



## Inovasi NAGGETO (Nugget Sayur Tahu) Makanan Sehat Kekinian di Kelurahan Setapak Besar Kecamatan Singkawang Utara

### NAGGETO (Tofu Vegetable Nugget) Innovation Contemporary Healthy Food in Setapak Besar Village, North District Singkawang

Slamat Fitriyadi <sup>1</sup>, Kamaruddin <sup>2</sup>, Erdi Guna Utama<sup>3</sup>, Lili Yanti<sup>4</sup>, Zulfahita<sup>5</sup>, Dodik Kariadi<sup>6</sup>, Susan Neni Triani<sup>7</sup>, Dian Mayasari<sup>8</sup>

STKIP Singkawang, Singkawang, Indonesia<sup>1,2,3,4,5,6,7,8</sup>

ahmadfitriyadi521@gmail.com<sup>1</sup>, Kamaruddinoke@yahoo.com<sup>2</sup>, erdi.guna.utama@gmail.com<sup>3</sup>, liliyantiana18@gmail.com<sup>4</sup>, zulfahita@yahoo.co.id<sup>5</sup>, kariadidodik@gmail.com<sup>6</sup>, susannenitriani@gmail.com<sup>7</sup>, diansingkawang@gmail.com<sup>8</sup>

---

**Kata Kunci :**

Nugget; Sayur Tahu;  
Setapak Besar

**ABSTRAK**

Berdasarkan hasil survei yang dilakukan oleh tim Pengabdian (Dosen dan Mahasiswa STKIP Singkawang) di awal bulan Desember tahun 2022 di kelurahan Setapak Besar, kecamatan Singkawang Utara, kota Singkawang terhadap masyarakat terutama ibu-ibu mereka sering sekali memberikan makanan praktis jenis frozen Food khususnya Nugget berbahan daging olahan kepada anak-anak mereka sebagai bekal makanan disekolah dan makanan pengganti lauk pauk di rumah, hal ini dilakukan karena mereka menganggap makanan jenis ini lebih praktis penyajiannya, awet, bergizi dan tahan lama bila dibekukan didalam kulkas, hal ini dilakukan terus dilakukan sampai dengan saat ini karena ketidak tahuan atau kurangnya wawasan dan pengetahuan ibu-ibu yang tidak menyadari bahwa dibalik kepraktisan makanan tersebut ternyata mengandung berbagai kandungan yang sangat berbahaya bila dikonsumsi secara terus menerus dalam jangka waktu panjang. Atas dasar itulah tim pengabdian yang terdiri dari dosen STKIP Singkawang, mahasiswa Bimbingan Konseling STKIP Singkawang beserta ibu-ibu PKK di kelurahan setapak besar, kecamatan Singkawang Utara, Kota Singkawang membuat inovasi berupa Nugget yang lebih sehat dengan bahan tahu sebagai proteinya dan sayuran sawi hijau sebagai sumber serat makanan dan vitamin. Tujuan dari kegiatan ini adalah memberikan edukasi dan melatih masyarakat untuk membuat nugget yang lebih sehat dan alami. Metode dalam pengabdian ini adalah training/pelatihan dan pemberian wawasan tentang pilihan makanan yang sehat. Pada kegiatan ini tim pengabdian bersama dengan ibu-ibu PKK berhasil membuat Naggeto (Nugget tahu dan sawi hijau) yang kemudian digunakan untuk bekal anak sekolah dan dipasarkan di wilayah kelurahan setapak besar, kecamatan Singkawang

---

---

Utara, Kota Singkawang. Adapun beberapa keterbatasan yang ada dalam melakukan pemasaran maka tim pengabdian dalam waktu dekat melakukan pendampingan pemasaran menggunakan platform digital (Facebook, Instagram, Tik-tok) guna meningkatkan sasaran penjualan.

