ISSN 2776-5636 (Online)
Prima Abdika: Jurnal Pengabdian Masyarakat 5(1), 2025,57-71
https://e-journal.uniflor.ac.id/index.php/abdika/article/view/5007
DOI: https://doi.org/10.37478/abdika.v5i1.5007

Pemberdayaan Wanita melalui Pelatihan Pembuatan *Healthy Pastry* dan *Bakery Product* di LSM Perempuan Binangkit Bandung

Teddy Chandra*, Susilo Dwi Prabowo, Erfin Roesfian, Aditya Wicaksono, Djauhar Arifin, Bambang Sapto Utomo, Lien Maulina, Heri Susanto, Arti Sufianti, Andi Asmara, Fauzhiyah Hafizh
Politeknik Pariwisata NHI Bandung, Indonesia
*Corresponding Author: tec@poltekpar-nhi.ac.id

Info Artikel Diterima: 08/11/2024 Direvisi: 20/12/2024 Disetujui: 23/01/2025

Abstract. *Women Empowerment Through Healthy Pastry & Bakery Product Making Training at LSM Perempuan Binangkit Bandung is a community service program implemented by lecturers and students of the Pastry Processing Art Study Program, NHI Bandung Tourism Polytechnic. The purpose of this program is not only to improve the cooking skills and knowledge of the participants in order to improve the household economy, but it is also expected to be an alternative solution to solving the problem of increasing the risk of catastrophic diseases caused by inappropriate food intake and not in accordance with the recommendations of health institutions. This program is implemented using the cooking demonstration and hands-on practice methods. After the implementation of the healthy pastry & bakery product making training program, it can be concluded that the training participants became more skilled and knowledgeable in the process of making healthy pastry & bakery products which are expected to reduce the risk of catastrophic diseases.*

Keywords: *Training, Healthy pastry and bakery products, Binangkit Women's NGO.*

Abstrak. Pemberdayaan Wanita Melalui Pelatihan Pembuatan *Healthy Pastry & Bakery Product* Di LSM Perempuan Binangkit Bandung adalah program pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan oleh para dosen dan mahasiswa Program Studi Seni Pengolahan Patiseri Politeknik Pariwisata NHI Bandung. Tujuan dari program ini selain untuk meningkatkan keterampilan dan pengetahuan memasak para peserta agar mampu meningkatkan perekonomian rumah tangga, namun juga diharapkan mampu menjadi solusi alternatif bagi pemecahan masalah peningkatan resiko penyakit katastropik yang disebabkan oleh asupan makanan yang tidak tepat dan tidak sesuai anjuran lembaga-lembaga kesehatan. Program ini dilaksanakan dengan menggunakan metode *cooking demonstration* dan *hands on practice*. Pasca pelaksanaan program pelatihan membuat *healthy pastry & bakery product* ini dapat disimpulkan bahwa Para peserta pelatihan menjadi lebih terampil dan berpengetahuan dalam proses pembuatan *healthy pastry & bakery product* yang diharapkan akan menurunkan resiko penyakit katastropik.

Kata Kunci: Pelatihan, healthy pastry & bakery product, LSM Perempuan Binangkit.

How to Cite: Chandra, T., Prabowo, S. D., Roesfian, E., Wicaksono, A., Arifin, D., Utomo, B. S., Maulina, L., Susanto, H., Sufianti, A., Asmara, A., & Hafizh, F. (2025). Pemberdayaan Wanita melalui Pelatihan Pembuatan *Healthy Pastry* dan *Bakery Product* di LSM Perempuan Binangkit Bandung. *Prima Abdika: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(1), 57-71. https://doi.org/10.37478/abdika.v5i1.5007

Copyright (c) 2025 Teddy Chandra, Susilo Dwi Prabowo, Erfin Roesfian, Aditya Wicaksono, Djauhar Arifin, Bambang Sapto Utomo, Lien Maulina, Heri Susanto, Arti Sufianti, Andi Asmara, Fauzhiyah Hafizh. This work is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.

Pendahuluan

Lembaga Swadaya Masyarakat (LSM) Perempuan Binangkit Bandung adalah LSM yang berdiri sejak tahun 2013 dan bergerak dalam bidang pemberdayaan wanita. Dalam kegiatan pemberdayaan wanita yang dijalankannya, LSM binangkit memiliki ragam program yang berupaya untuk meningkatkan kapasitas sumber daya manusia anggotanya. Salah satu dari sekian program pengembangan sumber daya wanita yang dilakukan adalah pelatihan pengolahan dan pembuatan makanan. Oleh karena itu maka, pelatihan pembuatan *healthy pastry & bakery product* menjadi relevan untuk dilaksanakan di LSM Perempuan Binangkit. Pelatihan dilakukan dengan metode *cooking demostration* dan *hands on practice*. Tujuan dari pelatihan ini adalah agar para anggota LSM Perempuan Binangkit memiliki pengetahuan dan keterampilan dalam membuat *healthy pastry & bakery product*. Dari pelatihan tersebut diharapkan akan memberikan manfaat berupa tambahan keterampilan & pengetahuan mengenai varian olahan makanan berupa *pastry & bakery product* sehat yang nantinya selain mampu memberikan kontribusi bagi pertumbuhan ekonomi dari para anggotanya juga dapat menjadi

alternatif bagi pemecahan masalah peningkatan resiko penyakit katastropik yang disebabkan oleh asupan makanan yang tidak tepat dan tidak sesuai dengan anjuran dari lembaga-lembaga kesehatan. Beberapa contoh penyakit katastropik diantaranya adalah diabetes, gagal ginjal, penyakit jantung, kanker, stroke dan lain-lain (Kementerian Kesehatan, 2022). Permasalahan resiko penyakit katastropik harus diwaspadai karena penyakit katastropik adalah penyakit yang memerlukan perawatan medis jangka panjang dengan biaya pengobatan yang relatif mahal (Tarmizi, 2024). Hasil penelitian terdahulu menunjukkan bahwa penyakit katastropik adalah permasalahan yang harus segera dimitigasi dan diantisipasi karena akan menyebabkan dampak kerugian secara finansial yang tidak sedikit (Nurtandhee, 2023). Selain itu berdasarkan penelitian lainnya menunjukkan bahwa biaya kesehatan dapat mengancam penurunan kemampuan finansial rumah tangga, karena setiap tahunnya terdapat 2.3 juta individu (1%) yang jatuh ke dalam angka kemiskinan disebabkan karena biaya kesehatan penyakit katastropik yang mahal (Nugraheni & Hartono, 2017). Maka itu dapat disimpulkan bahwa penyakit katastropik adalah penyakit yang mengancam kemampuan ekonomi dan finansial rumah tangga serta dapat menyebabkan kemiskinan yang harus segera dimitigasi. Salah satu alternatif dari banyak cara dalam menekan resiko penyakit katastropik dapat berupa pelatihan pembuatan makanan-makanan sehat kepada kaum wanita *c.q* ibu rumah tangga yang memiliki peran sangat penting dalam setiap rumah tangga.

