

# PELATIHAN RICE BOWL AYAM SUWIR PADA UMKM DI LEMBANG RANDANAN TANA TORAJA

**Dina Ramba**

Fakultas Ekonomi, Universitas Kristen Indonesia Toraja

**Grace Mengga**

Fakultas Ekonomi, Universitas Kristen Indonesia Toraja

Email: dinaramba@ukitoraja.ac.id

---

## ABSTRACT

### Keywords:

Liquid organic fertilizer,  
inorganic fertilizer, lembang  
derivatives, soil pollution

*Shredded Chicken Rice Bowl is a dish consisting of white rice served with delicious shredded chicken and various complementary ingredients. This dish is the perfect combination of savory, spicy and fresh flavors that will pamper the taste buds of culinary lovers. Shredded chicken is pieces of chicken meat that are cooked with special spices until they are tender and easy to tear. The shredded chicken is then served over soft and fragrant white rice. The spices used in the process of cooking this shredded chicken give it a distinctive and appetizing taste. Apart from shredded chicken, this rice bowl is also equipped with various complementary ingredients that add to the deliciousness of this dish. Some complementary ingredients that are generally used are fresh vegetables such as carrots, long beans and thinly sliced cabbage. Apart from that, you can also add omelet, cucumber slices and pickles as a refreshing taste.*

*Shredded Chicken Rice Bowl is not only delicious, but also provides balanced nutrition. Chicken is a good source of protein, while vegetables provide fiber, vitamins and minerals that are important for the body. White rice as a source of carbohydrates provides the energy needed by the body. This dish is perfect to enjoy as lunch or dinner. Shredded Chicken Rice Bowl can also be served at family events, friends' gatherings, or even as a special dish at restaurants. The deliciousness and practicality of this dish makes it a popular choice among the public.*

*With a combination of delicious taste, balanced nutrition, and ease of serving, Shredded Chicken Rice Bowl is a dish that is very popular and suitable for all groups to enjoy.*

---

## ABSTRACT

Rice Bowl Ayam Suwir adalah sebuah hidangan yang terdiri dari nasi putih yang disajikan dengan ayam suwir yang lezat dan berbagai bahan pelengkap. Hidangan ini merupakan kombinasi yang sempurna antara rasa gurih, pedas, dan segar yang memanjakan lidah para pecinta kuliner. Ayam suwir adalah potongan daging ayam yang dimasak dengan bumbu khusus hingga empuk dan mudah dirobek-robek. Daging ayam yang disuwir ini kemudian disajikan di atas nasi putih yang lembut dan harum. Bumbu-bumbu yang digunakan

dalam proses memasak ayam suwir ini memberikan cita rasa yang khas dan menggugah selera. Selain ayam suwir, rice bowl ini juga dilengkapi dengan berbagai bahan pelengkap yang menambah lezatnya hidangan ini. Beberapa bahan pelengkap yang umumnya digunakan adalah sayuran segar seperti wortel, kacang panjang, dan kol yang diiris tipis. Selain itu, bisa ditambahkan juga telur dadar, irisan mentimun, dan acar sebagai penyegar rasa.

Rice Bowl Ayam Suwir tidak hanya lezat, tetapi juga memberikan nutrisi yang seimbang. Ayam merupakan sumber protein yang baik, sedangkan sayuran memberikan serat, vitamin, dan mineral yang penting bagi tubuh. Nasi putih sebagai sumber karbohidrat memberikan energi yang dibutuhkan oleh tubuh. Hidangan ini sangat cocok untuk dinikmati sebagai makan siang atau makan malam. Rice Bowl Ayam Suwir juga bisa disajikan dalam acara keluarga, pertemuan teman, atau bahkan sebagai hidangan spesial di restoran. Kelezatan dan kepraktisan hidangan ini membuatnya menjadi pilihan yang populer di kalangan masyarakat.

Dengan kombinasi rasa yang lezat, nutrisi yang seimbang, dan kemudahan dalam penyajiannya, Rice Bowl Ayam Suwir menjadi hidangan yang sangat disukai dan cocok untuk dinikmati oleh semua kalangan.