---

**Keywords :**

*Nugget; Tofu Vegetables;  
Setapak Besar*

**ABSTRACT**

*Based on the results of a survey conducted by the Community Service team (Lecturers and Students of STKIP Singkawang) in early December 2022 in Setapak Besar sub-district, North Singkawang district, Singkawang city, the community, especially their mothers, often provide practical frozen food, especially nuggets made from processed meat to their children as a provision for school meals and side dishes at home, This is done because they consider this type of food more practical to serve, durable, nutritious and durable when frozen in the refrigerator, this is done continuously until now because of ignorance or lack of insight and knowledge of mothers who do not realize that behind the practicality of the food it turns out to contain various ingredients that are very dangerous when consumed continuously in the long term. On that basis, the service team consisting of STKIP Singkawang lecturers, STKIP Singkawang Counseling Guidance students and PKK mothers in Setapak Besar Village, North Singkawang District, Singkawang City made innovations in the form of healthier Nuggets with tofu ingredients as protein and mustard greens as a source of dietary fiber and vitamins. The purpose of this activity is to educate and train people to make healthier and more natural nuggets. The method in this service is training / training and providing insight into healthy food choices. In this activity, the service team together with PKK mothers succeeded in making Naggeto (tofu nuggets and mustard greens) which were then used for school children's provisions and marketed in the Setapak Besar sub-district area, North District Singkawang, Singkawang City. As for some limitations that exist in doing marketing, the service team in the near future will provide marketing assistance using digital platforms (Facebook, Instagram, Tik-tok) to increase sales targets.*

---

**PENDAHULUAN**

Dewasa ini dikarenakan perubahan gaya hidup yang lebih modern, sehingga semuanya menjadi serba praktis dan kemajuan teknologi pesat seringkali membuat kita mengkonsumsi makanan yang proses penyajiannya lebih praktis. Makanan cepat saji atau junk food sangat populer dikalangan remaja dikota Metropolitan seperti Jakarta rata-rata remaja mengunjungi gerai makanan cepat saji 2 kali perminggu, sebuah survei tentang 4.764 remaja dilaporkan bahwa 75% remaja makan di restoran cepat saji atau junk food selama seminggu sebelum dilakukan survei dan survei yang menunjukkan bahwa nikmat junk food dikelompokkan lebih banyak mengkonsumsi kentang goreng, hamburgerger, pizza, nugget, dan kurangnya asupan buah dan sayuran (Devi, 2019). Salah satu penyebabnya mengkonsumsi makana tersebut adalah padatnya jadwal kesibukan masing-masing individu sehingga pilihan makanan yang akan dikonsumsi adalah yang cepat saji, jadi lebih praktis dan tidak membuang waktu. Makanan jajanan (street food) merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari kehidupan masyarakat, baik dari perkotaan maupun pedesaan. Keunggulan dari makanan jajanan adalah murah dan mudah didapat, serta cita rasanya yang cocok dengan selera kebanyakan

masyarakat. Streetfood atau makanan jajanan merupakan makanan dan minuman yang dipersiapkan atau dijual oleh pedagang kaki lima di jalanan dan tempat-tempat umum yang langsung dimakan atau dikonsumsi tanpa pengolahan atau persiapan lebih lanjut (BPOM, 2009). Meskipun makanan jajanan memiliki keunggulan-keunggulan, ternyata makanan jajanan juga beresiko terhadap kesehatan karena penanganannya sering tidak higienis, yang memungkinkan makanan jajanan terkontaminasi oleh mikroba beracun maupun penggunaan bahan tambahan pangan (BTP) yang tidak diizinkan (Anonim, 2015).