Salah satu bentuk mitigasi dari penyakit katastropik yang mengancam finansial dan perekonomian rumah tangga adalah dengan menjaga asupan makanan, karena pola makan yang sehat sangat penting untuk kesehatan karena dapat memberikan nutrisi yang baik bagi tubuh manusia. *Healthy food* atau makanan sehat akan melindungi kita dari banyak penyakit tidak menular kronis, seperti penyakit jantung, diabetes, dan kanker. Mengonsumsi makanan yang bervariasi serta mengurangi konsumsi garam, gula, serta lemak jenuh dan lemak trans yang diproduksi secara industri sangat penting untuk pola makan yang sehat. Diet sehat terdiri dari kombinasi makanan yang berbeda. Ini termasuk: Makanan pokok seperti sereal (gandum, barley, gandum hitam, jagung atau beras) atau umbi-umbian atau akar-akaran yang mengandung tepung (kentang, ubi, talas atau singkong. Kacang-kacangan (lentil dan buncis. Buah dan sayur-sayuran. Makanan dari sumber hewani (daging, ikan, telur dan susu). Maka dapat disimpulkan bahwa produk makanan yang sehat adalah makanan yg mengandung sedikit garam, gula dan lemak, serta mengandung banyak serat (*World Health Organization*, 2024). Makanan yang dikategorikan sehat adalah produk makanan yang seimbang kandungan gizinya serta kaya akan serat dan berbagai zat yang dibutuhkan tubuh dalam proses tumbuh dan berkembang. Produk makanan yang sehat idealnya mengandung unsur protein, mineral, karbohidrat, vitamin dan lemak tak jenuh, atau lazim juga dikenal dengan sebutan empat sehat 5 sempurna (Dinas Koperasi dan UKM Jawa Timur, 2019). Lembaga Kesehatan Dunia merekomendasikan agar masyarakat mengonsumsi kombinasi makanan yang berbeda, termasuk makanan pokok (misalnya sereal seperti gandum, barley, gandum hitam, jagung atau beras, atau umbi-umbian atau umbi-umbian yang mengandung tepung seperti kentang, ubi, talas atau singkong), kacang-kacangan (misalnya lentil, kacang-kacangan), sayuran, buah-buahan dan makanan yang bersumber dari hewani (misalnya daging, ikan, telur dan susu). Termasuk juga mengurangi konsumsi gula, garam, dan

ISSN 2776-5636 (Online)
Prima Abdika: Jurnal Pengabdian Masyarakat 5(1), 2025,57-71
https://e-journal.uniflor.ac.id/index.php/abdika/article/view/5007
DOI: https://doi.org/10.37478/abdika.v5i1.5007

makanan berlemak agar tubuh kita senantiasa sehat (*World Health Organization*, 2024).

Pastry atau patiseri adalah produk olahan makanan yang dipanggang menggunakan oven yang terbuat dari bahan-bahan tepung, mentega, air, dengan tambahan gula dan sedikit garam. Produk *pastry* yang manis dikenal juga dengan istilah *bakers confectionery*. Dalam kata *pastry*, terangkum berbagai aneka produk olahan berbahan tepung,mentega, gula, baking powder, susu dan juga telur. Aneka kue-kue berukuran kecil dan berbagai produk panggangan oven yang manis juga dinamakan *pastry* produk. Secara garis besar *pastry* produk terdiri dari pai, kue tart, croissant & quiches (Friberg, 2002; Coyle, 1982). Umumnya *pastry* adalah produk kue-kue yang dibuat dari bahan adonan yang berlapis tipis atau acapkali disebut adonan *puff*, namun ada juga aneka *pastry* yang terbuat dari bahan adonan rerotian non lapisan. Asal kata *pastry* sendiri adalah dari bahasa prancis yakni "Patiserrie" yang artinya adalah aneka kue. Sebab itulah maka terkadang *pastry* dinisbahkan pada salah satu bidang ilmu yang berfokus pada studi tentang aneka kue (Amira, 2021). *Bakery* adalah suatu proses pembuatan olahan penganan berbahan dasar terigu gandum yang dipanggang di oven seperti misalnya aneka kue kering, aneka roti, dan aneka pai (Ashokkumar, 2009). Umumnya produk *bakery* berbahan dasar dari tepung gandum yang ditambah ragi, garam serta gula dan terkadang ditambahkan lemak. Tekstur dari *bakery* biasanya berpori dan juga empuk karena adanya ragi dan kadar lemak yang ditambahkan ke dalam adonan (Amira, 2021).

Terdapat sejumlah Program pengabdian kepada masyarakat berupa pelatihan membuat produk-produk *pastry & bakery* (roti & kue) yang pernah dilakukan oleh berbagai institusi, beberapa diantaranya adalah: 1) Pelatihan Usaha Kue Dan Roti Bagi Masyarakat Sekitar Kampus Wates Universitas Negeri Yogyakarta yang dilakukan oleh Auliana dkk (2021) dengan tujuan untuk upskilling & meningkatkan perekonomian peserta pelatihan; 2) Pemberdayaan Usaha Masyarakat Melalui Pelatihan Pembuatan Roti Manis Dan Roti Gembong Di Padukuhan Blekik yang dilakukan oleh Prasetyo dkk (2023) dengan tujuan untuk upskilling dan meningkat perekonomian peserta dan ; 3) Pelatihan Membuat Roti Untuk Meningkatkan Ekonomi Keluarga Di Desa Kemlakagede yang dilakukan oleh Agustina dkk (2022) yang bertujuan untuk meningkatkan kemampuan dan motivasi berwirausaha para peserta. Adapun Pemberdayaan Wanita Melalui Pelatihan Pembuatan *Healthy Pastry & Bakery Product* Di LSM Perempuan Binangkit Bandung memiliki diferensiasi dari ketiga program PKM tersebut, karena selain bertujuan untuk meningkatkan keterampilan dan pengetahuan para peserta pelatihan agar memiliki keahlian untuk meningkatkan taraf perekonomian juga bertujuan untuk memitigasi dampak negatif dari penyakit katastropik yang berpotensi mengancam perekonomian dan finansial rumah tangga para peserta.

