

## **Pelatihan Pembuatan Seitan Masak Woku Dan Sambal Matah Secara Online Pada Binaan SML UMKM Centre Rumah Pintar Serpong**

**Nonot Yuliantoro<sup>1</sup>, Charles Yap<sup>2</sup>, Cindy Amelia Gunawan<sup>3</sup>**

<sup>1,2,3</sup>Universitas Pelita Harapan, Banten, Indonesia.

e-mail: <sup>1</sup>nonot.yuliantoro@uph.edu, <sup>2</sup>charlesyap@student.uph.edu,

<sup>3</sup>cindyamelia@student.uph.edu

### **Abstrak**

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat merupakan salah satu unsur penunjang tridharma perguruan tinggi. Sebagai bagian dari akademisi dibidang vokasi, Fakultas Pariwisata Universitas Pelita Harapan mempunyai kewajiban untuk berpartisipasi dalam memberikan pelatihan kepada masyarakat yang bertujuan untuk meningkatkan keterampilan dalam berkreasi dan menginovasikan produk kuliner yang bisa dijadikan ide untuk bejualan ataupun ketahanan pangan. Seitan merupakan olahan yang terbuat dari tepung terigu dan menyerupai daging dan mempunyai kandungan protein tinggi dan sangat cocok diolah dengan resep boga nusantara yaitu woku dan sambal matah. Metode pelatihan dalam bentuk workshop yang dilakukan oleh seorang instruktur secara daring dan para peserta telah dibagikan bahan sesuai resep mengikuti melalui zoom dari dapur masing-masing. Workshop dimulai dari cara membuat seitan hingga proses memasak seitan dengan bumbu woku belanga. Dengan dilakukan workshop maka para binaan umkm mendapatkan wawasan untuk menginovasikan masakan alternatif sebagai pengganti protein hewani dengan cita rasa yang otentik.

**Kata Kunci:** hidangan khas Indonesia, makanan sehat, seitan

### **Abstract**

*The implementation of community service activities is one of the supporting elements of the tridharma of higher education. As part of academics in the vocational field, the Faculty of Tourism of Pelita Harapan University has an obligation to participate in providing training to the community which aims to improve skills in being creative and innovating culinary products that can be used as ideas for selling or food security. Seitan is a preparation made from wheat flour and resembles meat and has a high protein content. the training method in the form of a workshop conducted by an online instructor and the participants have been distributed the ingredients according to the recipe following a zoom from their respective kitchens. The workshop starts from how to make seitan to the process of cooking seitan with woku pot spices. By conducting a workshop, the MSMEs fostered gain insight to innovate alternative dishes as a substitute for animal protein with an authentic taste.*

**Keyword:** seitan, Indonesian recipe, healthy food.

### **Pendahuluan**

#### **1. Latar Belakang**

Dewasa ini pemerintah sedang menggalakan program Usaha mikro kecil menengah dikalangan masyarakat sebagai bentuk kepedulian terhadap



ketahanan ekonomi masyarakat, mengingat umkm merupakan tulang punggung perekonomian nasional (Sarfiyah et al., 2019). Semua elemen masyarakat baik itu perusahaan pemerintah, swasta diharapkan terlibat dalam membina dan berkontribusi dalam mengawal perkembangan umkm di masyarakat. Rumah Pintar yang berlokasi di rawabuntu kecamatan Serpong berawal sebuah sentra kriya dapat berkembang menjadi *Small Medium Large UMKM Centre* yang merupakan sekumpulan pelaku umkm yang sebagian diantara mereka adalah berkecimpung dalam usaha boga (Sari et al., 2021). Kebutuhan akan sebuah pelatihan dan inovasi produk bagi para pelaku umkm di tempat tersebut adalah prioritas, mengingat banyak diantara anggota umkm ini adalah para pelaku umkm pemula yang masih terbatas pengetahuan akan menu makanan yang bisa dijadikan referensi menu makanan untuk dijual (Widiastuti, 2018).