Sekarang ini tidak sedikit makanan yang berbahaya bagi tubuh beredar di masyarakat, karena ketidaktahuan masyarakat tentang makanan berbahaya merupakan salah satu faktor menyebarnya makanan-makanan berbahaya. Menurut data dari Badan Pengawas Obat dan Makanan (BPOM), sepanjang tahun 2021, insiden keracunan akibat mengonsumsi makanan menduduki posisi paling tinggi, yaitu 66,7%, dibandingkan dengan keracunan akibat penyebab lain, misalnya obat, kosmetika, dan lain-lain. Salah satu penyebab keracunan makanan adalah adanya cemaran kimia dalam makanan tersebut. Konsentrasi bahan pengawet yang diizinkan sifatnya adalah penghambatan dan bukannya mematikan organisme-organisme pencemar, oleh karena itu populasi mikroba dari bahan pangan yang diawetkan harus dipertahankan seminimum mungkin dengan cara penanganan dan pengolahan secara higienis. Bahan kimia berbahaya yang bukan ditujukan untuk makanan, justru ditambahkan ke dalam makanan misalnya boraks akan sangat membahayakan konsumen (Yuliarti, 2013). Mengonsumsi makanan yang mengandung boraks akan menyebabkan gangguan otak, hati, lemak dan ginjal. Dalam jumlah banyak, boraks menyebabkan demam, anuria (tidak terbentuknya urin), koma, merangsang sistem saraf pusat, menimbulkan depresi, apatis, sianosis, tekanan darah turun, kerusakan ginjal, pingsan bahkan kematian (Nasution, 2009).

Makanan seperti nugget seringkali di pilih masyarakat untuk di konsumsi. Nugget sebagai salah satu produk olahan daging merupakan daging yang digiling, diberi penambahan bumbu, dicetak, kemudian dilumuri tepung roti pada permukaannya lalu digoreng (Wijayanti, 2017). Komposisi utama nugget adalah daging, biasanya dari ayam, ikan atau kombinasi dengan protein nabati (Basri & Aziz, 2009). Daging mengandung sumber protein hewani yang bernilai tinggi, kaya protein, lemak, mineral dan vitamin serta zat-zat yang diperlukan tubuh. Namun demikian sisi kelemahan dari daging adalah mudah rusak dan dapat menimbulkan penyakit-penyakit degeneratif ketika dikonsumsi tidak terkontrol (Soeparno, 2015). Nugget merupakan salah satu bentuk produk makanan beku siap saji, yaitu produk yang telah mengalami pemanasan sampai setengah matang (precooked), kemudian dibekukan. Nugget juga merupakan produk olahan dari daging giling, diberi penambahan bumbu, dicetak kemudian dilumuri dengan tepung roti pada bagian permukaannya dan digoreng (Syamsir, 2008). Kandungan yang ada didalam makanan tersebut tidak sepenuhnya baik untuk dikonsumsi, terlebih lagi nugget banyak disajikan oleh ibu-ibu sebagai bekal sekolah karena sangat disukai oleh masyarakat terutama anak-anak, banyak dipasaran produk nugget yang mempunyai merek-merek yang berbeda (Evanuarini & Purnomo, 2011) dan penyajiannya praktis. Konsumsi nugget siap saji yang diolah dipabrikasi tidak dapat memberikan jaminan mengandung komposisi yang cukup untuk kebutuhan gizi, terutama anak-anak, serta mekanisme pengolahannya pun tidak dapat kita jamin tingkat higienisnya. Konsumsi nugget yang termasuk makanan cepat saji jika dikonsumsi dalam jangka panjang dapat menyebabkan : meningkatkan serangan jantung, membuat ketagihan, meningkatkan berat badan, memicu diabetes dan memicu tekanan darah tinggi.

Hal itu dikarenakan didalam makanan olahan pabrikan biasanya ditambahkan pengawet, MSG yang berlebihan dan nutrisi yang tidak seimbang. Selain itu nugget yang diolah dipabrikasi rata-rata berbahan dasar daging, namun tidak dapat kita pastikan mengandung 100 % daging namun dapat bercampur dengan bagian-bagian lainnya, sementara kita ketahui bahwa kita harus mendapatkan asupan makanan yang seimbang dengan didukung adanya serat, vitamin dan mineral dari sayuran. Namun, tidak semua orang menyukai sayuran, dikarenakan menurut sebagian orang rasa yang dimiliki sayuran kurang enak bahkan baunya pun dapat menjadi masalah. Gizi adalah unsur yang terkandung di dalam makanan yang dapat memberikan suatu manfaat bagi tubuh yang ketika mengkonsumsinya dapat menjadi sehat (Pratiwi & VAV, 2014). Oleh karena itu diharapkan asupan yang masuk ke tubuh memenuhi aspek karbohidrat, protein, lemak, serat mineral dan vitamin nya. Makanan yang kita