Metode Pelaksanaan

a. Cooking Demonstration

Program pelatihan membuat *healthy pastry & bakery product* ini dilakukan dengan cara *Cooking demonstration atau* demonstrasi memasak. Demonstrasi memasak adalah cara yang unik dan efektif untuk mengajarkan konsep nutrisi makanan dan keterampilan memasak dasar dalam lingkungan sebuah kelompok peserta. Demo memasak telah terbukti bermanfaat bagi peserta yang hadir karena dapat meningkatkan kepercayaan diri di dapur, meningkatkan keterampilan memasak, dan mengenalkan makanan sehat

kepada kelompok peserta. Dalam perencanaan dan pelaksanaan demonstrasi memasak yang melibatkan suatu kelompok, peserta akan mampu mengaitkan pengetahuan yang dipelajari ke dalam bentuk praktik profesional. Demonstrasi memasak adalah cara luar biasa untuk menjembatani pengetahuan ke dalam bentuk praktik profesional. Demo memasak menyediakan platform untuk mengajarkan konsep nutrisi pada suatu kelompok belajar sebagai cara untuk mengajarkan diet sehat dan mempromosikan gaya hidup sehat. Ini demonstrasi dapat digunakan untuk memberikan peserta pengalaman langsung. Peserta akan memperoleh keterampilan yang dipelajari melalui metode demonstrasi memasak sehingga dapat digunakan ke dalam aspek dan pada akhirnya akan membantu peserta menjadi lebih baik dan profesional (Henderson, 2019; Birson & Singleton, 2017).

Dalam *cooking demonstration*, narasumber selaku intruktur akan terlebih dahulu melakukan unjuk raga bagaimana cara dan proses pembuatan *healthy pastry & bakery product* kepada para peserta pelatihan. Di sini proses pembelajaran bersifat hanya satu arah, yaitu instruktur mendemonstrasikan pembuatan *healthy pastry & bakery product* sambil menjelaskan secara verbal mengenai langkah-langkah, pengetahuan dan metode membuat *healthy pastry & bakery product*. Demonstrasi memasak terbukti bermanfaat bagi peserta yang hadir karena akan meningkatkan kepercayaan diri di dapur, mengembangkan keterampilan memasak, dan mengenalkan aneka makanan sehat ke dalam pola makan. Demonstrasi memasak juga merupakan cara yang efektif untuk berinteraksi dengan kelompok peserta karena menyediakan kegiatan sosial yang bersifat inklusif sambil mempromosikan profil pola makan yang lebih sehat agar menghasilkan sebuah luaran berupa kesehatan yang lebih baik (Garcia et al., 2016).

b. Hands On Practice

Hands-On adalah metode turunan dari teori tentang experiential learning yakni pembelajaran berdasarkan pengalaman. Pembelajaran harus dilihat dari sudut pandang proses adaptasi individu terhadap lingkungan belajar. Hal ini dicapai dengan perolehan pengetahuan seorang individu melalui proses akomodasi dan asimilasi. Pembelajaran berdasarkan pengalaman dihasilkan sebagai respons terhadap pembelajaran berdasarkan reproduksi informasi yang diperoleh melalui hafalan. Lebih jauh lagi peserta kemudian mempelajari sebuah konsep untuk kemudian mengembangkannya dengan cara praktek langsung (Anghel et al., 2017). Hands-on practice adalah mengajak peserta untuk turut terlibat melakukan kegiatan pelatihan. Dalam pelatihan memasak, Hands-on practice sangat penting, sebagaimana ungkapan Konfusius seorang filsuf besar dari dunia timur yang pernah berkata, “Saya mendengar dan saya lupa. Saya melihat dan saya ingat. Saya melakukannya dan saya mengerti.” Hands-on mendorong keterlibatan aktif peserta serta membantu dalam pembelajaran dan sikap yang lebih mendalam sehingga akan memodifikasi perubahan perilaku. Untuk memaksimalkan pembelajaran maka dibutuhkan metode hands-on berbasis keterampilan. Hands-on telah terbukti menjadi cara mengajar yang paling efektif (Link-Mullison, 1995). Dalam *hands on practice*, para peserta pelatihan yang telah melihat proses pembuatan *healthy pastry & bakery product* saat *cooking demonstration* tadi akan diajak untuk turut terlibat dalam membuat *healthy pastry & bakery product* secara mandiri. Tentunya dengan tetap diawasi dan dibimbing oleh para instruktur. Dengan terlibat dan membuat langsung

ISSN 2776-5636 (Online)
Prima Abdika: Jurnal Pengabdian Masyarakat 5(1), 2025,57-71
https://e-journal.uniflor.ac.id/index.php/abdika/article/view/5007
DOI: https://doi.org/10.37478/abdika.v5i1.5007

healthy pastry & bakery product secara langsung dan mandiri, maka para peserta pelatihan akan lebih mampu menguasai keterampilan membuat *healthy pastry & bakery product* dengan lebih cepat.

c. Pengenalan Metode Memasak

Dalam bidang masak-memasak menurut Labensky et al. (2011) dikenal ada beberapa metode memasak yaitu:

1. *Dry heat cooking method*, adalah metode memasak kering. Diharapkan makanan yang dimasak tidak bersentuhan dengan cairan. Contoh metode memasak ini adalah: membakar, memanggang, menggoreng dan menumis.
2. *Moist heat cooking method*, adalah metode memasak basah dimana makanan bersentuhan dengan cairan seperti air, susu dan cairan lainnya. contoh metode memasak ini adalah: kukus dan rebus.

d. Jadwal Pelatihan

Pelaksanaan program pengabdian masyarakat berupa pelatihan pembuatan *healthy pastry & bakery product* yang diberikan oleh pihak Program Studi Seni Pengolahan Patiseri Politeknik Pariwisata NHI Bandung dibagi ke dalam tiga kelompok sebagaimana tertera pada tabel berikut ini:

Tabel 1. Jadwal Pelatihan *Healthy Pastry & Bakery Product*

Narasumber	Waktu Pelatihan	Lokasi Pelatihan	Produk Pelatihan
Kelompok 1	15 Oktober 2023	Gedung Serbaguna RW 15 Lebak Gede, Kecamatan Coblong, Kota Bandung	Peanut Butter Cookies
Kelompok 2	12 Oktober 2023	Saung Angklung Udjo, Jl. Padasuka No. 118 Bandung	Gluten Free Banana Cake
Kelompok 3	10 Oktober 2023	LKP Dewie Sienta, Jl. Utama 15 Padasuka	Doughnut, Berliner, Bapao

e. Peralatan Penunjang

Untuk pelaksanaan kegiatan pelatihan *cooking demonstration* dan *hands on practice* ini maka dibutuhkan peralatan-peralatan sebagai berikut ini:

1. *Digital scale*, adalah timbangan digital yang digunakan untuk menimbang berbagai bahan-bahan pembuatan *healthy pastry & bakery product* yang dibutuhkan.
2. *Milk Jug*, adalah gelas ukur yang digunakan dalam menakar jumlah cairan, dalam hal ini cairan susu. *Milk jug* ada yang terbuat dari logam *stainless steel* dan juga ada yang terbuat dari plastik.
3. *Whisking Bowl*, adalah wadah untuk mengocok dan atau mencampurkan berbagai bahan-bahan, lazim juga dikenal dengan nama baskom.
4. *Ladle*, adalah alat untuk mengambil cairan yang sedang dimasak. *Ladle* terdiri dari beberapa ukuran, mulai dari yang berukuran kecil, ukuran sedang, hingga dengan ukuran yang besar.
5. *Balloon Whisk*, adalah alat yang digunakan untuk mengocok campuran bahan-bahan agar cepat bersatu. *Ballon whisk* terbuat dari bahan logam *stainless steel*. Namun ada juga ballon whisk yang terbuat dari plastik yang lentur.
6. *Rubber Spatula*, adalah alat untuk menyeka campuran atau adonan agar tidak banyak yang tersisa.

7. *Pan*, adalah alat yang digunakan untuk memasak larutan campuran bahan-bahan. Dalam bahasa keseharian, *sauce pan* lazim dikenal dengan nama panci masak. Akan lebih baik bila panci yang digunakan adalah panci berbahan logam *stainless steel*.
8. *Stove*, adalah kompor sumber panas untuk memasak dan mematangkan makanan. Kompor yang digunakan adalah kompor gas, agar memiliki panas yang stabil dan dapat diatur besar atau kecil apinya.

f. Kebutuhan Penunjang

Program pengabdian masyarakat yang dilakukan di masa pandemi ini membutuhkan beberapa perlengkapan penunjang. Adapun kebutuhan penunjang dalam program pelatihan ini diantaranya adalah:

1. Masker, akan dibagikan kepada seluruh peserta pelatihan membuat *healthy pastry & bakery product*
2. *Hand sanytizer*, disiapkan di dekat area masuk tempat pelatihan dan juga di setiap meja para peserta.
3. Tisu, disiapkan di setiap meja peserta.
4. Alat tulis, dibagikan kepada peserta ketika menandatangani daftar hadir peserta.
5. Modul Pelatihan termasuk resep (Tabel 2), dibagikan kepada peserta saat menandatangani daftar hadir.

Tabel 2. Resep & Cara Membuat Aneka *Healthy Pastry & Bakery Product*

Bahan-bahan:	Cara Membuat :
Peanuts Butter Cookies	
• 120 gr Maizena • 40 gr Mocaf • 4 sdm Madu Murni • 2-4 sdm *Greek Yoghurt* • 60 gr Selai Kacang • 2 Kuning Telur • 2 sdt Madu • Wijen Putih	1. Masukan selai kacang, maizena, mocaf dan madu murni lalu aduk sampai tercampur rata dan tambahkan 2-4 sdm greek yoghurt sebagai pengganti mentega, uleni menggunakan tangan sampai tercampur. 2. Pipihkan adonan menggunakan *rolling pin.* 3. Cetak kue berbagai bentuk (bulat, persegi atau memanjang) 4. Ulangi (cara ke 3) sampai adonannya habis. 5. Oleskan loyang dengan minyak kelapa atau baking paper. 6. Siapkan olesan telur (kuning telur dan madu). 7. Oleskan kuning telur pada bagian atas kue dan taburkan biji wijen. 8. Masukkan kedalam oven suhu 150 derajat celcius -+35 menit. 9. Angkat dan dinginkan, lalu siap disajikan.
Gluten Free Banana Cake	
• 1200 gr pisang ambon • 1000 gr gula • 500 gr telur • 1250 gr tepung mocaf • 25 gr baking soda • 500 gr minyak sayur • 750 gr susu	1. Haluskan pisang dan kocok dengan gula menggunakan mixer. 2. Tambahkan telur, tepung mocaf, baking soda, minyak sayur, dan susu. 3. Tuangkan ke dalam loyang cake. 4. Bakar pada suhu 180^0 C sampai matang. 5. Potong-potong kue dan sajikan.
Doughnut & Berliner	
• 500 ml susu	1. Campurkan semua bahan dan uleni hingga

ISSN 2776-5636 (Online)
Prima Abdika: Jurnal Pengabdian Masyarakat 5(1), 2025,57-71
https://e-journal.uniflor.ac.id/index.php/abdika/article/view/5007
DOI: https://doi.org/10.37478/abdika.v5i1.5007

• 100 gr ragi • 4 butir telur • 14 gr garam • 100 gr gula • 120 gr mentega • 1400 gr terigu • Minyak untuk menggoreng	kalis. 2. Diamkan adonan hingga mengembang lalu kempeskan dan timbang 50 gr lalu bulatkan. 3. Diamkan lagi hingga mengembang lalu bentuk bulat pipih berlubang untuk doughnut dan bulat pipih tanpa lubang untuk berliner. 4. Diamkan lagi hingga mengembang lalu goreng menggunakan minyak goreng yang telah panas hingga kecokelatan. 5. Setelah matang lalu tiriskan dan dinginkan. 6. Sajikan doughnut & berliner dengan dibalur oleh gula tepung.

Bapao

Bahan-bahan:	Cara Membuat :
• 2 sdm susu bubuk • 2 sdm gula pasir • 2 sdm ragi instan • 280 ml air hangat • 500 gram tepung terigu • 2 sdt baking powder • 1 sdt garam halus • 2 sdm margarin • Pasta kacang merah instant untuk isian	1. Campur semua bahan-bahan lalu uleni sampai kalis. 2. Setelah kalis, diamkan hingga mengembang, lalu kempeskan adonan dan timbang seberat 50 gr lalu bulatkan dan diamkan lagi sampai mengembang. 3. Setelah mengembang lalu pipihkan dan beri isian pasta kacang merah dan bulatkan kembali untuk proses pengembangan final. 4. Siapkan kukusan dan kukus bapao yang telah mengembang hingga matang.

