

CARA PEMBUATAN TAHU BAGI KALANGAN MASYARAKAT

¹⁾Flora Girsang, ²⁾Frida Yanti, ^{3)*}Risjunardi Damanik

^{1),2),3)} Program Studi Pendidikan Biologi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Simalungun
e-mail: floragirsang827@gmail.com

Abstract

Tofu is a food ingredient rich in plant-based protein and offers numerous nutritional, health, and economic benefits. This study aims to explore the various benefits of tofu for community life through a descriptive qualitative approach. The methods employed include semi-structured interviews with nutritionists, tofu producers, and consumers, as well as observations and documentation studies. The collected data were analyzed through categorization, interpretation, and synthesis to achieve a comprehensive understanding.

Keywords: Tofu Processing, Community Nutrition, Public Health

Abstrak

Tahu merupakan salah satu bahan makanan yang kaya akan protein nabati dan memiliki banyak manfaat gizi, kesehatan, dan ekonomi. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi berbagai manfaat tahu bagi kehidupan masyarakat melalui pendekatan kualitatif deskriptif. Metode yang digunakan meliputi wawancara semi - terstruktur dengan ahli gizi, pelaku usaha tahu, dan konsumen, serta observasi dan studi dokumentasi. Data yang diperoleh dianalisis dengan cara kategorisasi, interpretasi, dan sintesis untuk menghasilkan pemahaman yang komprehensif.

Kata Kunci: Pengolahan Tahu, Gizi Masyarakat, Kesehatan Masyarakat

PENDAHULUAN

Tahu merupakan salah satu sumber protein nabati yang populer dan banyak dikonsumsi oleh masyarakat di Indonesia. Selain harganya yang terjangkau, tahu juga memiliki nilai gizi yang tinggi serta beragam manfaat kesehatan. Pemanfaatan tahu dalam kehidupan sehari - hari tidak hanya terbatas pada konsumsi langsung (Maukar et al., 2019) tetapi juga mencakup berbagai aspek seperti kuliner, ekonomi, dan sosial (Iswadi, 2021).

Dalam konteks kuliner, tahu dapat diolah menjadi berbagai hidangan lezat dan bergizi, mulai dari tumisan, sup, hingga makanan ringan. Keanekaragaman olahan tahu ini tidak hanya memenuhi kebutuhan gizi masyarakat, tetapi juga memberikan peluang bagi pelaku usaha.

Dari segi ekonomi, industri tahu juga memiliki peranan penting dalam menciptakan lapangan kerja dan meningkatkan pendapatan masyarakat. Banyak masyarakat, terutama di pedesaan, yang mengandalkan produksi tahu sebagai sumber mata pencaharian. Melalui pemanfaatan tahu, mereka dapat berkontribusi pada perekonomian lokal sekaligus

meningkatkan kesejahteraan keluarga (Herdhiansyah et al., 2012; Herdhiansyah & Asriani, 2018).

Selain itu, pemanfaatan tahu dalam konteks sosial juga patut diperhatikan. Tahu sebagai bahan makanan yang sehat dan bergizi dapat berperan dalam upaya meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya pola makan yang seimbang. Dengan menyebarkan informasi tentang manfaat tahu, diharapkan masyarakat dapat lebih menghargai dan memanfaatkan sumber daya ini secara optimal (Rahmad, 2008).

Dari segi lingkungan, produksi tahu memiliki dampak yang lebih rendah dibandingkan dengan sumber protein hewani lainnya. Proses pembuatan tahu membutuhkan lebih sedikit sumber daya, seperti air dan lahan, sehingga lebih ramah lingkungan. Dengan meningkatnya kesadaran masyarakat akan isu keberlanjutan, tahu menjadi pilihan yang menarik bagi mereka yang ingin mengurangi jejak karbon dalam pola makan mereka (Romadhona & Patricia, 2020).

Dari sudut pandang keberlanjutan,

tahu merupakan alternatif yang lebih ramah lingkungan dibandingkan dengan produk daging. Proses produksi tahu membutuhkan lebih sedikit sumber daya, seperti air dan lahan, serta menghasilkan emisi gas rumah kaca yang lebih rendah. Dengan meningkatnya kesadaran masyarakat akan pentingnya pola makan yang berkelanjutan, tahu menjadi pilihan yang menarik bagi mereka yang peduli terhadap isu - isu lingkungan.