Indonesia adalah negara kepulauan yang terbentang dari sabang sampai Merauke dengan keragaman suku dan budaya (Hasan, 2016). Keragaman budaya mencerminkan keberagaman makanan tradisional dengan keunikan masing masing daerah yang khas (Sani et al., 2016). Kelezatan ragam menu kuliner nusantara yang tersebar di Indonesia mempunyai cita rasa dan gastronomi yang mewakili tiap daerah sesuai budaya makan setempat (Serenami & Palit, 2017). Dari berbagai macam jenis masakan tradisional nusantara, ada beberapa makanan daerah yang digemari masyarakat luas diantaranya adalah masakan manado dari daerah Sulawesi utara dengan bumbu dasar adalah bumbu dapur dan daun kemangi (Bantolo, 2017) hingga menghasilkan salah satu masakan manado yang dikenal dan digemari yaitu woku belanga (Indriaty et al., 2018). Selain masakan Manado, masakan tradisional dari pulau Bali menjadi kegemaran masyarakat karena rasa khas yang pedas dengan perpaduan base genep dengan bunga kecombrang dan salah satu sambal yang sangat dikenal oleh kalangan luas adalah sambal matah yang begitu khas dan menambah cita rasa makanan yang disajikan (Sanaji, 2013).

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat bertujuan untuk membagikan keterampilan kepada ibu-ibu binaan di Rumah Pintar dalam bentuk pelatihan. Dalam kesempatan memperkenalkan kepada ibu-ibu di *Small Medium Large UMKM Centre* di Rumah Pintar Rawabuntu Serpong Tangerang Selatan tentang tentang Seitan yang merupakan olahan tepung gandum yang mempunyai kandungan protein tinggi sebagai pengganti daging beserta cara mengolahnya dengan bumbu-bumbu masakan khas Nusantara. Seitan mengandung protein, zat besi, kalsium, karbohidrat yang dapat melengkapi kebutuhan zat gizi (Rihayat, 2016).

Kegiatan PKM adalah untuk menciptakan ide terhadap Ketahanan pangan yang merupakan program yang telah dicanangkan oleh pemerintah secara Nasional agar supaya masyarakat mempunyai kelangsungan hidup yang baik

dengan banyaknya alternatif makanan yang bisa dikonsumsi sehari-hari (Pangan, 2006). Pemberdayaan para ibu untuk memahami pentingnya sebuah ketrampilan dalam menghasilkan makanan alternatif yang mengandung protein tinggi dengan biaya yang relative rendah akan sangat membantu dalam kecukupan gizi keluarga.

Merupakan tanggung jawab seluruh komponen bangsa untuk terlibat dalam mengambil bagian dalam berpartisipasi memberikan pelatihan kepada masyarakat luas. Universitas Pelita Harapan dalam menjalankan tridarma perguruan tinggi secara konsisten turut ambil bagian dalam kegiatan pengabdian masyarakat dengan program-program andalan yaitu memberikan pelatihan kepada masyarakat yang direncanakan dengan baik dan berkesinambungan sesuai dengan Undang-undang No.20 tahun 2003 tentang sistem Pendidikan nasional pasal 20.

## 2. Tujuan

Tujuan dari diadakannya Pengabdian kepada Masyarakat ini adalah untuk mengajarkan pembuatan seitan dan mengolah dengan bumbu woku dan seitan sambal matah kepada masyarakat melalui pemaparan materi dan praktik menjadi hidangan alternatif yang lezat dengan resep otentik nusantara yaitu seitan woku yang merupakan masakan manado yang mempunyai rasa khas masyarakat Sulawesi utara (Nugroho, 2020) dan seitan sambal matah yang menjadi ciri khas masakan dari Bali yang melengkapi citarasa setiap makanan yang disajikan, melalui demo memasak dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat.