Hasil dan Pembahasan

a. Pelaksanaan Program Pelatihan Membuat *healthy pastry & bakery product*

Pelaksanaan pelatihan pembuatan *healthy pastry & bakery product* yang diselenggarakan oleh sekelompok dosen Program Studi Seni Pengolahan Patiseri Politeknik Pariwisata NHI Bandung berjalan dengan lancar. Para dosen tersebut bertindak sebagai para narasumber sekaligus instruktur dalam program pelatihan pembuatan *healthy pastry & bakery product*. Para peserta pelatihan terlihat antusias dalam sesi pelatihan ini.



Gambar 1. *Pelaksanaan Program Pelatihan Di Saung Angklung Udjo Bandung*

Program pengabdian masyarakat berupa Pelatihan ini terdiri dari lima tahap, yaitu:

1) Tahap penelitian dilakukan beberapa minggu sebelum agenda pelatihan dilaksanakan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menggali dan menemu kenali pelatihan produk apakah yang kini tengah menjadi trend konsumen. Setelah itu para dosen melakukan analisis dan kajian mengenai jenis program pengabdian yang paling cocok untuk dilaksanakan di lokasi.
2) Tahap pemberian teori dan konsep dilakukan sebelum para instruktur mendemonstrasikan proses pembuatan *healthy pastry & bakery product*. Tujuannya adalah agar para peserta pelatihan mendapatkan gamabaran atau pemahaman awal mengenai *healthy pastry & bakery product* yang akan dibuat. Sehingga nantinya para peserta akan lebih cekatan pada saat melakukan *hands on practice*.
3) Tahap *cooking demonstration* dilakukan setelah sesi pemberian ceramah tatap muka teoretis dari *healthy pastry & bakery product*. Di fase ini dosen yang menjadi instruktur di lapangan melakukan unjuk raga mendemonstrasikan cara pembuatan *healthy pastry & bakery product* yang baik dan benar.
4) Tahap *hands on practice* dilakukan pasca instruktur selesai mendemonstrasikan proses pembuatan *healthy pastry & bakery product*. Dalam fase ini para peserta dilibatkan langsung secara berkelompok untuk turut membuat *healthy pastry & bakery product*. Tujuannya adalah agar para peserta mendapatkan pengalaman empiris dan diharapkan akan menghasilkan pemahaman yang lebih komprehensif dalam proses pembuatan *healthy pastry & bakery product*.
5) fase evaluasi dilaksanakan setelah para peserta pelatihan selesai membuat *healthy pastry & bakery product* secara mandiri. Evaluasi diperlukan agar berbagai kesalahan, kekurangan dan kendala yang terjadi saat *hands on practice* tadi dapat dijadikan bahan pembelajaran. Sehingga nantinya para peserta diharapkan akan mampu membuat *healthy pastry & bakery product* dengan kualitas yang lebih baik.

b. Peserta Pelatihan

Adapun para peserta pelatihan pembuatan *healthy pastry & bakery product* ini adalah para anggota LSM Binangkit yang terbagi menjadi tiga golongan / profesi yaitu:

a. Pengusaha, diwakili oleh para pelaku UMKM *makanan.*
b. Pemerintahan, diwakili oleh beberapa aparatur sipil.
c. Ibu rumah tangga.

c. Pelatihan Pembuatan *Healthy Peanut Butter Cookies*

Peanut butter cookies adalah kue kering yang sudah populer sejak awal tahun 1900-an. Faktanya, pada tahun 1913, istri Presiden AS ke-28, Woodrow Wilson, telah menerbitkan daftar resep kue keringnya, yang mana di dalamnya banyak menyertakan resep Kue Kacang yang tentu saja menggunakan selai kacang. *Peanut butter cookies* adalah jenis kue kering yang cukup terkenal. Bahan utama dalam pembuatannya adalah selai kacang. *Cookies* ini berasal dari Amerika Serikat, perkembangannya dimulai pada tahun 1910-an. Kue ini sangat digemari khalayak karena mudah dibuat, tampilan yang menarik, memiliki aroma mentega kacang yang harum, adonan yang mudah dibentuk serta memiliki tekstur lembut di bagian dalam dan renyah di bagian luar (McKenney, 2022).

ISSN 2776-5636 (Online)
Prima Abdika: Jurnal Pengabdian Masyarakat 5(1), 2025,57-71
https://e-journal.uniflor.ac.id/index.php/abdika/article/view/5007
DOI: https://doi.org/10.37478/abdika.v5i1.5007