Dalam konteks budaya, tahu juga memiliki tempat yang istimewa dalam masakan tradisional Indonesia. Berbagai olahan tahu, seperti tahu goreng, tahu tempe, dan sup tahu, telah menjadi bagian dari warisan kuliner yang kaya. Dengan mempertahankan dan mengembangkan resep - resep tradisional yang menggunakan tahu, masyarakat tidak hanya menjaga keberagaman kuliner (Sunyoto et al., 2014). tetapi juga menghargai nilai - nilai budaya lokal.

Sumber data dalam penelitian ini menggunakan data primer, data primer yaitu data yang di peroleh melalui pengamatan langsung lapangan terhadap objek yang di teliti data primer dalam penelitian ini yaitu proses produksi, bahan baku dan hasil produksi yang di peroleh dari hasil survey lapangan.

Dalam melakukan penelitian ini, penelitian akan memngumpulkan data dengan wawancara. Jenis wawancara yang di lakukan adalah wawancara lapangan, dimana wawancara tersebut termaksud kategori in-depth interview dalam melakukan wawancara, penelitian perlu mendengarkan secara teliti dan mencatat apa yang di lakukan oleh informasi (Sugyono, 2011).

METODE

Metode ini Melakukan wawancara dengan para pabrik industri tahu untuk mendapatkan wawasan tentang proses produksi, tantangan yang dihadapi, dan inovasi yang diterapkan. Pertanyaannya dapat mencakup pengalaman sehari - hari, teknik yang digunakan, dan pandangan mereka terhadap pasar tahu.

Berikut adalah pertanyaan pertanyaan yang mencangkup pada pabrik tahu tersebut:

- Bisakah bapak menjelaskan proses produksi tahu dari kedelai hingga produk jadi?
- Alat \ mesin apa saja yang di gunakan untuk pembuatan produksi tahu dari proses hingga produk jadi?
- Dimana limbah pabrik air tahu ini di buang?
- Adakah jenis tahu lain yang di reproduksi di pabrik ini?
- Berapa banyak yang di konsumsi atau di produksi dalam satu hari dan berapa banyak yang terjual dalam satu hari?

HASIL DAN PEMBAHASAN

Menurut penelitian kami pada pabrik tahu bapak Sudarsono bawasannya proses produksi tahu dari kedelai hingga produk jadi?



Gambar 1: Proses Tahap I

Pertama tama kita harus memilih kacang yang bagus, lalu Kacang kedelai di rendam pada drum selama 4 – 5 jam, kemudian setelah beberapa jam di rendam kita harus memastikan kacang kedelai yang sudah di rendam tadi akan berubah warnan dari yang kuning akan menjadi keputihan, kemudian masuklah ke tahap penggilingan (Rosita et al., 2019).



Gambar 2: Proses Tahap II

Setelah melewati prose perendamaan kemudian kacang kedelai di giling bersama air, pada tahap ini kedelai di ubah menjadi

bubur kedelai (campuran dan kedelai yang halus)



Gambar 3: Proses Tahap III

Setelah penggilingan bubur kedelai di saring menggunakan kain saring (kain mori), tujuannya untuk memisahkan hampas (okara) dari sari kedelai, karena sari kedelai inilah yang akan digunakan untuk membuat tahu sedang dan ampasnya digunakan untuk pakan ternak.



Gambar 4: Proses Tahap IV

Kemudian setelah penyaringan sari kedelai yang telah disaring tadi direbus dengan suhu yang tepat. Tahap ini membantu menghilangkan bakteri atau mikroba (Millah, 2020). Selanjutnya, kualitas tahu yang dihasilkan dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti: kualitas kedelai, proses penggilingan dan pencucian, jenis dan jumlah zat penggumpal yang digunakan, teknik pemadatan dan pembentukan tahu.

- Alat dan mesin yang digunakan untuk pembuatan produksi tahu dari proses hingga produk jadi?