konsumsi seperti daging, telur, nasi, dan sayur-sayuran. (Israeli et al., 2020). Kurangnya konsumsi sayuran memberikan dampak buruk terhadap anak-anak salah satunya bagi proses pencernaan (Lupiana, M., & Sadiman, S, 2017). konsumsi makanan olahan pabrikan seperti nugget dalam jumlah yang cukup banyak juga tidak baik dikarenakan kita tidak dapat memastikan kandungan gizi didalamnya serta kebersihan proses pembuatannya, selain itu makanan olahan seperti itu sebagian besar mengandung bahan tambahan makanan penyedap yang jika dikonsumsi dalam jangka waktu panjang menjadi penyebab beberapa jenis penyakit (Wahyudi, J, 2017).

Berdasarkan hasil survei lapangan yang dilakukan oleh tim pengabdian (dosen STKIP Singkawang dan mahasiswa Bimbingan Konseling diawal bulan Desember tahun 2022 dikelurahan Setapak Besar, Kecamatan Singkawang Utara, Kota Singkawang terhadap masyarakat khususnya ibu-ibu rumah tangga bahwa mereka sering sekali memberikan makanan jenis frozen Food khususnya Nugget berbahan daging olahan kepada anak-anak mereka sebagai bekal makanan untuk pergi ke sekolah dan makanan pengganti lauk pauk dirumah, hal ini dilakukan karena mereka menganggap makanan jenis ini lebih praktis penyajiannya, awet, bergizi dan tahan lama bila dibekukan didalam kulkas, hal ini dilakukan secara terus menerus sampai dengan saat ini karena kurangnya wawasan dan pengetahuan bahwa dibalik kepraktisan makanan tersebut ternyata mengandung berbagai kandungan yang berbahaya seperti pengawet berbahaya (TBHQ) produk berbasis minyak bumi, mengandung gula tinggi, minyak kedelai yang terhidrogenasi, mengandung gluten dan sodium berlebihan bila dikonsumsi secara terus menerus dalam jangka waktu panjang akan berdampak buruk bagi Kesehatan. Berdasarkan permasalahan diatas maka tim pengabdian melakukan kegiatan untuk memberikan edukasi sekaligus training/pelatihan kepada sasaran pengabdian khususnya ibu-ibu PKK dikelurahan setapak besar, kecamatan singkawang utara, kota Singkawang agar mempunyai wawasan, pengetahuan, keterampilan baik dalam pembuatan nugget berbahan protein nabati yaitu tahu dengan kombinasi sayuran sawi hijau sebagai sumber mineral yang tentunya lebih sehat untuk dikonsumsi anak-anak serta pemasaran dari produk nugget tersebut.