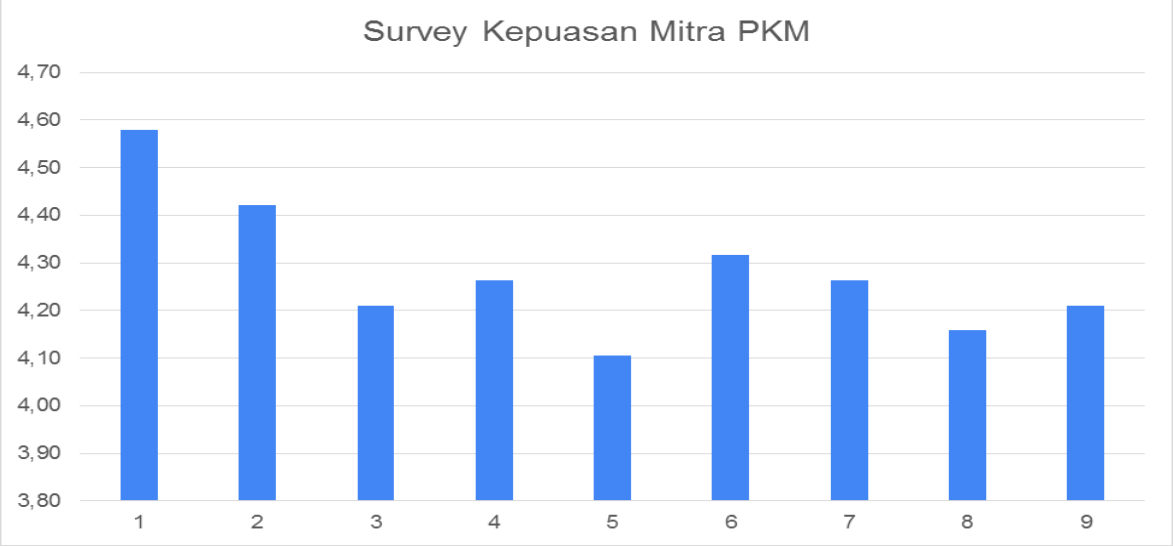


Gambar 2. *Pelatihan Pembuatan Healthy Peanut Butter Cookies*

Dalam proses pembuatan *healthy peanut butter cookies*, prosedurnya sama sepenuhnya dengan pembuatan *peanut butter cookies* konvensional, hanya saja ada modifikasi perubahan beberapa bahan yakni, mentega digantikan dengan yoghurt dan gula digantikan dengan madu murni. Hal ini dilakukan untuk mengurangi jumlah kalori pada produk peanut butter cookies yang telah jadi sehingga hasil produknya lebih ramah untuk dikonsumsi bagi mereka yang peduli pada pola makan rendah kalori. Mengingat ada beberapa dampak negatif yang boleh jadi akan muncul bila kita terlalu banyak memberikan asupan kalori pada tubuh kita seperti obesitas, diabetes, kolesterol tidak sehat, dan juga penyakit jantung.

Dalam pelatihan pembuatan *healthy peanut butter cookies*, pertama-tama narasumber memberikan beberapa penjelasan mengenai *healthy peanut butter cookies* dan langkah-langkah pembuatannya. Setelah selesai sesi penjelasan, maka narasumber lalu langsung mendemonstrasikan cara-cara pembuatan *healthy peanut butter cookies* dengan metode *cooking demonstration* mulai dari tahap preparasi, pembuatan adonan, membentuk dan mencetak adonan, hingga memanggang *healthy peanut butter cookies* sampai matang sempurna. Tahap berikutnya adalah, mempersilahkan para peserta yang telah dibagi menjadi beberapa kelompok, untuk turut membuat produk *healthy peanut butter cookies* sebagaimana yang telah dicontohkan oleh narasumber sebelumnya.

Setelah seluruh produk selesai dikerjakan hingga tuntas oleh seluruh peserta, maka dilanjutkan dengan sesi evaluasi dan tanya jawab antara narasumber dengan peserta, hal ini penting dilakukan sebagai upaya korektif bila terjadi berbagai kesalahan dan kekurangan dalam proses pembuatan *healthy peanut butter cookies* sebelumnya sehingga diharapkan nantinya para peserta akan dapat membuat *healthy peanut butter cookies* dengan kualitas yang lebih baik lagi.



Keterangan:

No	Pertanyaan	Skor
1	Perencanaan PKM memiliki nilai kebermanfaatan dan sesuai dengan kebutuhan.	4,58
2	Materi yang diberikan mempunyai nilai kebermanfaatan dan sesuai dengan kebutuhan	4,42
3	Cara penyampaian materi dapat dimengerti oleh mitra	4,21
4	Modul materi sesuai dengan kebutuhan	4,26
5	Durasi waktu pelaksanaan PKM memenuhi kebutuhan	4,11
6	Sarana dan prasarana PKM memadai	4,32
7	Hasil PKM sesuai dengan perencanaan kemitraan	4,26
8	Hasil PKM sesuai dengan solusi yang diharapkan oleh mitra	4,16
9	Hasil PKM dapat dimanfaatkan secara maksimal	4,21

Gambar 3. *Bar Chart Hasil Survey Kepuasan Mitra PKM Pelatihan Pembuatan Healthy Peanut Butter Cookies*

d. Pelatihan Pembuatan *Gluten Free Banana Cake*

Banana cake merupakan jenis *cake* yang bahan-bahan pembuatannya menyerupai bahan-bahan pembuatan *cake* pada umumnya seperti tepung terigu, mentega, telur dan gula, bedanya adalah dalam pembuatan *banana cake* ditambahkan pisang ke dalam adonan *cake* yang akan membuatnya memiliki rasa yang manis dan enak, serta tekstur yang lembut (Silakniki Lombok Barat, 2021).

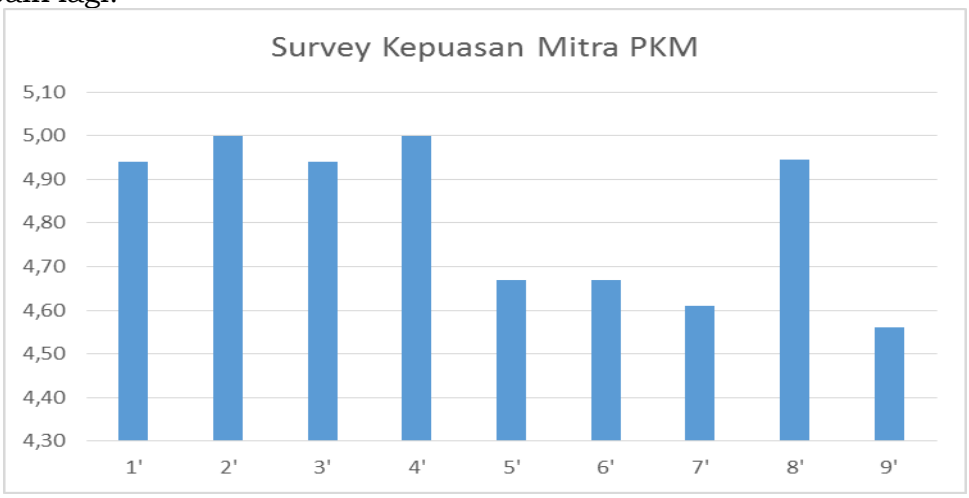
Dalam pelatihan pembuatan *gluten free banana cake*, pertama-tama narasumber memberikan beberapa penjelasan mengenai *gluten free banana cake* dan langkah-langkah pembuatannya. Setelah selesai sesi penjelasan, maka narasumber lalu langsung mendemonstrasikan cara-cara pembuatan *gluten free banana cake* dengan *metode cooking demonstration* mulai dari tahap preparasi, pembuatan adonan, membentuk dan mencetak adonan, hingga memanggang *gluten free banana cake* sampai matang sempurna. Tahap berikutnya adalah, mempersilahkan para peserta yang telah dibagi menjadi beberapa kelompok, untuk turut membuat produk *gluten free banana cake* sebagaimana yang telah dicontohkan oleh narasumber sebelumnya.