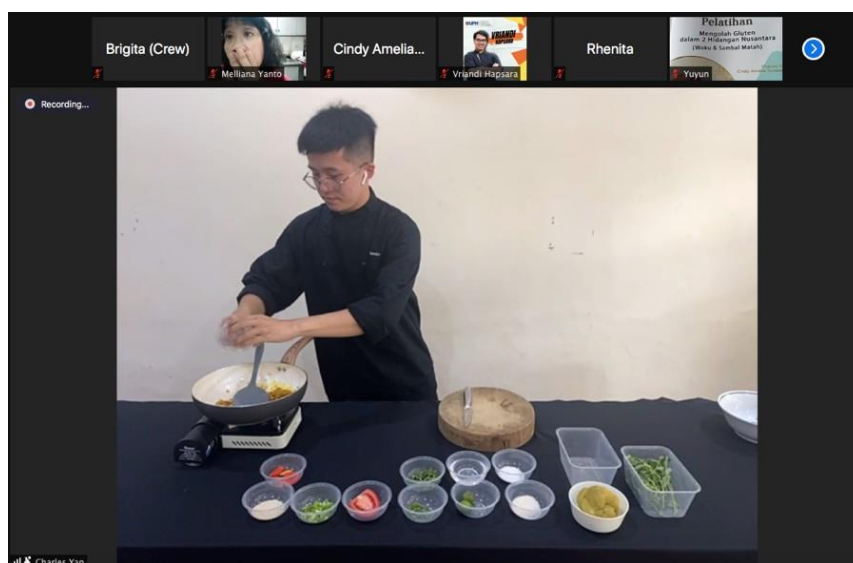
## 3. Manfaat

Manfaat dari kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini adalah untuk memberikan wawasan yang lebih luas kepada para peserta dalam menggunakan dan mengolah substitusi daging yaitu seitan dalam masakan nusantara . Selain itu juga, kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini dapat menambah pengetahuan peserta mengenai pola makan sehat dengan bahan yang lezat dan bergizi. Peserta jugamendapatkan pengetahuan beserta dengan *tips* saat memasak seitan woku dan seitan sambal matah, serta meningkatkan kreatifitas para peserta untuk mengolah seitan ke dalam hidangan nusantara sesuai dengan keinginan.

## Metode

Metode yang digunakan dalam kegiatan pkm adalah pelatihan yaitu demonstrasi memasak yang didahului dengan pemaparan secara teori hal-hal yang terkait dengan materi yang dipraktikkan. Pelatihan sebagai sarana untuk menghasilkan sebuah kemampuan intelektual yang terdiri dari keterampilan dasar, keterampilan ahli serta keterampilan dalam memotivasi (Yuliantoro, 2020). Adapun metode secara rinci yang dilakukan adalah: metode presentasi dari materi, metode *hands on* yang menuntut para peserta untuk terlibat aktif dalam

pelatihan dan metode interaktif yaitu tanya jawab antara peserta dan instruktur karena pelaksanaan dilakukan secara daring. Tahapan pelaksanaan PKM pada hari-hari sebelumnya diawali dengan Tim Pengabdian kepada Masyarakat yang melibatkan satu dosen sebagai ketua pelaksanaan PKM dan dua mahasiswa sebagai anggota melakukan diskusi bersama ketua dan pengurus *Small Medium Large Usaha Mikro Kecil Menengah Centre* secara *online* dan juga mendatangi tempat SML UMKM *Centre* langsung. Dari permasalahan mitra yang ada, pemecahan masalah diberikan melalui pemaparan materi, pelatihan, dan praktik langsung oleh 32 peserta. Pengenalan dan pelatihan ini bermaksud untuk memberikan wawasan dan pengetahuan mengenai seitan dan cara mengolahnya dalam 2 hidangan nusantara. Seitan adalah olahan gandum protein tinggi sebagai pengganti protein hewani melalui proses pembuatan yang memerlukan waktu hingga beberapa jam untuk memastikan kandungan gluten yang terdapat dalam gandum yang digunakan bisa berkurang secara drastic sehingga akan aman dikonsumsi oleh semua kalangan (Bates & Wingate, 1993). Tim pengabdian kepada masyarakat memberikan bahan-bahan dan *booklet* untuk memasak kepada peserta yang terdaftar. Seitan merupakan bahan yang baru bagi para peserta. Oleh karena itu, program pengabdian kepada masyarakat ini dapat menjadi pionir bagi mereka yang ingin menjalani usaha dalam bidang makanan sehat. Pengenalan dan pelatihan mengenai olahan seitan ini diharapkan dapat membantu menciptakan usaha baru, menambah wawasan dan pengetahuan, serta kreativitas peserta. Tahapan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini meliputi pemaparan materi, penjelasan mengenai woku dan sambal matah, kegiatan pelatihan dengan *live cooking*. Telah dilakukan surat berita mengenai pelaksanaan ini antara Fakultas Pariwisata dengan SML UMKM *Centre*. Acara pengenalan dan pelatihan mengenai olahan seitan ini berlangsung selama satu jam melalui aplikasi *zoom* dikarenakan kondisi yang belum memungkinkan untuk dilaksanakan secara tatap muka.



Gambar 1. Sesi *Live Cooking*

Metode yang diterapkan dalam pemaparan materi ini adalah melalui presentasi dan pembinaan, serta diskusi kepada para peserta. Sasaran utama pengenalan dan pelatihan ini adalah ibu-ibu binaan di SML UMKM Centre (Rumah Pintar BSD). Materi yang diberikan pada saat kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat adalah mengenai seitan, sejarah singkat, karakteristik, pola makan sehat, pola makan sehat di Indonesia, dan penampilan video mengenai cara pembuatan seitan. Setelah dibekali pengetahuan dasar mengenai seitan, peserta kemudian menyimak pelatihan melalui *live cooking* kemudian mereka diberi kesempatan untuk membuat kedua hidangan tersebut sendiri dan kreasi hidangan nusantara menggunakan seitan sebagai pengganti protein hewani.



Gambar 2. Peserta Menyimak Pemaparan Materi

Berikut adalah bahan-bahan yang digunakan dalam Membuat Hidangan Woku dan Sambal Matah. Bahan yang digunakan untuk resep memasak woku antara lain (Asti & Nurisysyafa'ah, 2009):

1. Seitan 250 gram
2. Bawang Merah 100 gram
3. Bawang Putih 25 gram
4. Cabai teropong merah 60 gram
5. Cabai Rawit Merah 15 gram
6. Jahe 1 cm
7. Kunyit 1 cm
8. Kemiri 3 biji
9. Serai 1 batang
10. Daun Jeruk 2 helai
11. Daun Kunyit 1 helai
12. Daun Bawang 2 helai
13. Daun Pandan 1 helai
14. Daun Kemangi 1 ikat
15. Tomat 1 butir
16. Air 200 ml
17. Minyak Goreng secukupnya
18. Garam & Gula secukupnya

Bahan yang digunakan untuk membuat sambal matah antara lain (Asti & Nurisysyafa'ah, 2009):

1. Seitan 250 gram
2. Bawang Merah 250 gram
3. Cabai Rawit Merah 50 gram
4. Daun Jeruk 2 hlai
5. Serai 3 batang
6. Jeruk Limau 2 butir
7. Terasi 2 gram
8. Minyak Kelapa secukupnya
9. Minyak Goreng secukupnya
10. Garam dan gula secukupnya

Resep Hidangan Woku dan Sambal Matah

Resep untuk memasak woku adalah:

1. Blender halus cabai teropong merah, bawang putih, cabai rawit merah, bawang putih, jahe, kunyit, kemiri, serai, daun jeruk, daun kunyit dengan minyak goreng hingga menjadi pasta.
2. Panaskan minyak dalam wajan dan tumis pasta hingga harum.
3. Masukkan irisan daun pandan, daun kunyit, dan cabai rawit merah.
4. Masukkan potongan seitan dan masukkan air.
5. Masukkan garam, gula, merica, kaldu jamur, tomat, daun bawang, dan daun kemangi.
6. Masak hingga matang dan bumbu meresap.

Resep untuk memasak sambal matah adalah:

1. Iris tipis daun jeruk, cabai rawit merah, bawang merah, dan batang serai.
2. Letakkan irisan bawang merah ke dalam mangkuk dan beri garam.
3. Remas dan aduk rata irisan bawang merah dengan garam.
4. Masukkan irisan daun jeruk, cabai rawit merah, dan batang serai ke dalam mangkuk.
5. Bakar terasi hingga harum dan masukkan ke dalam mangkuk.
6. Panaskan minyak kelapa dan masukkan ke dalam mangkuk.
7. Campur rata dan berikan kaldu jamur dan gula.
8. Iris seitan dan goreng hingga kecoklatan, kemudian sisihkan.
9. Campur irisan seitan dengan sambal matah.

### **Hasil dan Pembahasan**

Guna melihat efektifitas kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan dengan metode pelatihan secara daring maka dilakukan sebuah mekanisme berupa pengambilan tes awal dan tes akhir kepada seluruh peserta. Hasil dari tes awal dan tes akhir yang dilakukan oleh para peserta menunjukkan bahwa kegiatan ini berhasil menambah pengetahuan dan wawasan mereka. Berikut adalah hasil dan pembahasan dari tes awal dan tes akhir kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini:

Tabel 1. Daftar Pertanyaan Tes

No.	Daftar Pertanyaan
1.	Bahan dasar pembuatan gluten adalah...
2.	Menu masakan yang dibuat adalah...
3.	Waktu yang diperlukan untuk merebus gluten adalah selama...
4.	Penjelasan mengenai vegetarian yang benar adalah...
5.	Slogan pola makan sehat di Indonesia adalah...
6.	Bahan penting dalam menu woku adalah...
7.	Olahan sambal matah berasal dari...
8.	Olahan woku berasal dari...
9.	Gluten pertama kali ditemukan di...
10.	Olahan gluten kaya akan...

Sumber: Hasil Olahan Data (2021)

Melalui acara pengabdian kepada masyarakat dalam bentuk pelatihan ini, para peserta yaitu bapak dan ibu binaan di SML UMKM *Centre* dapat mempelajari bagaimana membuat seitan, mengetahui karakteristik produk tersebut, serta memahami cara mengolah menjadi hidangan nusantara sehingga dapat meningkatkan wawasan mereka dalam membuat sebuah menu atau ide dalam mengolah makanan. Tolok ukur efektivitas pelaksanaan pelatihan ini dapat tereflesikan dari motivasi para ibu-ibu binaan dan kemampuan peserta dalam mempelajari serta memahami materi yang disampaikan saat kegiatan pelatihan berlangsung. Hal ini diperkuat dengan hasil tes akhir dimana semua peserta mendapatkan pencapaian lebih maksimal dibandingkan hasil *pre-test* sebelumnya. Terlampir adalah hasil tes awal dan tes akhir oleh ibu-ibu binaan di SML UMKM *Centre* yang menghadiri dan terlibat dalam acara pkm ini:

Tabel 2. Data hasil tes awal dan tes akhir

Subjek	Pre-Test	Post-Test	Gain (d)
1	80 / 100	100 / 100	20
2	50 / 100	100 / 100	50
3	80 / 100	100 / 100	20
4	40 / 100	80 / 100	40
5	40 / 100	80 / 100	40
6	50 / 100	80 / 100	30
7	90 / 100	100 / 100	10
8	90 / 100	100 / 100	10
9	50 / 100	90 / 100	40
10	60 / 100	100 / 100	40
11	70 / 100	100 / 100	30
12	60 / 100	90 / 100	30
13	90 / 100	100 / 100	10
14	80 / 100	100 / 100	20
15	50 / 100	90 / 100	40
16	90 / 100	100 / 100	10

Subjek	Pre-Test	Post-Test	Gain (d)
17	80 / 100	90 / 100	10
18	80 / 100	90 / 100	10
19	70 / 100	100 / 100	30
20	80 / 100	90 / 100	10
21	80 / 100	90 / 100	10
22	50 / 100	90 / 100	40
23	60 / 100	90 / 100	30
24	80 / 100	100 / 100	20
25	60 / 100	90 / 100	30
26	50 / 100	90 / 100	40
27	50 / 100	100 / 100	50
28	70 / 100	90 / 100	20
29	60 / 100	90 / 100	30
30	60 / 100	90 / 100	30
31	80 / 100	100 / 100	20
32	70 / 100	80 / 100	10

Sumber: Hasil Olahan Data (2021)

Demikian pula dilakukan analisis statistik deskriptif pada hasil kegiatan pelatihan ini. Analisis statistik deskriptif menggunakan seluruh data kuesioner sebelum acara yaitu tes awal dan kuesioner setelah acara yaitu tes akhir yang dihasilkan dari acara ini dan diuji dengan pendekatan program IBM SPSS versi 28 (Kirkpatrick & Feeney, 2012). Berikut merupakan hasil analisis statistik deskriptif mengenai kegiatan pelatihan mengenai olahan seitan secara daring sebelum pelatihan:

Tabel 3. Hasil Uji Statistika Tes Awal

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
PRETEST	32	40	90	67.19	15.50
Valid N (listwise)	32				

Sumber: Hasil Olahan Data (2021)

Berikut adalah hasil analisis statistik deskriptif tentang kegiatan pelatihan olahan seitan secara daring setelah pelatihan:

Tabel 4. Hasil Uji Statistika Tes Akhir

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
POSTTEST	32	80	100	93.13	6.93
Valid N (listwise)	32				

Sumber: Hasil Olahan Data (2021)



Dari hasil uji statistika deskriptif dari hasil data tes awal dan tes akhir pada tabel 2 dan 3, dapat dikatakan bahwa sebelum pelaksanaan pelatihan, pemahaman awal ibu-ibu binaan di SML UMKM Centre mengenai olahan gluten masih terbatas yaitu sebesar 67.19. setelah dilakukan kegiatan pelatihan ini, dapat dilihat adanya peningkatan pada pemahaman ibu-ibu binaan di SML UMKM Centre menjadi sebesar 93.13. Untuk memberikan hasil yang lebih meyakinkan, dilakukan uji data dengan pendekatan uji Wilcoxon (Divine et al., 2013) guna melihat signifikansi perbedaan terhadap nilai sebelum dan nilai yang dicapai sesudah dilakukannya pelatihan ini. Berikut merupakan hasil uji Wilcoxon dari kegiatan pengenalan dan pelatihan mengenai olahan seitan secara daring:

Tabel 5. Ranks

Ranks				
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
POSTTEST - PRETEST	Negative Ranks	0 <sup>a</sup>	.00	.00
	Positive Ranks	32 <sup>b</sup>	16.50	528.00
	Ties	0 <sup>c</sup>		
	Total	32		
a. POSTTEST < PRETEST				
b. POSTTEST > PRETEST				
c. POSTTEST = PRETEST				

Sumber: Hasil Olahan Data (2021)

Berdasarkan hasil uji Wilcoxon di atas, dapat dilihat bahwa terdapat kenaikan yang signifikan mengenai pemahaman ibu-ibu binaan di SML UMKM Centre yang memperoleh kenaikan sebesar 32 (*positive ranks*), yang artinya 32 peserta berhasil mendapatkan hasil yang lebih baik dalam nilai tes akhir mereka dibandingkan nilai tes awal dan tidak ada peserta yang mengalami penurunan (*negative ranks*). Hasil uji Wilcoxon dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 6. Test Statistics

Test Statistics <sup>a</sup>	
	POSTTEST - PRETEST
Z	-4.969 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	<.001
a. Wilcoxon Signed Ranks Test	
b. Based on negative ranks.	

Sumber: Hasil Olahan Data (2021)

Berdasarkan tabel tersebut di atas, dapat dikatakan bahwa *Asymptotic Significant* pemahaman ibu-ibu binaan di SML UMKM Centre mengenai seitan adalah di bawah 0,001 yang artinya pelatihan mengenai olahan seitan secara daring dapat meningkatkan pemahaman mereka secara signifikan karena hasil tersebut di

bawah 0,05. Berdasarkan hasil uji coba tersebut, dapat dijelaskan bahwa pelatihan tentang olahan seitan ini mampu memberikan pemahaman yang baik kepada peserta. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dengan pemaparan materi dalam bentuk presentasi dan demo memasak melalui aplikasi zoom, serta disukung adanya sesi diskusi dan tanya jawab sehingga para peserta mendapatkan pemahamanyang lebih baik dan jelas.

### **Simpulan dan Rekomendasi**

Kegiatan pengenalan dan pelatihan mengenai olahan seitan ini dapat menambah wawasan dan pengetahuan bagi para peserta mengenai alternatif makanan berprotein tinggi nabati sebagai pengganti daging. Antusias para peserta sangat baik dilihat dari respon dan hasil tes awal dan tes akhir mereka. Para peserta juga aktif mempraktekkan pembuatan hidangan woku dan sambal matah dan mengirimkan hasil masakan mereka melalui grup WhatsApp.