Tahu merupakan makanan rendah kalori dan tinggi protein seperti kalsium, zat besi, magnesium, fosfor. (Andi Aladin, 2020). Tahu memiliki kandungan protein tinggi 10,9% per 100 gram (Midayanto dan Yuwono, 2014; Sarwindah dan Wardoyo, 2019). Kedelai adalah komoditas pangan yang mengandung protein nabati tinggi dan digunakan sebagai bahan baku berbagai produk olahan salah satunya tahu. Kedelai mengandung 40% protein, 20% minyak, 35% karbohidrat larut dan karbohidrat tidak larut (serat makanan). Kedelai merupakan sumber vitamin B yang lebih baik dibandingkan golongan biji-bijian lain (Krisnawati, 2017). Sayuran yang digunakan untuk membuat nugget kali ini adalah sawi hijau. Sawi hijau atau dikenal juga sebagai caisim adalah tanaman yang memiliki nama ilmiah Brassica rapa var. parachinensis. Tanaman ini biasa diolah sebagai bahan makanan. Sawi hijau merupakan sayuran yang bermanfaat untuk membantu mencegah dari terserangnya penyakit kanker, hal ini disebabkan karena dalam sawi hijau mengandung senyawa fitokimia khususnya glukosinolat yang cukup tinggi. Dengan rutin mengkonsumsi sawi hijau mampu menurunkan resiko terserangnya kanker prostat. Kandungan gizi sawi hijau (Darwis, K & Anwar, A.R, 2018). Selain itu Sawi hijau memiliki banyak manfaat bagi kesehatan. Sawi hijau kaya akan vitamin A, B, C, E, dan K. Sawi juga mengandung karbohidrat, protein, dan lemak baik yang berguna untuk kesehatan tubuh. Zat lain yang terkandung dalam sawi adalah kalsium, kalium, mangan, folat, zat besi, fosfor, teptofon, dan magnesium. Kandungan non-gizi yang ada dalam sayur sawi adalah serat atau fiber yang kadarnya cukup tinggi. Karena kandungan gizi inilah, sawi termasuk sayuran ajaib yang dapat berfungsi baik untuk mencerdaskan otak.(Siti alifah dkk, 2019). Kolaborasi antara tahu dan sayuran sawi hijau ini menjadi Nugget merupakan terobosan untuk mensiasati makanan anak, dengan harapan selera makan anak akan meningkat dan kandungan protein dan vitamin tercukupi. Adanya Nugget yang dipadukan antara tahu dan sayuran bertujuan untuk dapat memenuhi kebutuhan konsumen akan gizi makanan yang tidak sempat mengkonsumsi sayuran segar secara langsung (Rujiah, Retty Ninsix, 2013).

## METODE PELAKSANAAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian ini dilaksanakan selama 2 hari di pertengahan bulan Desember tahun 2022 yang berlokasi dikelurahan Setapak Besar, kecamatan Singkawang Utara, Kota Singkawang. Peserta kegiatan pengabdian meliputi 3 orang mahasiswa dari prodi Bimbingan dan Konseling, 8 dosen STKIP Singkawang dan ibu-ibu anggota PKK dari kelurahan Semelagi Besar. Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian adalah training/pelatihan berupa pengolahan tahu dan sayuran sawi hijau menjadi makanan sehat yang disukai oleh anak-anak (NAGGETO) serta system pemasarannya. Adapun tahapan dalam pelaksanaan training/pelatihan pembuatan Naggeto diawali dengan menyiapkan bahan-bahan baku yang diperlukan oleh peserta kegiatan pengabdian seperti Tahu dan Sawi Hijau. Tahapan *kedua* yang dilakukan oleh peserta kegiatan adalah mengolah bahan baku dengan mengikuti langkah-langkah pengolahannya. Tahapan *ketiga* dalam kegiatan ini pemasaran produk dengan didampingi oleh tim mahasiswa. Sasaran pasar ditahapan ini masih terbatas menjangkau masyarakat, sekolah-sekolah yang ada daerah sekitar kelurahan Setapak besar, Kecamatan Singkawang Utara, Kota Singkawang.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### **Kegiatan Sosialisasi Kebermanfaatan NAGGETO (Nugget Sayur Tahu)**