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1 Latar Belakang**

Ayam suwir adalah hidangan yang terbuat dari daging ayam yang dimasak dan dirobek-robek menjadi serat-serat kecil. Ayam suwir biasanya dimasak dengan bumbu yang kaya rasa, seperti bawang putih, bawang merah, cabai, kecap manis, dan rempah-rempah lainnya. Hidangan ini populer di Indonesia dan sering disajikan dengan nasi putih atau nasi goreng. Rice bowl, atau mangkuk nasi, adalah hidangan yang terdiri dari nasi sebagai bahan utama dan berbagai macam lauk-pauk di atasnya. Rice bowl biasanya disajikan dalam mangkuk besar atau piring datar, dengan nasi di bagian bawah dan lauk-pauk di atasnya. Lauk-pauk yang biasa digunakan dalam rice bowl adalah daging, ayam, ikan, atau sayuran.

Kombinasi antara ayam suwir dan rice bowl menciptakan hidangan yang lezat dan bergizi. Ayam suwir memberikan rasa gurih dan tekstur yang unik, sementara nasi sebagai sumber karbohidrat memberikan kekenyangan. Rice bowl ayam suwir juga sering disajikan dengan tambahan sayuran seperti timun, wortel, atau selada untuk memberikan rasa segar dan keseimbangan nutrisi. Hidangan rice bowl ayam suwir sering ditemui di warung makan, restoran, atau bahkan di rumah-rumah sebagai hidangan sehari-hari. Kombinasi yang sederhana namun lezat ini membuat rice bowl ayam suwir menjadi pilihan yang populer bagi banyak orang.

#### **1.2 Tujuan**

Tujuan dari rice bowl ayam suwir adalah untuk menyajikan hidangan yang lezat, bergizi, dan memuaskan. Berikut adalah beberapa tujuan dari rice bowl ayam suwir:

1. Memberikan kekenyangan: Rice bowl ayam suwir mengandung nasi sebagai sumber karbohidrat yang memberikan energi dan kekenyangan. Ayam suwir yang kaya protein juga membantu memberikan rasa kenyang yang lebih lama.
2. Menyediakan nutrisi yang seimbang: Rice bowl ayam suwir biasanya disajikan dengan tambahan sayuran seperti timun, wortel, atau selada. Ini memberikan tambahan serat, vitamin, dan mineral yang penting bagi kesehatan tubuh.
3. Memenuhi kebutuhan protein: Ayam suwir adalah sumber protein yang baik. Protein diperlukan untuk membangun dan memperbaiki jaringan tubuh, serta menjaga kesehatan otot dan sistem kekebalan tubuh.
4. Menyajikan hidangan yang lezat: Ayam suwir yang dimasak dengan bumbu yang kaya

rasa memberikan cita rasa yang lezat dan menggugah selera. Kombinasi antara ayam suwir dan nasi juga menciptakan tekstur yang menarik.

## **BAB II PEMBAHASAN**

### **2.1 Analisis produk**

Rice bowl ayam suwir dapat melibatkan beberapa aspek, seperti rasa, nutrisi, ketersediaan, dan kepraktisan. Berikut adalah analisis produk rice bowl ayam suwir:

1. Rasa: Rice bowl ayam suwir memiliki rasa yang kaya dan lezat. Ayam suwir yang dimasak dengan bumbu-bumbu seperti bawang putih, bawang merah, cabai, dan rempah-rempah lainnya memberikan cita rasa yang gurih dan sedikit pedas. Kombinasi antara ayam suwir dan nasi memberikan tekstur yang menarik dan memuaskan.
2. Nutrisi: Rice bowl ayam suwir menyediakan nutrisi yang seimbang. Ayam suwir sebagai sumber protein memberikan asam amino penting untuk membangun dan memperbaiki jaringan tubuh. Nasi sebagai sumber karbohidrat memberikan energi yang dibutuhkan oleh tubuh. Tambahkan sayuran seperti timun, wortel, atau selada memberikan serat, vitamin, dan mineral yang penting bagi kesehatan tubuh.
3. Ketersediaan: Rice bowl ayam suwir dapat ditemukan di berbagai tempat, seperti warung makan, restoran, atau bahkan di rumah-rumah. Ini membuatnya mudah diakses dan tersedia bagi banyak orang.
4. Kepraktisan: Rice bowl ayam suwir relatif mudah dan cepat disiapkan. Ayam suwir dapat dimasak terlebih dahulu dan disimpan dalam lemari es untuk digunakan kapan saja. Nasi juga dapat dimasak lebih awal dan disimpan dalam wadah yang sesuai. Ini membuat rice bowl ayam suwir menjadi pilihan yang praktis untuk makan siang atau makan malam yang cepat.
5. Variasi: Rice bowl ayam suwir dapat divariasikan dengan tambahan bahan lain, seperti telur mata sapi, tumis sayuran, atau saus tambahan. Ini memberikan variasi dalam cita rasa dan tekstur hidangan.