Tim Pengabdian kepada Masyarakat berharap kegiatan ini dapat menginspirasi peserta dan menyalurkan ide dan kreasinya kepada masyarakat sehingga dapat meningkatkan kemampuan dalam menginovasikan penggunaan bahan makanan serta pengetahuan mereka mengenai seitan dan pola makan sehat.

### **Daftar Pustaka**

- Asti, B. M., & Nurisysyafa'ah, L. (2009). *Kumpulan Resep Masakan Tradisional dari Sabang sampai Merauke*. Media Pressindo.
- Bantolo, T. R. Y. H. C. (2017). *Menelusuri Masakan Khas Manado*.
- Bates, D. R., & Wingate, C. (1993). *Cooking with gluten and seitan*. Book Pub. Co.
- Divine, G., Norton, H. J., Hunt, R., & Dienemann, J. (2013). A review of analysis and sample size calculation considerations for Wilcoxon tests. *Anesthesia & Analgesia*, 117(3), 699-710.
- Hasan, Y. (2016). Tinjauan Sejarah Terhadap Penetapan Pulau-Pulau di Indonesia. *Criksetra: Jurnal Pendidikan Sejarah*, 5(2).
- Indriaty, F., Kaseke, H. F. G., & Riset, B. (2018). Peningkatan Cita Rasa Bumbu Woku Pada Ikan Tuna. *Jurnal Penelitian Teknologi Industri*, 8(2), 151-158.
- Kirkpatrick, L. A., & Feeney, B. C. (2012). *A simple guide to IBM SPSS® statistics for versions 18.0 & 19.0*. Wadsworth, Cengage Learning.
- Nugroho, A. (2020). Pemanfaatan Spirulina Dan Ikan Salem Pada Produk Spirulina Farfalle Salem Woku Untuk Meningkatkan Potensi Perikanan Indonesia. *Prosiding Pendidikan Teknik Boga Busana*, 15(1).
- Pangan, D. K. (2006). Kebijakan Umum Ketahanan Pangan 2006-2009. *Jurnal Gizi Dan Pangan*, 1(1), 57-63.

- Rihayat, T. (2016). *Gluten Production: Analysed In Terms Of Volume Expansion, Extensibility And Rheological Characterisation*.
- Sanaji, M. (2013). *Wisata Kuliner Makanan Daerah Khas Bali*. Gramedia Pustaka Utama.
- Sani, M. R., Alia, M. N., & Riyadi, D. (2016). Sate Padang Sumatera Barat Sebagai Gastronomi Unggulan di Indonesia. *The Journal Gastronomy Tourism*, 3(1), 274–282.
- Sarfiah, S. N., Atmaja, H. E., & Verawati, D. M. (2019). UMKM sebagai pilar membangun ekonomi bangsa. *Jurnal REP (Riset Ekonomi Pembangunan)*, 4(2), 137–146.
- Sari, L., Then, J., Indra, F., Wowor, W., Goeltom, D. R. H., Bong, S., & Agungputranto, A. (2021). Edukasi Pemasaran Produk: Pengemasan Dan Promosi Bagi Komunitas Rumah Pintar BSD. *Journal of Community Service and Engagement*, 1(01), 30–39.
- Serenami, C. N., & Palit, R. A. (2017). Perancangan Buku Resep 30 Ikon Kuliner Tradisional Indonesia untuk Generasi Muda. *Jurnal Serat Rupa*, 1(3), 417–430.
- Widiastuti, N. (2018). Peran Pusat Kegiatan Belajar Masyarakat (Pkbm) Dalam Memberdayakan Masyarakat Melalui Pelatihan Tata Boga (Study Kasus di PKBM Bina Mandiri Cipageran). *Comm-Edu (Community Education Journal)*, 1(2), 1–6.
- Yuliantoro, N. (2020). Pengembangan Ketrampilan dengan Pelatihan Memasak Aneka Hidangan Ikan Guramekepada Kelompok Ekstra Kurikuler Tata Boga Siswa SMA Permai Pluit Jakarta. *Jurnal Abdimas Pariwisata*, 1(1), 17–25.