Sosialisasi pembuatan Naggeto dilaksanakan selama 1 hari disalah satu rumah warga anggota PKK dikelurahan Setapak Besar, kecamatan Singkawang Utara, Kota Singkawang. Kegiatan dilakukan dengan rangkaian berikut ini : (1) Tim Pelaksana kegiatan pengabdian (Dosen dan Mahasiswa) mengadakan sosialisasi kepada ibu-ibu PKK tentang tujuan yang mendasari kegiatan ini dilaksanakan yaitu untuk memberikan edukasi dari segi kebermanfaatan dan efek bahaya yang ditimbulkan tentang makanan-makanan yang tergolong jenis makanan Forzen Foo karena makanan-makanan tersebut saat ini sangat disukai oleh anak-anak, terutama anak-anak yang tidak menyukai sayur. (2) Memberikan pemahaman kepada ibu PKK tentang teknik pembuatan bentuk-bentuk nugget yang berasal dari bahan alami yaitu tahu dan sayuran sawi hijau yang mengandung berbagai vitamin dan mineral. Dari kegiatan sosialisasi yang dilakukan oleh tim pengabdian kepada sasaran pengabdian yaitu ibu-ibu PKK di kelurahan Setapak Besar, Kelurahan Singkawang Utara, Kota Singkawang didapatkan hasil ternyata selama ini mereka tidak menyadari bahwa dibalik kepraktisan dan kemasan yang menarik dari nugget daging olahan terdapat bahan-bahan kandungan yang berbahaya bagi kesehatan apabila di konsumsi dalam waktu berkepanjangan. Tumbuhnya kesadaran dari ibu-ibu tersebut menumbuhkan semangat dan inovasi mereka untuk bersama-sama dengan tim pengabdian membuat nugget berbahan dasar Tahu dan Sawi Hijau yang tentu lebih sehat dan alami.



**Gambar 1.** Sosialisasi oleh Tim Pengabdian

### **Kegiatan Training/Pelatihan Pembuatan NAGGETO (Nugget Sayur Tahu)**

Setelah kegiatan sosialisasi dilakukan dihari sebelumnya maka kegiatan selanjutnya adalah training/pelatihan yang dilaksanakan selama 1 hari disalah satu rumah warga anggota PKK dikelurahan Setapak Besar, Kecamatan Singkawang Utara, Kota Singkawang. Kegiatan ini fokus kepada praktek atau simulasi pembuatan nugget yang dipandu oleh tim mahasiswa dengan peserta kegiatan para ibu-ibu anggota PKK. Pada kegiatan ini Tim mahasiswa dan ibu-ibu PKK saling berkerjasama atau berkolaborasi menciptakan NAGGETO (Nugget Sayur tahu) yang diharapkan bisa

menjadi makanan Forzen Foo alternatif yang lebih sehat dan bergizi. Langkah-langkah yang dilakukakan dalam pembuatan naggeto adalah sebagai berikut ; (1) Menghaluskan bahan baku berupa tahu dan sayuran terlebih dahulu dengan alat penghalus makanan (Blander), (2) Memasukan semua bumbu (daun bawang, daun seledri, telur, tepung maizena, tepung terigu, bawang merah cincang, kaldu bubuk dan garam), (3) Potong bentuk tahu yang sudah tercampur dengan sayuran sesuaikan bentuk sesuai dengan selera yang disukai anak (berbentuk huruf dan angka), (4) Celupkan ke dalam terigu basah dan lapiasi dengan tepung panir, (5) simpan NUGGET yang sudah dibentuk ke dalam FREZEER agar tepung panir lebih menempel dan siap untuk di goreng. Dalam kegiatan ini tidak ada kendala yang dihadapi karena ibu-ibu PKK di kelurahan Setapak Besar, kecamatan Singkawang Utara, Kota Singkawang karena sudah terbiasa dalam mengolah makanan baik untuk bekal anak-anak sekolah ataupun keseharian dirumah.