Gambar 5: Produksi Tahu Dari Proses Hingga Produk Jadi

Alat yang pertama yang digunakan untuk pembuatan produksi tahu yaitu mesin perendaman dan pencucian kedelai fungsinya untuk merendam dan membersihkan kedelai hingga berubah warna dari kuning hingga seperti keputihan (Meyza et al., 2013). Kemudian mesin penggilingan mesin penggilingan ini berfungsi untuk menghaluskan kacang kedelai hingga seperti menjadi bubur, kain peras (kain mori) berfungsi untuk memisahkan hampas (okara) dari sari kedelai, tempat wajan untuk memasak kedelai berfungsi untuk merebus kacang kedelai tersebut agar membantu menghilangkan bakteri atau mikroba selanjutnya ada cetakan tahu berfungsi untuk mencetak tahu (Susanto et al., 2020). Setelah itu tarok di tempat loyang pencetakan tahu biar kan hingga 2 jam agar air tahu menjadi sedikit tiris (kering) (Andarwulan et al., 2018).

- Dimana limbah pabrik air tahu ini dibuang



Gambar 6: Limbah Pabrik Air Tahu

Pertama tama limbah pabrik tahu ini dibuang di dalam drum agar tidak berceceran setelah itu limbah di alirkan ke belakang pabrik seperti aliran sungai.

- Adakah jenis tahu lain yang di reproduksi di pabrik ini?



Gambar 7: Hasil Produksi Tahu

Jenis tahu yang di produksi di pabrik tersebut hanya ada satu jenis yaitu tahu putih saja.

- Berapa banyak yang terjual dalam satu hari?

Dalam pabrik tersebut yang dapat di konsumsi dalam satu hari dapat mencapai hingga 20 kg - 30 kg. Biasanya yang terjual dalam satu hari dapat mencapai hingga 20 kg sampai sekitar 25 kg perhari.

Sampai sini lah penelitian kami tentang cara pembuatan tahu bagi kalangan masyarakat, pabrik tahu ini merupakan industri yang bergerak di bidang pengolahan pangan dari bahan baku kedelai, industri tahu ini merupakan industri tahu kecil bersekalah rumah tangga yang berkembang pesat hingga di kenal menjadi pabrik tahu bapak sudarsono.

SIMPULAN

Pabrik tahu ini adalah perusahaan yang bergerak di bidang rumah tangga, yang mengolah bahan baku kedelai menjadi produk jadi berupa tahu. Industri tahu ini di kembangkan di kalangan rumah tangga sehingga di sebut sebagai (IRT) pembuatan tahu. proses pembuatan tahu ini di buat dari kacang kedelai kering yang di rendam di hancurkan dan di rebus. campuran tersebut kemudian di pisahkan menjadi bubur padat (okara). untuk memisahkan air di tambahkan garam (Herdhiansyah et al., 2021). Jadi peranan produksi tahu ini berperan sosial di masyarakat seperti meningkat nya nilai nilai ke keluargaan sikap kreatif dan inovati mereka.

