

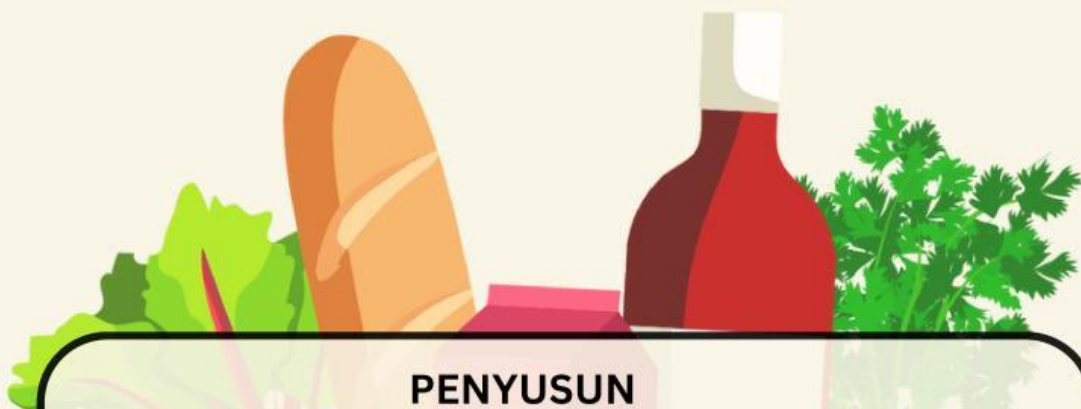


e-LKPD IPA

NUTRISI MAKANAN

UPAYA MENGATASI *FOOD WASTE*

Berpendekatan Saintifik



PENYUSUN

Penulis : Hasna' Atsir Salwa H.
Pembimbing : Ir. Ekosari Roektingroem, M.P.
Validator : Dr. Asri Widowati, S.Pd.Si., M.Pd.
: Dr. Ismail Fikri Natadiwijaya, S.Si., M.Pd.

Pendidikan Ilmu Pengetahuan Alam
Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam
Universitas Negeri Yogyakarta

2024

e-LKPD IPA

NUTRISI MAKANAN

UPAYA MENGATASI *FOOD WASTE*

Berpendekatan Saintifik



No Kelompok:

Kelas:

Anggota:

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.

VIII
SEMESTER I

SMP NEGERI 1 PACITAN

Jangan lupa menyaksikan video yang kedua ya!



<https://youtu.be/-cUzgsXhqjI>



Food waste adalah fenomena yang sudah marak dan dianggap lazim terjadi pada zaman sekarang. Banyak orang yang dengan bangganya membeli banyak makanan hanya untuk konten atau pamer, namun pada akhirnya makanan tersebut bersisa dan tidak habis. Ada pula kondisi restaurant atau supermarket membuang bahan pangan seperti sayur dan buah hanya karena ada bercak atau menguning sedikit, padahal sayur dan buah tersebut masih layak dikonsumsi. *Food waste* tidak hanya berlaku pada makanan jadi, tetapi juga terjadi pada bahan pangan. *Food waste* ini menjadi salah satu sumber limbah terbesar di dunia, tak luput di Indonesia juga. Apa yang akan terjadi jika hal ini terjadi secara terus menerus?

4

Monitor Kemajuan Projek

Selain jadwal kesepakatan yang dibuat bersama guru, jangan lupa catat *progress* pengerjaan projek pembuatan makanan dari limbah bahan pangan bersama kelompokmu ya!

No	Hari/Tanggal	Deskripsi Kegiatan
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		
6.		

5

Penilaian Hasil



Pada hari penilaian hasil, jangan lupa untuk foto produkmu lalu tuliskan *link drive* yang berisi foto dan atau video kegiatan proyek kalian ya!

Nama Makanan:

 Taruh link dokumentasi di sini!

6

Evaluasi Pengalaman

Selamat yaa, projek makananmu sudah jadi! Sekarang saatnya untuk evaluasi pengalaman pengerjaan projekmu selama ini dengan menjawab pertanyaan berikut!

1. Menurut kalian, apakah dengan adanya tujuan pembangunan berkelanjutan **“Zero Hunger”** atau **“Tanpa Kelaparan”** dapat mengurangi angka stunting dan masalah kelaparan lain di Indonesia? Jelaskan alasanmu!

Jawab:



2. Menurut kalian, dampak apa yang akan terjadi jika food waste ini terus berlanjut seiring dengan berjalannya waktu?

Jawab:



3. Menurut kalian, bagaimana projek ini dapat berkontribusi pada pencapaian tujuan pembangunan berkelanjutan (SDGs), khususnya terkait dengan pengurangan limbah bahan pangan? Jelaskan alasan kalian menggunakan bahasamu sendiri!

Jawab:



4. Berdasarkan produk olahan makanan yang kalian buat, apakah olahan makanan yang kalian buat dapat dan layak dikonsumsi dengan baik tanpa memiliki efek samping? Jelaskan!

Jawab:

5. Menurut kalian, apakah produk yang telah kalian buat layak untuk diperjualbelikan? Jika layak untuk diperjualbelikan, apakah kalian memiliki suatu ide perbaikan untuk meningkatkan kualitas atau penampilan produk olahan makanan kalian?

Jawab:

6. Berdasarkan limbah bahan pangan yang kalian gunakan, apakah terdapat inovasi lain pemanfaatan selain menjadi produk olahan makanan? Sebut dan jelaskan!

Jawab:



Refleksi

Bagaimana perasaan kalian setelah
memelajari materi ini?



SENANG



SEDIH



BINGUNG

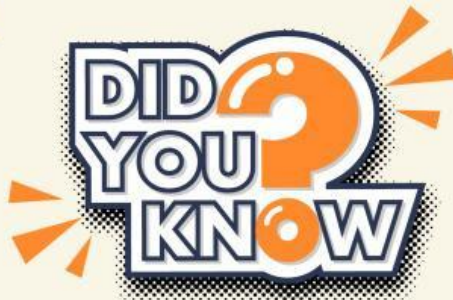


MARAH

● Hikmah apa yang bisa kalian petik?

A large empty rectangular box with a green border, intended for students to write their reflections or lessons learned.





Tahukah kamu, Indonesia mempunyai beberapa ragam komoditas pangan lokal yang unggul. Pangan lokal juga terbukti cukup tahan dengan kondisi ekstrim seperti kekeringan dan tanah miskin unsur hara. Dalam buku “Potensi Pangan Lokal di Indonesia” terbitan Badan Penelitian dan Pengembangan Pertanian Kementerian Pertanian (2019) disebutkan beberapa ragam pangan lokal yang ada di wilayah Indonesia, di antaranya adalah:

1. Ganyong (*Canna edulis* Kerr)

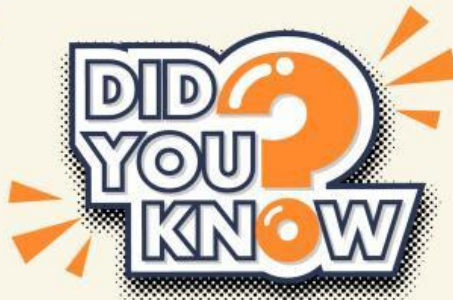


Umur panennya sekitar 6-8 bulan. Ganyong dimanfaatkan patinya sebagai kandungan utama. Selain itu, terdapat mineral penting seperti zat besi, kalsium dan fosfor. Pati ganyong mudah dicerna sehingga sering digunakan sebagai makanan bayi dan orang sakit. Umbi ini tumbuh di wilayah Jawa Barat (Majalengka, Sumedang, Ciamis, Cianjur, Garut, Lebak, Subang dan Karawang), Jawa Tengah (Klaten, Wonosobo, Purworejo), dan Jawa Timur (Pasuruan, Malang).

2. Garut (*Maranta arudinance* L)



Umbi ini umumnya dikembangkan di ladang, termasuk tanaman agroforestri, dan cocok ditanam dibawah naungan. Umur panennya 7-9 bulan. Garut mengandung mineral (Cu , Fe , Mn , P , Mg, Zn, K), Vit B kompleks, vit C, dan serat pangan. Umbi ini juga ternyata bebas Gluten, serta Indeks Glikemik rendah. Garut tumbuh di Sumatera Barat, Jawa Barat, Jawa Tengah, Yogyakarta, Kalimantan Selatan.



3. Hanjeli (*Coix Lachryma-jobi L*)



Salah satu tanaman biji-bijian. Tanaman ini tumbuh di daerah marginal atau dataran tinggi dengan ketinggian sampai dengan 1000 mdpl. Mempunyai umur panen 3,4–5 bulan. Mempunyai kadar protein tinggi yaitu 14–20% dan mengandung Vitamin E yang bermanfaat untuk kesehatan. Selain itu, bijinya dapat digunakan sebagai bahan baku tepung dalam pembuatan kue. Hanjeli hanya bisa ditemui di wilayah Jawa Barat (Sumedang, Ciamis, Garut, Sukabumi, Cirebon dan Indramayu).

4. Hotong (*Setariaitalica Italica L Beauv*)



Tanaman banyak tumbuh di desa Tanimbar Kei Kabupaten Maluku Tenggara, Provinsi Maluku. Kandungan karbohidratnya hampir sama dengan beras tetapi memiliki kandungan protein lebih tinggi dibanding beras. Dikembangkan di daerah marginal, ladang, huma dengan ketinggian mencapai dengan 1000 mdpl. Umur panen 3,5 – 4 bulan dan angka produktivitas mencapai 1,5 – 2 ton/ha.

Nah, itulah beberapa contoh bahan pangan lokal dari Indonesia. Apakah ada dari contoh makanan ini yang hidup di daerah tempat tinggalmu?