**Gambar 2.** Proses pembuatan Naggeto oleh Ibu PKK dan Mahasiswa



**Gambar 3.** Produk Nageto (Nugget Sayur tahu)

### **Pemasaran Produk Naggeto (Nugget Sayur Tahu)**

Produk jadi yang telah dikemas oleh ibu-ibu PKK beserta mahasiswa kemudian dipasarkan ke masyarakat sekitar wilayah Singkawang Utara khususnya daerah kelurahan Setapak Besar. Adapun berbagai kekurangan yang dialami pada saat pemasaran produk meliputi : (1) jangkauan pemasarannya masih terbatas hanya pada area rumah penduduk dan sebagian kantin-kantin sekolah-sekolah di wilayah kelurahan Setapak Besar karena keterbatasan tenaga, (2) Daya tahan produk belum bisa terlalu lama berada diluar sehingga harus selalu berada di freezer, (3) Masih adanya keraguan dari masyarakat tentang rasa Nugget yang telah kami buat, (4) Belum adanya izin atau belum terdaftar di

B POM yang menjadikan produk ini belum sepenuhnya di terima di Masyarakat, (4) ibu PKK belum punya wawasan memasarkan produk dengan mandangkan digital marketing.

Untuk mengatasi kendala-kendala tersebut diperlukan strategi-strategi jangka pendek diantaranya (1) mengadakan training kembali kepada ibu-ibu PKK dikelurahan Setapak Besar, Kecamatan Singkawang utara, Kota Singkawang dengan mengundang narasumber yang berfokus pada mengajari tentang digital marketing agar wilayah pemasaran produk terjangkau luas, (2) Menyempurnakan kemasan produk dengan desain tampilan yang lebih menarik dan menjual, (3) Membuat platform yang menarik di media sosial (facebook, instgram, tik-tok) agar konsumen lebih memahami kelebihan dari produk yang dijual.



**Gambar 4.** Pemasaran Nageto ke guru SD di sekitar wilayah Setapak besar



**Gambar 5.** Pemasaran Nageto Ke Masyarakat sekitar Setapak besar

## KESIMPULAN DAN SARAN

### Kesimpulan

Pengabdian dilakukan terhadap sasaran kegiatan terutama ibu-ibu PKK di wilayah kelurahan Setapak Besar, kecamatan Singkawang Utara. Tujuannya adalah untuk mengolah makanan jenis Frozeen Food khususnya Nugget berbahan dasar Protein Nabati (Tahu) dengan Sayuran sawi hijau. Kegiatan ini dilakukan melalui 3 tahapan yaitu : (1) Sosialisasi kebermanfaatn naggeto untuk memberikan edukasi tentang keunggulan dan kelemahan produk (2) Pelatihan/training proses pengolahan bahan dasar (tahu dan sawi hijau) untuk menjadi Nagget yang lebih sehat dan alami (3) Pemasaran produk naggeto (Nugget sayur dan tahu) yang masih terbatas pada wilayah sasaran kelurahan Setapak Besar, kecamatan Singkawang Utara, kota Singkawang. Dalam kegiatan ini yang menjadi faktor pendukung keberhasilannya adalah mudahnya mendapatkan bahan baku yang sesuai dengan harapan, antusias dan semangat dan antusias yang tinggi dari sasaran kegiatan, adapaun yang menjadi faktor penghambat dalam kegiatan ini diantaranya adalah keterbatasan wilayah pemasaran produk, belum adanya uji ketahanan produk dan legalisasi dari badan pengawas obat dan makanan, produk belum terdaftar di dinas perdagangan wilayah kota singkawang dan terbatasnya pengetahuan ibu-ibu PKK dalam memasarkan produk menggunakan digital marketing.

## Saran

Inovasi produk ini harus terus dikembangkan agar semakin diterima oleh masyarakat terutama anak-anak yang menyukai makanan Frozen Food karena lebih sehat bernutrisi yang mengandung protein dan vitamin nabati yang baik untuk tumbuh dan kembang anak.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih kami tujukan kepada STKIP Singkawang yang telah memberikan kesempatan untuk melakukan Pengabdian Kepada Masyarakat, serta Masyarakat Setapak Besar khususnya ibu-ibu PKK yang telah ikut berpartisipasi sehingga kegiatan ini bisa berjalan dengan baik dan lancar.

## DAFTAR PUSTAKA

- Andi Aladin & Takdir Syarif. (2020). *Tahu Potensi Mengatasi Covid-19*. Yogyakarta : PT Nas Media Indonesia
- Anonim. 2015. *Bahan Tambahan Terlarang dan Berbahaya*. <http://dinkes.denpasar.kota.go.id> diakses tanggal 30 November 2015
- Basri, N. F., & Aziz, F. A. (2009). Asian Journal of Food and Agro-Industry. *Physicochemical and Sensory Properties of Commercial Chicken Nuggets*, 2(02), 171–180.
- BPOM RI. *Laporan Tahunan 2021*. Jakarta: BPOM RI; 2021
- BPOM RI. Sistem Terpadu Keamanan Pangan Jajanan Anak Sekolah. Vol (1): 1-4. Jakarta. 2009. diakses tanggal 16 Agustus 2023
- Darwis, K., & Anwar, A. R. (2018). *Olahan Sawi Hijau Untuk Menumbuhkan Jiwa*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- Devi. (2019). Hubungan Pengetahuan dengan Kebiasaan Konsumsi Makanan Cepat Saji (Fast Food) pada Siswa-Siswi Kelas XI di SMA Negeri Samarinda. *Skripsi Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Dan Farmasi Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur*
- Evanuarini, H., & Purnomo, H. (2011). Physical and Organoleptic Quality of Chicken Nuggets Fried At Different Temperature and Time. *Journal of Agriculture and Food Technology*, 1(8), 133–136.
- Israeli, I., Novitasari, A., & Wulandari, S. (2020). Bermain vegetable eating motivation (Vem) terhadap perilaku makan sayuran pada anak rasekolah. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 879–890.
- Lupiana, M., & Sadiman, S. (2017). Faktor-Faktor yang berhubungan dengan konsumsi sayur dan buah pada siswa sekolah dasar. *Jurnal Kesehatan Metro Sai Wawai*, 10(2), 55-58
- Midayanto, D. N., & Yuwono, S. S. (2014). Penentuan Atribut Mutu Tekstur Tahu Untuk Direkomendasikan Sebagai Syarat Tambahan Dalam Standar Nasional Indonesia. *Jurnal Pangan dan Agroindustri*, 2(4), 259-267.
- Nasution, Anisyah. (2009). Analisa Kandungan Boraks Pada Lontong Di Kelurahan Padang Bulan Kota Medan Tahun 2009. Skripsi. Universitas Sumatera Utara. Medan
- Pratiwi, H. L., & VAV, S. (2014). Hubungan Asupan Energi dan Protein dengan Status Gizi Anak 1-5 Tahun di Posyandu Lestari IV Desa Kalipucang wetan Kecamatan Welahan Kabupaten Jepara. Universitas Dian Nuswantoro
- Rujiah, Retty Ninsix, dan Z. H. (2013). Pengolahan Nugget Sayur. *Jurnal Teknologi Pertanian*, 2(1), 35–47.
- Soeparno, (2015). Ilmu dan Teknologi Daging. Gadjah Mada University. *Cetakan keempat. Gadjah Mada University Press. Yogyakarta*
- Syamsir, Elvira. (2008). *Pengolahan Terhadap Warna Daging*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Siti alifah dkk, (2019). Pengolahan Sawi Hijau Menjadi Mie Hijau Yang Memiliki Nilai Ekonomis Tinggi Di Desa Sukamanis Kecamatan Kadudampit Kabupaten Sukabumi. Vol. 1 No. 2. *Journal of Empowerment Community*

- Wijayanti, NW. Uji Biologis Pelet yang Mengandung Limbah Kubis Terfermentasi terhadap Profil Darah Kelinci New Zealand White Periode Pertumbuhan (Skripsi). *Universitas Diponegoro: Semarang. 2017*
- Wahyudi, J. (2017). Mengenal Bahan Tambahan Pangan Berbahaya: Ulasan. *Jurnal Litbang*, 13(1), 3-12.
- Yuliarti dan Nurheti, (2013). *Awas Bahaya Dibalik Lezatnya Makanan*. Edisi II. Andi, Yogyakarta