UCAPAN TERIMA KASIH

Flora Girsang, Frida Yanti, Risjunardi Damanik

Kami ucapkan terimakasih kepada bapak pemilik pabrik tahu yaitu bapak Sudarsono, yang sudah memberikan ruang dan waktunya untuk bersedia kami wawancarain dan kami ucapkan terimakasih kepada teman kami Rini Warhdani yang telah mendukung pelaksanaan penelitian kami dan yang telah membantu kami dalam pengabdian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Andarwulan, N., Nuraida, L., Adawiyah, D.R., Triana, R.N. 2018. Pengaruh Perbedaan Jenis Kedelai Terhadap Kualitas Mutu Tahu. *Jurnal Mutu Pangan. Jurnal Mutu Pangan*, 5(2), 66-72.
- Asnur, P., Kurniasih, R., Arti, I. M., Ramdan, E. P., & Yulianti, F. (2023). Pemanfaatan Nasi Basi Dan Kulit Buah Nanas Menjadi Pupuk Organik Cair (POC). *Jurnal Pengabdian Masyarakat Sapangambe Manoktok Hitei*, 3(1), 16-22
- Ariyanti. N., Kurniawati, D., Maharani, A., Wardhani, D.H. 2016. Karakteristik Dan Analisis Sensorik Produk Tahu Dengan Koagulan. *JITEK*, 2(2): 73-81.
- Badan Pusat Statistik. 2017. Rata-Rata
- Barus, T., Wulandari, Y.R.E., Hutagalung, R.A., Subali, D. 2019. Pelatihan Membuat Tahu Yang Sehat Pada WKPRI PAROKI ST. Maria Fatima, Sentul City, Bogor. *Jurnal Bakti Masyarakat Indonesia*. 2 (1), 20-29.
- Basir, 2014. Pilot Project Inkubator Teknologi Industri Tahu Yang Efisien Dan Ramah Lingkungan. *Fakultas Teknologi Pertanian*,
- Bula, M., Wali, I. 2020. Pengaruh Alat Percetakan Terhadap Produktifitas Tahu Di Desa Waegeran Kabupaten Buru. *Sang Pencerah*, 6(1), 18-25.
- Djayanti, S. 2015. Kajian Penerapan Produksi Bersih Di Industri Tahu Di Desa Jimbaran, Bandung, Jawa Tengah. *Jurnal Riset Teknologi Pencegahan Pencemaran Industri*, 6(2), 75-80.
- Girsang, W., Girsang, R., Nainggolan, O. J., Manihuruk, D., Turnip, A. R., Girsang, J., & Saragih, B. (2022). Pelatihan

- Memperbanyak Herbisida Sendiri Guna Mengurangi Biaya Produksi Petani. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Sapangambe Manoktok Hitei*, 2(2), 12-24
- Harmain, U., Saragih, J. R., Astuti, T., Pasaribu, M. P., & Nainggolan, P. (2022). Pemanfaatan Pekarangan Rumah Perkotaan Dengan Budidaya Sayuran Hidroponik. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Sapangambe Manoktok Hitei*, 2(1), 60-66
- Herdhiansyah dkk, Kajian Proses Pengolahan Tahu 237
- Herdhiansyah, D., Asriani. 2018. Strategi Pengembangan Agroindustri Komoditas Kakao Di Kabupaten Kolaka – Sulawesi Tenggara. 4(1), 030-041. DOI: <http://dx.doi.org/10.30997/jah.v4i1.1124>
- Herdhiansyah, D., Gustina, Patadjai, A.B., Asriani. 2021. Kajian Penerapan Good Manufacturing Practices (GMP) Pada Pengolahan Keripik Pisang. *Jurnal Agrotek*, 15(3): 845–853. DOI: <https://doi.org/10.21107/agrotek.v15i3.10037.g5851>
- Herdhiansyah, D., Sutiarmo, L., Purwadi, D., Taryono. 2012. Analisis Potensi Wilayah Untuk Pengembangan Perkebunan Komoditas Unggulan Di Kabupaten Kolaka Sulawesi Tenggara. *Jurnal Teknologi Industri*, 22(2), 106-114.
- Idrus, M. 2009. Metode Penelitian Ilmu Sosial Pendekatan Kualitatif Dan Kuantitatif. Erlangga, Jakarta.
- Iswadi, D. 2021. Modifikasi Pembuatan Tahu Dengan Penggunaan Lama Perendaman, Lama Penggilingan Dan Penggunaan Suhu Dalam Upaya Meningkatkan Kualitas Produk Tahu. *Jurnal Ilmiah Teknik Kimia*, 5(1), 20-30.
- Konsumsi Per Kapita Seminggu Beberapa Macam Bahan Makanan Penting Tahun 2017. BPS. Jakarta.
- Kurniawan, B. 2012. Metodologi Penelitian. Jelajah Nusa, Tangerang.
- Maukar, A.L., Runtuk, J.K., Andira, A. 2019. Perancangan Alat Produksi Tahu Yang Higienis Pada Industri Rumah Tangga. *Jurnal Sistem dan Manajemen Industri*,3(1), 3142.
- Meyza, M.I., Nawansih, O., Nurainy, F. 2013. Penyusunan Draft Standard Operating Procedure Proses Pengolahan Tahu (Studi Kasus Di Sentra Produksi Tahu Gunung Sulah Bandar Lampung). *Jurnal Teknologi Industri dan Hasil Pertanian*,18(1), 62-76.
- Millah, I.I.N. 2020. Penerapan Produksi Bersih di Pabrik Tahu KS (Kang Santri) di Desa Kalipang, Rembang, Jawa Tengah. *Journal of Environmental Sustainability*, 1(2), 71-80.
- Peraturan Kepala BPOM Nomor HK.03.1.23.04.12.2206 tahun 2012 tentang Cara Produksi Pangan yang Baik untuk Industri Rumah Tangga
- Purba, T., Harmain, U., & Simarmata, M. M. (2022). Pelatihan Pengelolaan Gula Semut Di Nagori Silou Buttu Kecamatan Raya Kabupaten Simalungun. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Sapangambe Manoktok Hitei*, 2(2), 115-129
- Rahmad. M. 2008. Analisis Pendapatan Dan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Produksi Tahu. (Skripsi). Institut Pertanian Bogor, Bogor.
- Rahmawati Fitri., 2013. Teknologi Proses Pengolahan Tahu dan Pemanfaatan Limbahnya. Fakultas Teknik. Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta
- Romadhona, S., Patricia, S. 2020. Teknologi Diversifikasi Produk Tahu Di Desa Sumbersalak Kelurahan Kranjingan Kecamatan Sumbersari Kabupaten Jember Untuk Meningkatkan Pendapatan Rumah Tangga. *Warta Pengabdian*, 14 (1), 23-31.
- Rosita, Hudoyo, A., Soelaiman, A. 2019. Analisis Usaha, Nilai Tambah Dan Kesempatan Kerja Agroindustri Tahu Di Bandar Lampung. *Jurnal Ilmu-ilmu Agribisnis*, 7(2), 211-218.
- Said, N.A., Ma'ruf. A., Delfitriani. 2020. Analisis Kelayakan Usaha Produksi

