

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### A. Analisis Situasi

Di masa pandemi COVID-19 ini, selain menjalankan protokol, menjaga asupan makanan sehat juga penting untuk menjaga dan meningkatkan imunitas tubuh. Sangat penting bagi kita untuk menjaga keseimbangan dalam mengonsumsi protein, lemak, karbohidrat, vitamin, dan juga mineral. Menurut jurnal yang dipublikasikan oleh *Pakistan Journal of Medical Sciences*, makanan yang bergizi dan tepat dapat membantu dan memastikan tubuh dalam kondisi yang tepat untuk mengalahkan virus (Aman & Masood, 2020).

Seitan merupakan protein pengganti daging yang terbuat dari tepung berprotein tinggi yang semula hanya dikonsumsi oleh seorang vegetarian maupun vegan. Teksturnya yang menyerupai daging menjadikan seitan salah satu protein pengganti yang populer (Widjanarko, 2008). Namun seiringnya waktu, dengan adanya pandemi Covid-19, masyarakat harus menjaga asupan makanan sehat, salah satunya dengan mengonsumsi makanan-makanan yang berbasis vegetarian. Di Indonesia pun sudah mulai banyak orang yang menjalani pola hidup vegetarian. Indonesia adalah negara yang ramah vegetarian yang menempati urutan ke 16 dari 183 negara yang dikutip dari *Index Global Vegetarian* yang diterbitkan oleh *Olivier's Travel* (Ramadhan, 2018). Terdapat banyak manfaat dari mengonsumsi makanan yang berbasis vegetarian bagi tubuh.

Terbukti bahwa orang yang mengonsumsi makanan yang berbasis vegetarian lebih sehat dibandingkan mereka yang masih mengonsumsi daging, dikarenakan banyaknya hewan konsumsi yang saat ini sudah mengandung bahan-bahan berbahaya seperti merkuri dan formalin (Purwaningsih, 2007). Dengan berakhirnya tahun 2021, diperoleh data yaitu 22% penduduk dunia menjalani pola makan vegetarian, dan diperkirakan akan ada 75 juta jiwa yang akan mulai menjalani pola makan vegetarian di tahun 2022 dan akan menaikkan presentase sebanyak 1%/ (Jacimovic, 2021). Pada orang-orang yang menjalani pola makan vegetarian, cenderung terhindar dari obesitas. Dimana orang-orang yang omnivora (pemakan daging) dua kali lebih rentan menjadi pengidap obesitas. Dimana hanya 13% vegetarian yang mengidap obesitas sedangkan ada 30% mengidap obesitas bagi mereka yang memakan daging (Schuna, 2018). Seitan sendiri dapat menjadi pengganti daging yang lebih sehat, dapat dilihat dari kandungan gizinya, per 100gram dengan komposisi 19.05 gram protein, 2.38 gram lemak, 11.9 gram karbohidrat, 1.2 gram serat, 3.57 gram gula, 48 mg kalsium, 2.14 gram zat besi dan 417 mg sodium yang didapat dari Food Data Central USDA (Agriculture, 2021).

Dalam masa Pandemi Covid-19 ini juga telah memberikan dampak yang cukup signifikan kepada sektor ekonomi warga terutama pada para pelaku usaha mikro, kecil dan menengah (UMKM). Dimana berdasarkan data Kementerian Koperasi dan Usaha Kecil dan Menengah (KemenkopUKM) pada akhir bulan Maret 2021, dengan jumlah UMKM

yang mencapai 64,2 juta telah menghasilkan kontribusi terhadap Produk Domestik Bruto sebesar 61,07 persen atau senilai dengan Rp 8.573,89 triliun (Indonesia, 2021).

Sebagai suatu kelembagaan/institusi, sudah menjadi tanggung jawab Perguruan Tinggi untuk ikut berusaha dalam mengembangkan kemampuan masyarakat. Dalam Undang-undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional Pasal 20, Perguruan Tinggi berkewajiban untuk menyelenggarakan penelitian dan pengabdian kepada masyarakat selain melaksanakan pendidikan.

SML UMKM Centre atau Small, Medium, Large (SML) UMKM Centre yang menjadi pusat pelatihan dan pembinaan pelaku UMKM yang dibuat oleh Sinar Mas Land. Merupakan Corporate Social Responsibility (CSR) yang dimiliki oleh perusahaan Sinar Mas Land. SML UMKM Centre sendiri terletak di Sektor 1-3 BSD City, Rawa Buntu, serpong, Kota Tangerang yang diresmikan pada tanggal 19 Mei 2014 oleh Ibu Negara Republik Indonesia pada saat itu yaitu ibu Ani Bambang Yudhoyono. SML UMKM Centre bertujuan untuk menjadi one-stop training site untuk para pelaku usaha UMKM dalam meningkatkan kemampuan dan mengembangkan wawasan dalam mengelola usaha mereka. SML UMKM Centre memberikan sarana untuk mengembangkan usaha dalam bentuk pelatihan, situs pemasaran digital, dan juga promosi dan pemasaran produk-produk hasil dari para UMKM binaan di SML UMKM Centre.

Maka dari itu, tim Pengabdian Kepada Masyarakat ingin membagikan ilmu yang telah diperoleh oleh tim Pengabdian Kepada Masyarakat kepada peserta binaan di SML UMKM Centre dalam bentuk workshop kegiatan pelatihan dan *live cooking*. Melalui kegiatan ini, tim Pengabdian Kepada Masyarakat akan memperkenalkan peserta binaan di SML UMKM Centre (Rumah Pintar BSD) mengenai seitan serta cara mengolah dan memasaknya dalam hidangan khas Indonesia yang mudah diaplikasikan oleh para peserta masing-masing. .

Dalam pelatihan ini, tim Pengabdian Kepada Masyarakat berfokus pada cara mengolah dan memasak seitan dalam hidangan khas Indonesia. Tim akan memberikan bahan dan arahan kepada peserta binaan di SML UMKM Centre (Rumah Pintar BSD) agar dapat menambah pengetahuan, keterampilan, dan kreativitas mereka.

## **B. Permasalahan Mitra**

SML UMKM Centre memiliki tujuan untuk menyediakan suatu wadah yang memfasilitasi binaannya dengan pelatihan/seminar/ kegiatan yang membangun dan bermanfaat. Diketahui juga pada SML UMIM CENTRE belum pernah mengadakan seminar/pelatihan mengenai produk Seitan, sehingga menjadi pilihan yang tepat untuk mengajarkan hal yang baru kepada mereka.

Dalam masa pandemi Covid-19 ini, menjadi sebuah kewajiban untuk mempertahankan gizi dan kondisi tubuh yang baik untuk melawan virus. Salah satunya dengan menjaga asupan makanan yang sehat. Para

peserta binaan di SML UMKM Centre (Rumah Pintar BSD) yang mengikuti *workshop* ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan mereka mengenai makanan sehat dengan mengolah seitan dan menyesuaikannya dengan selera mereka dengan memasak seitan tersebut dalam hidangan khas Indonesia, serta meningkatkan keterampilan dan kreativitas mereka.