ISSN 2776-5636 (Online)
Prima Abdika: Jurnal Pengabdian Masyarakat 5(1), 2025,57-71
https://e-journal.uniflor.ac.id/index.php/abdika/article/view/5007
DOI: https://doi.org/10.37478/abdika.v5i1.5007



Gambar 4. *Pelatihan Pembuatan Gluten Free Banana Cake*

Setelah seluruh produk selesai dikerjakan hingga tuntas oleh seluruh peserta, maka dilanjutkan dengan sesi evaluasi dan tanya jawab antara narasumber dengan peserta, hal ini penting dilakukan sebagai upaya korektif bila terjadi berbagai kesalahan dan kekurangan dalam proses pembuatan *gluten free banana cake* sebelumnya sehingga diharapkan nantinya para peserta akan dapat membuat *gluten free banana cake* dengan kualitas yang lebih baik lagi.



Keterangan:

No	Pertanyaan	Skor
1	Perencanaan PKM memiliki nilai kebermanfaatan dan sesuai dengan kebutuhan.	5,00
2	Materi yang diberikan mempunyai nilai kebermanfaatan dan sesuai dengan kebutuhan	5,00
3	Cara penyampaian materi dapat dimengerti oleh mitra	4,94
4	Modul materi sesuai dengan kebutuhan	4,61
5	Durasi waktu pelaksanaan PKM memenuhi kebutuhan	4,39
6	Sarana dan prasarana PKM memadai	4,56
7	Hasil PKM sesuai dengan perencanaan kemitraan	4,61
8	Hasil PKM sesuai dengan solusi yang diharapkan oleh mitra	4,94
9	Hasil PKM dapat dimanfaatkan secara maksimal	4,67

Gambar 5. *Bar Chart Hasil Survey Kepuasan Mitra PKM Pelatihan Pembuatan Gluten Free Banana Cake*

e. Pelatihan Pembuatan Doughnut, Berliner, Bapao

Doughnut adalah makanan yang sangat populer diberbagai belahan dunia. Dougnut memiliki beragam bentuk. Doughnut dapat dengan mudah ditemukan di toko kue dan roti, supermarket, dan toko-toko waralaba yang khusus menjual doughnut. Doughnut adalah makanan yang dibuat dari adonan tepung gandum dan ditambahkan ragi sebagai pengembangnya lalu dimasak dengan cara digoreng (*Oxford University, 2015*).

Berliner adalah produk yang sebenarnya hampir sama dengan doughnut, baik adonannya serta proses produksinya namun hanya bentuknya saja yang berbeda. Bila doughnut dibentuk dengan memiliki lubang dibagian tengahnya, maka berliner dibentuk tanpa ada lubang. Biasanya berliner diberikan isian cream dan topping cokelat untuk menambah citarasa. Di negara asalnya, berliner selalu dihidangkan di hari-hari perayaan tertentu. Meski demikian, berliner tetap dapat ditemukan setiap saat di toko-toko roti & kue (*Berlin: Full of history, lifestyle and home-style cuisine*, 2014).

Bapao adalah makanan yang terbuat dari adonan tepung yang dikembangkan dengan menggunakan ragi dan dimasak dengan cara dikukus. Biasanya bapao diberikan isian daging atau sayuran ke dalamnya untuk menambah nutrisi dan citarasa (Phillips, 2016).



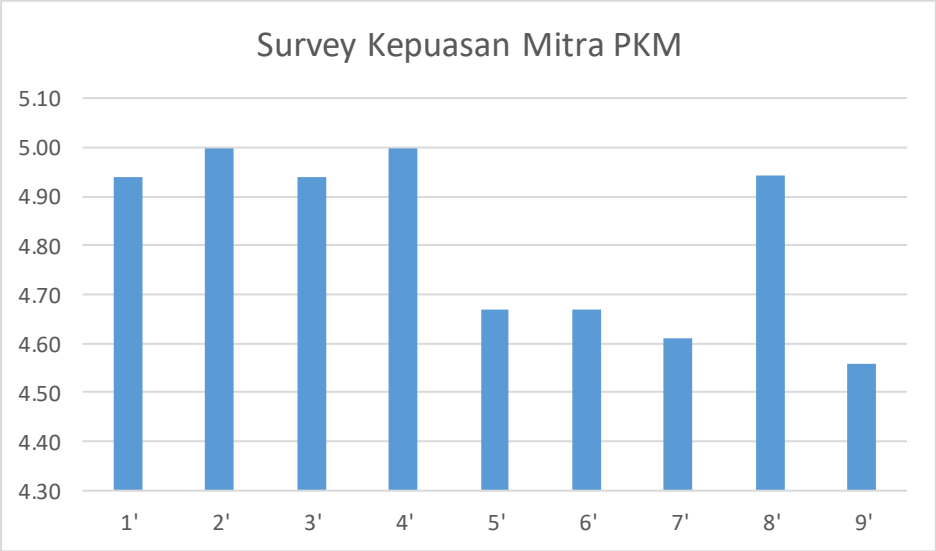
Gambar 6. *Pelatihan Pembuatan Doughnut, Berliner, Bapao*

Dalam pelatihan pembuatan Doughnut, Berliner, Bapao, pertama-tama narasumber memberikan beberapa penjelasan mengenai Doughnut, Berliner, Bapao dan langkah-langkah pembuatannya. Setelah selesai sesi penjelasan, maka narasumber lalu langsung mendemonstrasikan cara-cara pembuatan Doughnut, Berliner, Bapao dengan metode *cooking demonstration* mulai dari tahap preparasi, pembuatan adonan, membentuk dan mencetak adonan, hingga memasak Doughnut, Berliner, Bapao sampai matang sempurna. Tahap berikutnya adalah, mempersilahkan para peserta yang telah dibagi menjadi beberapa kelompok, untuk turut membuat produk Doughnut, Berliner, Bapao sebagaimana yang telah dicontohkan oleh narasumber

ISSN 2776-5636 (Online)
Prima Abdika: Jurnal Pengabdian Masyarakat 5(1), 2025,57-71
https://e-journal.uniflor.ac.id/index.php/abdika/article/view/5007
DOI: https://doi.org/10.37478/abdika.v5i1.5007

sebelumnya.

Setelah seluruh produk selesai dikerjakan hingga tuntas oleh seluruh peserta, maka dilanjutkan dengan sesi evaluasi dan tanya jawab antara narasumber dengan peserta, hal ini penting dilakukan sebagai upaya korektif bila terjadi berbagai kesalahan dan kekurangan dalam proses pembuatan Doughnut, Berliner, Bapao sebelumnya sehingga diharapkan nantinya para peserta akan dapat membuat gluten free banana cake dengan kualitas yang lebih baik lagi.