- Tahu Sumedang (Studi Kasus di Pabrik Tahu di Kecamatan Conggeang. *Jurnal Agroindustri Halal*, 6(1): 105-113.
- Saleh, E., Alwi, L.O. Herdhiansyah, D. 2020. Kajian Proses Pengolahan Tahu Pada Industri Tahu Karya Mulia Di Desa Labusa Kecamatan Konda Kabupaten Konawe Selatan. *Tekper: Jurnal Teknologi dan Manajemen Industri Pertanian*, 1(3), 185-190.
- Silaban, W. (2023). Sosialisasi Pemanfaatan Limbah Minyak Jelantah Sebagai Pupuk Organik Bagi Tanaman Pada Kelompok Ibu Dharma Wanita Dinas PU Kabupaten Simalungun. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Sapangambe Manoktok Hitei*, 3(1), 12-15
- Simarmata, M. M., Girsang, M. V., Purba, J., & Sinaga, I. A. (2021). Sosialisasi Dan Pelatihan Pembuatan Handsanitizer Alami Kepada Kelompok Pemuda Gereja. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Sapangambe Manoktok Hitei*, 1(1), 34-42
- Sunyoto, Rosidah, Bintari, S.H. 2014. Penerapan IPTEK Usaha Pembuatan Tahu Dan Tempe Di Bandungan Kabupaten Semarang. *Rekayasa*, 12(1), 16-24.
- Susanto, H., Yanto, J., Wahyudin. 2020. Rancangan Alat Potong Tahu Tradisional Untuk Industri Rumahan Di Kabupaten Nagan Raya. *Jurnal Mekanova*, 6(1), 20- 30.
- Widaningrum, I. 2015. Teknologi Pembuatan Tahu Yang Ramah Lingkungan (Bebas Limbah). *Jurnal Dedikasi*, 12:14-21.
- Yunik, T. 2013. Pengaruh Strategi Bauran Pemasaran Terhadap Volume Penjualan Dan Profitabilitas. (Skripsi). Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung.