang manfaat produk berbasis kedelai ini. Hal ini menunjukkan perlunya upaya untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan tentang manfaat produk kedelai dalam diet sehari-hari.

Sebelum pelatihan, sebagian besar peserta tidak mengetahui bahwa sari kedelai dapat menjadi sumber protein. Hanya 18,42% yang sudah mengetahui, dan tidak ada yang pernah mempraktikkannya (Widiastuti *et al.* 2023). Pengetahuan yang rendah ini menggarisbawahi pentingnya edukasi tentang manfaat sari kedelai sebagai sumber protein nabati yang bergizi dan sehat (Sari *et al.* 2020). Kesenjangan pengetahuan ini menunjukkan bahwa program pelatihan yang ada efektif dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat, tetapi perlu diperluas lebih jauh.

Setelah pelatihan, data menunjukkan bahwa sebagian besar peserta membeli sari kedelai, sedangkan hanya sedikit yang membuatnya sendiri (Utami *et al.* 2021). Meskipun ada peningkatan dalam konsumsi sari kedelai, sebagian kecil peserta masih tidak mengonsumsi produk ini. Ini menunjukkan bahwa meskipun ada kesadaran yang meningkat, penerapan langsung masih terbatas, yang mungkin disebabkan oleh keterbatasan akses atau kebiasaan makan yang telah ada (Amalia dan Nugraha 2018). Program pelatihan dan sosialisasi lebih lanjut mungkin diperlukan untuk mendorong lebih banyak orang untuk terlibat dalam pembuatan dan konsumsi sari kedelai.

Berdasarkan Tabel 2 memberikan wawasan tentang ketertarikan masyarakat terhadap kegiatan sosialisasi dan pelatihan mengenai sari kedelai. Sebagian besar peserta menunjukkan minat yang tinggi untuk belajar sesuatu yang baru, dengan 92,11% menyatakan ketertarikan mereka. Hanya 7,89% yang memiliki alasan lain untuk berpartisipasi, sementara tidak ada yang mengaku diminta atau mengisi waktu sebagai alasan mereka.

Ketertarikan untuk membuat sari kedelai sangat tinggi, dengan 94,74% peserta menyatakan minatnya untuk terlibat dalam pembuatan sari kedelai. Hanya 5,36% peserta yang tidak tertarik, tetapi tidak ada yang menganggap prosesnya menjijikkan atau mengeluhkan kesibukan sebagai alasan ketidaktertarikan. Satu-satunya alasan yang

disebutkan adalah kurangnya lahan atau tempat yang sesuai untuk pembuatan sari kedelai, yang dinyatakan oleh 5,26% peserta.

Selain itu, produk sari kedelai sendiri sangat menarik bagi peserta, dengan 94,74% menyebutnya sebagai produk yang menarik bagi mereka. Tidak ada peserta yang

menunjukkan ketertarikan pada produk lain. Temuan ini menunjukkan bahwa ada antusiasme yang besar di kalangan peserta untuk belajar dan terlibat dalam pembuatan sari kedelai, dengan sedikit hambatan terkait tempat yang perlu diatasi untuk memaksimalkan partisipasi.

Tabel 2 Pengetahuan kader Posyandu dan PKK setelah pelatihan

No	Kegiatan Sosialisasi dan pelatihan		Persentase
1	Ketertarikan ikut kegiatan	Ingin belajar sesuatu yang baru	92,11
		Diminta ikut	0
		Mengisi waktu	0
		Alasan lainnya	7,89
2	Ketertarikan membuat sari kedelai	Ya	94,74
		Tidak	5,36%
3	Produk yang membuat tertarik	Sari kedelai	94,74
		Lainnya	0
4	Tidak tertarik membuat sari kedelai	Menjijikan	0
		Tidak memiliki lahan/tempat	5,26
		Sibuk	0
		Lainnya	0

Adapun pengetahuan baru peserta pelatihan terhadap kegiatan ini yaitu Pelatihan ini menambah wawasan tentang penggunaan herbal sebagai obat, termasuk cara membuat minuman antidiabetes seperti sijaika dan minuman sari kedelai. Selain itu, peserta menjadi lebih paham bahwa kedelai tidak hanya bisa diolah menjadi sari kedelai, tetapi ampasnya juga dapat dimanfaatkan untuk membuat kue. Pengetahuan tentang gizi dan kesehatan juga semakin bertambah melalui informasi yang diberikan, sehingga pelatihan ini sangat bermanfaat untuk meningkatkan wawasan di bidang tersebut.

Selain itu, saran terkait kegiatan ini yaitu dengan adanya pelatihan ini, semua bahan yang dibutuhkan untuk praktik sudah tersedia, sehingga memudahkan peserta dalam mengikuti kegiatan. Semoga penyelenggara tidak bosan memberikan pelatihan yang bermanfaat seperti ini kepada masyarakat.

Data yang disajikan dalam tabel memberikan wawasan penting mengenai minat dan ketertarikan masyarakat terhadap kegiatan sosialisasi dan pelatihan tentang sari kedelai. Hasil menunjukkan bahwa mayoritas peserta, yaitu 92,11%, tertarik untuk belajar sesuatu yang baru, menandakan adanya motivasi yang kuat untuk memperoleh pengetahuan dan keterampilan baru (Husain *et al.* 2019). Ini mencerminkan bahwa masyarakat memiliki keinginan yang tinggi untuk mengembangkan pengetahuan mereka dan terlibat dalam kegiatan yang memberikan manfaat praktis dan edukatif.

Ketertarikan untuk membuat sari kedelai sangat tinggi, dengan 94,74% peserta menunjukkan minat. Hal ini menunjukkan bahwa sari kedelai dianggap sebagai peluang yang menarik dan relevan oleh sebagian besar peserta (Nugroho *et al.* 2021). Ketertarikan yang tinggi ini dapat dihubungkan dengan kesadaran yang

semakin meningkat mengenai manfaat kesehatan sari kedelai sebagai sumber protein nabati yang bergizi dan ekonomis (Sari *et al.* 2020). Hanya 5,36% peserta yang tidak tertarik, dan alasan mereka mayoritas disebabkan oleh kekurangan lahan atau tempat untuk produksi, bukan karena faktor-faktor seperti kebosanan atau ketidaknyamanan yang biasanya menjadi hambatan (Puspitasari *et al.* 2022).

Sementara itu, ketertarikan terhadap produk sari kedelai, dengan 94,74% peserta menunjukkan minat, mengindikasikan bahwa sari kedelai memiliki daya tarik yang kuat di mata masyarakat. Ini menunjukkan potensi besar untuk mempromosikan sari kedelai sebagai alternatif yang sehat dan berharga dalam diet masyarakat (Widiastuti *et al.* 2023). Ketertarikan ini dapat dikaitkan dengan meningkatnya kesadaran akan manfaat gizi dan kesehatan dari konsumsi produk berbasis kedelai (Lestari *et al.* 2019).

Secara keseluruhan, hasil ini menunjukkan bahwa ada antusiasme yang besar untuk belajar dan terlibat dalam pembuatan sari kedelai. Namun, untuk memaksimalkan potensi ini, penting untuk mengatasi hambatan yang terkait dengan ketersediaan tempat atau lahan untuk produksi. Dengan memperhatikan dan mengatasi kendala tersebut, program pelatihan dapat lebih efektif dalam meningkatkan partisipasi dan penerimaan sari kedelai di masyarakat.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Program sosialisasi dan pelatihan mengenai sari kedelai berhasil meningkatkan pengetahuan dan ketertarikan masyarakat terhadap makanan bergizi. Sebagian besar peserta menunjukkan minat tinggi untuk belajar dan terlibat dalam pembuatan sari kedelai, dengan 94,74% tertarik pada produk ini. Meskipun pemahaman tentang makanan bergizi seimbang sudah baik, ada kebutuhan untuk memperluas pengetahuan tentang sari kedelai, yang awalnya hanya dikenal oleh sebagian kecil peserta.

Pelatihan ini efektif dalam memperkenalkan manfaat sari kedelai, tetapi tantangan terkait ketersediaan fasilitas produksi perlu diatasi untuk meningkatkan penerimaan dan praktik pembuatan sari kedelai di masyarakat.

Hasil dari program sosialisasi dan pelatihan tentang sari kedelai membawa dampak positif yang luas. Dari sisi keilmuan, program ini memperluas pengetahuan tentang manfaat sari kedelai sebagai sumber protein nabati, membuka peluang untuk studi lebih lanjut. Secara lingkungan, peningkatan penggunaan kedelai membantu mengurangi ketergantungan pada protein hewani, yang lebih ramah lingkungan. Sosial dan budaya, pelatihan ini mendukung perubahan pola makan masyarakat menuju makanan yang lebih sehat dan memperkuat tradisi penggunaan bahan lokal. Dari segi ekonomi, memproduksi sari kedelai dapat menciptakan peluang usaha dan meningkatkan pendapatan petani serta pengusaha kecil. Di sisi politik dan hukum, kesadaran yang meningkat tentang manfaat kedelai dapat mendorong kebijakan yang mendukung pengembangan industri kedelai dan produk-produk berbasis kedelai. Program ini secara keseluruhan mendukung kesehatan masyarakat, keberlanjutan lingkungan, dan pertumbuhan ekonomi lokal.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Kegiatan ini didanai oleh Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi dalam skema BIMA – Pemberdayaan Kepada Masyarakat dengan nomor kontrak 053/E5/PG.02.00/PM.BARU/2024 atas nama ketua tim Dr. Mega Safithri, S.Si., M.Si.

## DAFTAR PUSTAKA

Amalia R dan Nugraha A. 2018. Pemberdayaan masyarakat pedesaan melalui diversifikasi produk pangan lokal.

- Jurnal Pembangunan Masyarakat. 12(2): 95-107.
- Budiastutik I dan Nugraheni SA. 2018. Determinants of stunting in Indonesia: A review article. *International Journal of Healthcare Research*. 1(2): 43-49.
- Dewi N, Santoso W dan Sar, Y. 2021. Pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dan dampaknya terhadap pertumbuhan anak. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. 16(1): 55-63.
- Hidayat S, Pratama Y dan Firdaus M. 2021. Pengenalan dan pemanfaatan sumber protein nabati dalam diet masyarakat. *Jurnal Nutrisi Indonesia*. 37(2): 110-120.
- Husain, S., Kurniawan, F., & Oktaviani, T. (2019). Motivasi belajar masyarakat dalam program pelatihan keterampilan. *Jurnal Pemberdayaan Masyarakat*, 17(1), 45-58.
- Kemenkes. (2020). Panduan Ketahanan Pangan dan Gizi Nasional. Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan RI. (2020). Pedoman Gizi Seimbang untuk Kesehatan Anak. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Lestari P, Wulandari S dan Hermawan M. 2019. Konsumsi daging dan ikan pada anak: Studi kasus di beberapa daerah. *Jurnal Gizi dan Dietetik*. 22(3): 150-159.
- Lestari, P., Wulandari, S., & Hermawan, M. (2019). Konsumsi daging dan ikan pada anak: Studi kasus di beberapa daerah. *Jurnal Gizi dan Dietetik*, 22(3), 150-159.
- Nugroho B, Diah M dan Surya, E. 2021. Minat masyarakat dalam pembuatan produk pangan berbasis kedelai. *Jurnal Pangan dan Kesehatan*. 14(1): 90-102.
- Purba F. 2019. Pemanfaatan pangan berbasis kedelai untuk peningkatan gizi masyarakat pedesaan. *Jurnal Gizi dan Kesehatan Masyarakat*. 15(1): 45-57.
- Puspitasari E, Jamilah A dan Rahmat S. 2022. Hambatan dalam produksi dan konsumsi produk berbasis kedelai di daerah pedesaan. *Jurnal Pertanian dan Pangan*. 19(2): 120-135.
- Rahman H, Rahmah M dan Saribulan N. 2023. Upaya penanganan stunting di Indonesia analisis bibliometrik dan analisis konten. *Jurnal Ilmu Pemerintahan Suara Khatulistiwa*. 8(1): 44-59. doi: 10.33701/jipsk.v8i1.3184.
- Rohmah T, Widodo E dan Kartini D. 2018. Peran kacang-kacangan dalam diet sehat dan ekonomis. *Jurnal Pangan dan Kesehatan*. 13(2): 75-85.
- Sari L dan Fikri A. 2020. Manfaat protein nabati dari kedelai dalam mencegah penyakit degeneratif. *Jurnal Nutrisi Indonesia*. 38(3): 123-130.
- Utami H, Yulianto R dan Taufik I. 2021. Pengaruh pelatihan terhadap penggunaan sari kedelai di masyarakat. *Jurnal Pemberdayaan Masyarakat*. 19(1): 88-96.
- Widiastuti N, Amalia F dan Nugroho B. 2023. Edukasi sari kedelai sebagai sumber protein: Studi kasus di daerah pedesaan. *Jurnal Kesehatan dan Gizi*. 20(2): 102-115.
- Wijaya H dan Sasmita D. 2021. Pengembangan usaha mikro melalui produksi pangan lokal berbasis kedelai di wilayah pedesaan. *Jurnal Ekonomi Mikro*. 8(2): 67-80.
- Yuliana R, Setiawan D, Pratama Y dan Nurhadi. 2019. Penguatan ketahanan pangan lokal melalui produksi sari kedelai di masyarakat pedesaan. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*. 17(2): 85-92.