Secara keseluruhan, rice bowl ayam suwir adalah produk yang populer dan memuaskan. Rasa yang lezat, nutrisi yang seimbang, ketersediaan yang luas, kepraktisan dalam persiapan, dan variasi yang dapat dilakukan membuatnya menjadi pilihan yang menarik bagi banyak orang

## 2.2 Analisis Pasar

### 1. Profil Konsumen

Konsumen utama kami adalah masyarakat umum. Kami juga memilih produk makanan ini karena ingin memperkenalkan produk makanan ini ke berbagai orang luar yang melihat peluangnya sangat besar, mengingat Toraja merupakan salah satu tempat wisata yang sangat tren dan bisa dibilang Toraja merupakan pariwisata mancanegara. Oleh karena itu banyaknya orang luar yang berwisata ke Toraja sehingga bisa di jadikan target pasar pada produk makanan ini.

### 2. Potensi dan Segmentasi Pasar

Usaha ini memiliki prospek yang besar dalam pasar untuk lebih dikembangkan. Hal ini dikarenakan makanan ini banyak diminati dan terbilang simpel atau praktis. Segmentasi pasarnya meliputi masyarakat luas, tidak mengenal usia, jenis kelamin dan pekerjaan.

### 3. Pesaing dan Peluang Pasar

Usaha ini lebih memiliki prospek yang besar dalam pasar untuk lebih dikembangkan. Dari sudut kebutuhan pasar, dijelaskan bahwa usaha ini mempunyai prospek masa depan dan memiliki future value yang sangat bagus. Produk makanan ini akan bersaing dengan produk makanan lain terutama pada makanan yang bermunculan dari luar yang berbahan dasar ayam atau jenis makanan lainnya.

### 4. Media Promosi Yang Akan Digunakan

Dipromosikan melalui internet lewat FB, Whatsapp, dan instagram dengan caption-caption yang menarik agar ada daya tarik untuk pembeli.

### 5. Target Atau Rencana Penjualan Satu Tahun

Usaha ini adalah usaha yang sangat mudah diimplementasikan untuk dikembangkan mengingat produk makanan ini praktis dan banyak diminati masyarakat terutama para pekerja yang tidak bisa membuat makanannya sendiri. Sehingga pengolahan produk makanan ini bisa bertahan lama atau jangka waktu usaha ini berjangka panjang.

Rencana penjualan produk ini dipromosikan lewat media sosial seperti Facebook, instagram dan marketplace lainnya.

### 6. Strategi Pemasaran Yang Akan Diterapkan

- Menjual makanan dengan harga yang terjangkau oleh masyarakat
- Pemasaran produk makanan tangan lewat sosial media
- Foto produk dengan kualitas baik

- Menentukan target pasar
- Membuat produk makanan yang diminati

Analisis pasar rice bowl ayam suwir melibatkan penilaian terhadap permintaan, persaingan, tren konsumen, dan potensi pertumbuhan. Berikut adalah beberapa faktor yang perlu dipertimbangkan dalam analisis pasar rice bowl ayam suwir:

1. **Permintaan:** Rice bowl ayam suwir memiliki permintaan yang cukup tinggi di pasar makanan cepat saji dan restoran casual. Konsumen mencari hidangan yang praktis, lezat, dan bergizi, dan rice bowl ayam suwir memenuhi kriteria tersebut. Permintaan juga dapat dipengaruhi oleh faktor budaya dan preferensi lokal.
2. **Persaingan:** Pasar rice bowl ayam suwir cukup kompetitif, terutama di daerah dengan banyak restoran dan warung makan. Persaingan dapat berasal dari restoran cepat saji, restoran casual, atau bahkan penjual makanan jalanan. Dalam menghadapi persaingan, penting untuk menawarkan keunikan dan kualitas yang membedakan produk dari pesaing.
3. **Tren konsumen:** Tren konsumen yang berpengaruh dalam pasar rice bowl ayam suwir adalah permintaan akan makanan yang sehat, praktis, dan beragam. Konsumen semakin peduli dengan kesehatan dan mencari hidangan yang mengandung bahan-bahan segar dan berkualitas. Selain itu, konsumen juga mencari variasi dalam hidangan dan pengalaman makan yang unik.
4. **Potensi pertumbuhan:** Rice bowl ayam suwir memiliki potensi pertumbuhan yang baik karena popularitasnya yang terus meningkat. Permintaan akan hidangan praktis dan bergizi terus meningkat, terutama di kalangan pekerja yang sibuk dan keluarga yang mencari pilihan makanan yang cepat dan sehat. Potensi pertumbuhan juga dapat diperluas melalui inovasi dalam bumbu, variasi lauk-pauk, atau penawaran tambahan seperti paket catering atau pengiriman.

## **PENUTUP**

### **KESIMPULAN**

Kesimpulan dari rice bowl ayam suwir adalah hidangan yang lezat dan bergizi. Rice bowl ini terdiri dari nasi putih yang disajikan dengan ayam suwir yang dimasak dengan bumbu yang kaya rasa. Ayam suwir biasanya dimasak dengan bumbu seperti kecap manis, bawang putih, bawang merah, dan rempah-rempah lainnya. Hidangan ini juga sering disajikan dengan sayuran seperti wortel, kacang panjang, dan daun bawang untuk memberikan rasa dan tekstur yang beragam. Rice bowl ayam suwir dapat dinikmati sebagai hidangan utama yang mengenyangkan dan cocok untuk disantap sepanjang hari.

### **SARAN**

Berikut adalah beberapa saran untuk membuat rice bowl ayam suwir yang lezat:

1. Pilih daging ayam yang segar dan berkualitas baik. Potong ayam menjadi irisan tipis atau suwir agar mudah dimasak dan memiliki tekstur yang lembut.
2. Marinade ayam dengan bumbu-bumbu seperti kecap manis, bawang putih, bawang merah, garam, merica, dan tambahan rempah-rempah sesuai selera Anda. Diamkan selama minimal 30 menit agar bumbu meresap ke dalam daging.

3. Panaskan sedikit minyak dalam wajan dan tumis bawang putih dan bawang merah hingga harum. Tambahkan ayam suwir dan masak hingga matang dan berwarna kecokelatan. Pastikan ayam matang secara merata.
4. Sajikan ayam suwir di atas nasi putih yang hangat. Anda juga dapat menambahkan sayuran seperti wortel, kacang panjang, dan daun bawang yang telah dipotong-potong kecil dan direbus atau ditumis terlebih dahulu.
5. Untuk memberikan rasa yang lebih segar dan seimbang, tambahkan saus sambal atau saus kecap manis di atas ayam suwir. Anda juga dapat menambahkan irisan mentimun atau tomat sebagai pelengkap.
6. Untuk variasi rasa, Anda dapat menambahkan telur mata sapi yang digoreng atau telur rebus di atas rice bowl. Anda juga dapat menambahkan acar atau irisan cabai rawit jika Anda menyukai makanan pedas.

### **DAFTAR PUSTAKA**

Aqil, M., Zubachtirodin & Rapar, C. (2013). Deskripsi Varietas Unggul Jagung, Sorgum dan Gandum

Balai Penelitian Tanaman Serealia. Sulawesi Selatan.

Bender, D. A. (2014). Introduction to Nutrition and Metabolism. CRC Press, USA.

Biba, M. A. (2011). Prospek Pengembangan Sorgum untuk Ketahanan Pangan dan Energi.

Jurnal Iptek Tanaman Pangan, 6(2): 257-269.

Dajue, L. & Guangwei, S. (2000). Sweet Sorghum a Fine Forage Crop for the Beijing