Keterangan:

No	Pertanyaan	Skor
1	Perencanaan PKM memiliki nilai kebermanfaatan dan sesuai dengan kebutuhan.	4,94
2	Materi yang diberikan mempunyai nilai kebermanfaatan dan sesuai dengan kebutuhan	5,00
3	Cara penyampaian materi dapat dimengerti oleh mitra	4,94
4	Modul materi sesuai dengan kebutuhan	5,00
5	Durasi waktu pelaksanaan PKM memenuhi kebutuhan	4,67
6	Sarana dan prasarana PKM memadai	4,67
7	Hasil PKM sesuai dengan perencanaan kemitraan	4,61
8	Hasil PKM sesuai dengan solusi yang diharapkan oleh mitra	4,94
9	Hasil PKM dapat dimanfaatkan secara maksimal	4,56

Gambar 7. *Bar Chart Hasil Survey Kepuasan Mitra PKM Pelatihan Pembuatan Doughnut, Berliner, Bapao*

Simpulan dan Tindak Lanjut

Setelah melakukan program pelatihan membuat *healthy pastry & bakery product* ini maka dapat disimpulkan bahwa Para peserta pelatihan terlihat cukup kompeten dalam proses pembuatan *healthy pastry & bakery product*. Pasca pelatihan pembuatan healthy pastry & bakery product ini maka sebagai tindak lanjut disarankan untuk program pelatihan berikutnya adalah pelatihan pengemasan dan pemasaran produk-produk healthy pastry & bakery product. Dan juga disarankan untuk melakukan penyuluhan bagaimana mengawetkan *healthy pastry & bakery product* agar dapat dijual dengan kualitas baik.

Daftar Pustaka

Agustina, P., Basri, F., & Fahlepi, M. R. (2022). PELATIHAN MEMBUAT ROTI UNTUK MENINGKATKAN EKONOMI KELUARGA DI DESA KEMLAKAGEDE. *Al Naqdu: Jurnal Kajian Keislaman*, *3*(2).

Amira, K. (2021). Pengertian *Pastry*, Jenis *Pastry*, dan Perbedaannya Dengan Bakery. Tersedia di www.gramedia.com

Anghel, G. A., Gorghiu, G., Buruleanu, C. L., & Gorghiu, L. M. (2017). Education for Healthy Eating in the Actual Curricular Context–A Case Study. In *3rd Central and Eastern European LUMEN* (pp. 27-31).

Ashokkumar, Y. (2009). *Theory of Bakery and Confectionary*, ISBN 978-81-203-3954-5.

Auliana, R., Marwanti, M., Ekawatiningsih, P., Rinawati, W., & Munif, N. (2021). PELATIHAN USAHA KUE DAN ROTI BAGI MASYARAKAT SEKITAR KAMPUS WATES UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA. *Prosiding Pendidikan Teknik Boga Busana*, *16*(1).

Berlin: Full of history, lifestyle and home-style cuisine Archived 2014-03-03 at the Wayback Machine. (2014). Tersedia di GermanFoods.org, diakses pada 25 Januari 2024.

Birlson, O. & Singleton, M. (2017). *The Demonstration Kitchen: Gauging Participant Learning in Cooking Demonstrations. Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics,117(10).*

Coyle, L. P. (1982). *The World Encyclopedia of Food. Facts on File Inc*.

Dinas Koperasi dan UKM Jawa Timur. (2019). Pembuatan *Healthy Food*. Tersedia di diskopukm.jatimprov.go.id, 10 Desember 2019.

Friberg, B. (2002). *Professional Pastry Chef. John Wiley and Sons*

Garcia, A. L., dkk. (2016). *Community Interventions to Improve Cooking Skills and Their Effects on Confidence and Eating Behaviour. Current Nutrition Reports,5(4), 315-322*.

Henderson, J. (2019). *Piloting a Cooking Demonstration Curriculum for Dietetics Students. Utah State University*.

Kementerian Kesehatan. (2022). Kemenkes Pastikan Layanan 4 Penyakit Katastropik Dapat Dilakukan di RSUD Kabupaten/Kota. Tersedia di sehatnegeriku.kemkes.go.id

Labensky, S. R., Hause, A. M., Martel, P., Malley, F., Bevan, A., & Sicoli, S. (2019). *On cooking: a textbook of culinary fundamentals*. Pearson: Prentice hall.

Link-Mullison, M., & Anderson, S. L. (1995). *Hands-on activities to increase learning about the dietary guidelines. Journal of Nutrition Education,27(3).*

McKenney, S. (2022). *Soft & Thick Peanut Butter Cookies*. Tersedia di sallysbakingaddiction.com

Nugraheni, W. P. & Hartono, R. K. (2017). Determinan Pengeluaran Kesehatan Katastropik Rumah Tangga Indonesia Pada Tahun Pertama Implementasi Program JKN. Buletin Penelitian Kesehatan, Vol. 45, No. 1, Maret 2017: 27 – 36.

Nurtandhee, M. (2023). Estimasi Biaya Pelayanan Kesehatan sebagai Upaya Pencegahan Defisit Dana Jaminan Sosial untuk Penyakit Gagal Ginjal. Jurnal Jaminan Kesehatan Nasional, Volume 3 Number 2, (December, 2023). Hlm. 84 – 101.

Oxford University. (2015). *The Oxford Companion To Sugar And Sweets*. Oxford University Press.

ISSN 2776-5636 (Online)
Prima Abdika: Jurnal Pengabdian Masyarakat 5(1), 2025,57-71
https://e-journal.uniflor.ac.id/index.php/abdika/article/view/5007
DOI: https://doi.org/10.37478/abdika.v5i1.5007

Phillips, C. (2016). *All Under Heaven: Recipes from the 35 Cuisines of China*. Ten Speed Press.

Prasetyo, A. E. W. A., Khorini'mah, S. M., Wiguna, M. A., & Fauziah, A. N. (2023). Pemberdayaan Usaha Masyarakat Melalui Pelatihan Pembuatan Roti Manis Dan Roti Gembong Di Padukuhan Blekik. *ABDIMASKU: JURNAL PENGABDIAN MASYARAKAT*, *6*(2), 568-578.

Program Studi Manajemen Patiseri. (2020). Buku Modul Praktikum Program Studi Manajemen Patiseri. Politeknik Pariwisata NHI Bandung

Silakniki Lombok Barat. (2021). *Banana Cake* (Kue Pisang). Tersedia di tpid.lombokbaratkab.go.id.

Tarmizi, S. N. (2024). Menangkal Penyakit Berat. Etalase. Mediakom. Edisi 168. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

World Health Organization. (2024). *Healthy Diet.* Tersedia di www.who.int