

PELATIHAN DAN PENGOLAHAN ANEKA PRODUK PISANG TONGKA LANGIT BAGI PERSEKUTUAN KAUM PEREMPUAN JEMAAT GPM SERSING, SEKTOR ZAITUN

¹Henky Herzon Hetharia, ²Johan Robert Saimima, ³Mex Hurulean

^{1,2,3}Universitas Kristen Indonesia Maluku

e-mail: sonny_hetharia@yahoo.com, saimimajhon@gmail.com, huruleanmex@gmail.com

ABSTRAK

Pisang Tongka Langit adalah hasil bumi di Kampung Siwang yang bernilai jual rendah. Padahal, Pisang Tongka Langit memiliki kandungan gizi yang tinggi dan dapat diolah menjadi aneka produk pangan, yang bila dijual dapat meningkatkan kesejahteraan masyarakat, termasuk Jemaat GPM Sersing. Dalam rangka membantu pemberdayaan ekonomi dan kesehatan mereka, terutama para ibu yang adalah para petani, maka kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) yang diwujudkan dalam bentuk kegiatan Pelatihan dan Pengolahan aneka produk Pisang Tongka Langit kepada Persekutuan Kaum Perempuan, Jemaat Gereja Protestan Maluku Sersing, Sektor Zaitun dilakukan. Tiga tahapan kegiatannya, yakni: persiapan, pelaksanaan, serta evaluasi dan pelaporan. Alhasil, pemahaman para peserta, yang merupakan para ibu tentang pengolahan Pisang Tongka Langit menjadi Jus Pisang Tongka Langit, Dodol Pisang Tongka Langit, Selai Pisang Tongka Langit, Selai kulit Pisang Tongka Langit, dan Bolu kulit Pisang Tongka Langit, semakin menunjang upaya produksi berbagai produk dari Pisang Tongka Langit di Jemaat GPM Sersing ini, yang selanjutnya bermanfaat bagi peningkatan kesejahteraan mereka, terutama ekonomi keluarga jemaat dan masyarakat setempat, selain kontribusinya bagi kesehatan manusia.

Kata Kunci: Pelatihan, Pengolahan, Aneka Produk, Jemaat Gereja Protestan Maluku Sersing, Pemberdayaan

ABSTRACT

Based on the results of the 2019 National Financial Literacy and Inclusion Survey, it shows that the Tongka Langit Bananas are agricultural produce in Kampung Siwang which have low selling value. In fact, Tongka Langit Bananas have high nutritional content and can be processed into various food products, which when sold can improve people's welfare, including the GPM Sersing Congregation. In order to help empower their economy and health, especially mothers who are farmers, Community Service (PkM) activities are manifested in the form of Training and Processing of various Tongka Langit Banana products for the Women's Association, the Congregation of the Maluku Sersing Protestant Church, Sector Olives done. Three stages of its activities, namely: preparation, implementation, as well as evaluation and reporting. As a result, the understanding of the participants, who are mothers about the processing of Tongka Langit Bananas into Tongka Langit Banana Juice, Tongka Langit Banana Dodol, Tongka Langit Banana Jam, Tongka Langit Banana Skin Jam, and Tongka Langit Banana Skin Cake, further supports the efforts of producing various products from Tongka Langit Bananas in the GPM Sersing Congregation, which will then be beneficial

for improving their welfare, especially the economy of the congregation's family and local community, in addition to its contribution to human health.

Keywords: *Training, Processing, Various Products, Congregation of Maluku Sersing Protestant Church, Empowerment*

PENDAHULUAN

Pisang Tongka Langit merupakan pisang yang tergolong dalam jenis *Musa troglodytarum* L. Jenis tanaman pisang ini adalah pisang khas Kepulauan Maluku, wilayah bagian Timur Indonesia. Manfaat Pisang Tongka Langit bagi kesehatan manusia cukup besar, antara lain: meredakan panas dalam, membersihkan ginjal, menjaga kesehatan pencernaan, melindungi tubuh dari penyakit kronis tertentu, seperti: diabetes, jantung, kanker, membantu menurunkan demam, serta meningkatkan stamina tubuh (Palijama, 2017). Selain itu, kandungan gizi pada tepung Pisang Tongka Langit sangat tinggi, yaitu: energi sebesar 331,03 kalori, protein 4,66%, karbohidrat 83,72%, dan serat pangan total 16,59%. Tepung pisang ini juga mengandung 7,92 mg/100 mg total karotenoid dengan kandungan beta karoten sebesar 18,56%. Di samping itu, komponen antioksidan berupa flavonoid sebesar 0,35 mg/kg dan aktivitas antioksidan yang cukup tinggi terkandung dalam tepung Pisang Tongka Langit (Beritabeta.com, 2022). Kandungan gizi pada buah Pisang Tongka Langit tidak hanya ada pada daging atau tepungnya, namun juga terdapat pada kulit Pisang Tongka Langit. Kulit pisang ini memiliki kandungan, yaitu: air 68,9 g, karbohidrat 18,5 g, protein 0,32 g, lemak 2,11 g, kalsium 715 mg, fosfor 117 mg, besi 1,6 mg, vitamin B 0,12 mg, dan vitamin C 17,5 mg (Greeners, 2022).

Jemaat Gereja Protestan Maluku (GPM) Sersing sebagai salah satu Jemaat di Klasis GPM Pulau Ambon adalah jemaat penghasil Pisang Tongka Langit yang potensial. Namun, Pisang Tongka Langit yang ada pada jemaat ini belum dapat dikelola dengan baik untuk menjadi pangan segar yang bernilai ekonomis. Padahal, dari sisi sumber daya manusia yang ada pada mereka juga cukup potensial untuk mengelola Pisang Tongka Langit tersebut menjadi aneka produk pangan.

Kegiatan PkM ini dilakukan berdasarkan pengamatan terhadap kondisi eksternal terkait produksi Jus Pisang Tongka Langit yang dapat dikatakan langka. Belum ada jenis usaha sedemikian di Kota Ambon. Oleh karena itu, pelatihan dan pengelolaan Pisang Tongka Langit perlu dilakukan sebagai upaya meningkatkan kebutuhan ekonomi jemaat dan berkontribusi untuk kesehatan manusia. Selain itu, proses distribusi pemasarannya pun tidak sulit untuk dilakukan (Greeners, 2022), karena letak tempat produksi dan pasar berada pada lingkup Kota Ambon, sehingga usahanya bersifat strategis.

Persoalan yang ada pada pemilik Pisang Tongka Langit di Jemaat GPM Sersing adalah ketika mereka memanen pisang tidak ada orang yang bisa mengelola buah Pisang Tongka Langit tersebut untuk menjadi menu siap saji dan bernilai ekonomis, selain mereka hanya menjual Pisang Tongka Langit di tepi jalan. Harga jualan pisang tersebut pun relatif kecil dibandingkan dengan kualitas buah Pisang Tongka Langit yang dijual. Namun, pemilik pisang tidak mempunyai pilihan lain, karena mereka tidak mempunyai keterampilan yang mumpuni untuk memproduksi buah Pisang Tongka Langit tersebut sebagai minuman atau makanan jadi lainnya. Padahal, di Jemaat GPM Sersing ada kelompok ibu-ibu yang bisa diorganisasikan untuk mengolah buah Pisang Tongka Langit yang tersedia dalam jemaat menjadi aneka produk

produk pangan segar. Oleh karena itu, kegiatan PkM yang dilakukan bermanfaat untuk memobilisasi ibu-ibu, khususnya ibu-ibu kaum perempuan Sektor Zaitun, Jemaat GPM Sersing, dan melatih mereka untuk bisa mengolah buah Pisang Tongka Langit menjadi aneka produk pangan yang menyehatkan tubuh.



Gambar 1. Contoh Buah Pisang Tongka Langit

PERMASALAHAN

Mengacu pada analisis situasi mitra di atas, maka permasalahan yang menjadi perhatian kegiatan PkM ini adalah pelatihan dan pengolahan buah Pisang Tongka Langit menjadi aneka produk: Jus Pisang Tongka Langit, Dodol Pisang Tongka Langit, Selai Pisang Tongka Langit, Selai kulit Pisang Tongka Langit, dan Bolu kulit Pisang Tongka Langit di Jemaat GPM Sersing. Agar dapat menyelesaikan masalah ketersediaan Pisang Tongka Langit di Jemaat GPM Sersing yang belum dapat dimanfaatkan dengan baik untuk pengembangan ekonomi jemaat dan berkontribusi bagi peningkatan kesehatan, maka program PkM ini dilakukan atas kesepakatan dengan mitra yakni Persekutuan Kaum Perempuan, Jemaat GPM Sersing, Sektor Zaitun.

Kegiatan pelatihan dan pengolahan aneka produk Pisang Tongka Langit penting dilakukan bersama Persekutuan Kaum Perempuan, Jemaat GPM Sersing, Sektor Zaitun. Tujuannya adalah agar ibu-ibu yang ada dalam jemaat, yang sebagian besar dari mereka berprofesi sebagai petani dapat diorganisasikan dan dilatih untuk memiliki pengetahuan dan keterampilan dalam mengolah buah Pisang Tongka Langit menjadi Jus Pisang Tongka Langit, Dodol Pisang Tongka Langit, Selai Pisang Tongka Langit, Selai kulit Pisang Tongka Langit, dan Bolu kulit Pisang Tongka Langit. Kemudian, hasilnya dapat dipasarkan untuk meningkatkan ekonomi jemaat, serta Jus Pisang Tongka Langit, Dodol Pisang Tongka Langit, Selai Pisang Tongka Langit, Selai kulit Pisang Tongka Langit, dan Bolu kulit Pisang Tongka Langit menjadi sumber kesehatan yang fungsional.

SOLUSI PERMASALAHAN

Agar dapat mengatasi permasalahan di Jemaat GPM Sersing, sebagaimana yang terurai di atas, maka solusi yang diberikan melalui kegiatan ini, yakni:

1.1. Pelatihan dan pengolahan Pisang Tongka Langit kepada Persekutuan Kaum Perempuan, Jemaat GPM Sersing, Sektor Zaitun, dapat dilakukan dengan dua cara, yaitu: memberi bantuan peralatan yang tepat guna untuk membantu proses produksi. Selain itu, pelatihan pembuatan dan pemaketan jus yang steril, serta pembuatan pangan lain yang baik bagi kesehatan pun perlu dilakukan kepada para peserta. Tentunya hal ini dilakukan bersama pihak yang memiliki pengetahuan dan keterampilan dalam membuat Jus Pisang Tongka Langit, Dodol Pisang Tongka Langit, Selai Pisang Tongka Langit, Selai kulit Pisang Tongka Langit, dan Bolu kulit Pisang Tongka Langit.

1.2. Kegiatan PkM ini akan menghasilkan beberapa luaran, yang paling mendasar daripadanya, yakni: kegiatan pemberdayaan Persekutuan Kaum Perempuan Jemaat GPM Sersing, Sektor Zaitun untuk mengelola pisang tongka langit menjadi aneka produk: Jus Pisang Tongka Langit, Dodol Pisang Tongka Langit, Selai Pisang Tongka Langit, Selai kulit Pisang Tongka Langit, dan Bolu kulit Pisang Tongka Langit.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan PkM ini dilaksanakan dengan tiga tahapan meliputi tahap persiapan, tahap pelaksanaan, dan tahap evaluasi (Prasetyo, 2008).

1. Tahap Persiapan

Survei dan diskusi dilakukan untuk mendapatkan informasi yang dibutuhkan mitra pada saat pelatihan pengolahan, serta menetapkan sasaran, juga menyiapkan materi dalam pelatihan mengolah Pisang Tongka Langit.

1.1. Menggali informasi kebutuhan pengolahan

1.2. Penetapan materi dan peserta pengolahan

1.3. Penyiapan materi dan alat pengolahan

2. Tahap Pelaksanaan

Kegiatan pelatihan ini berupa teori dan praktik untuk mengukur keberhasilan pelatihan dengan menggunakan kuesioner yang diisi sebelum dan sesudah pelatihan, serta terutama pelaksanaan pelatihannya.

2.1. Tes awal

Sebelum mitra menerima materi dan praktik, mitra mengisi kuesioner pre tes untuk mengukur pengetahuan dan keterampilan dalam mengolah Pisang Tongka Langit menjadi Jus Pisang Tongka Langit dan aneka pangan lain dari Pisang Tongka Langit.

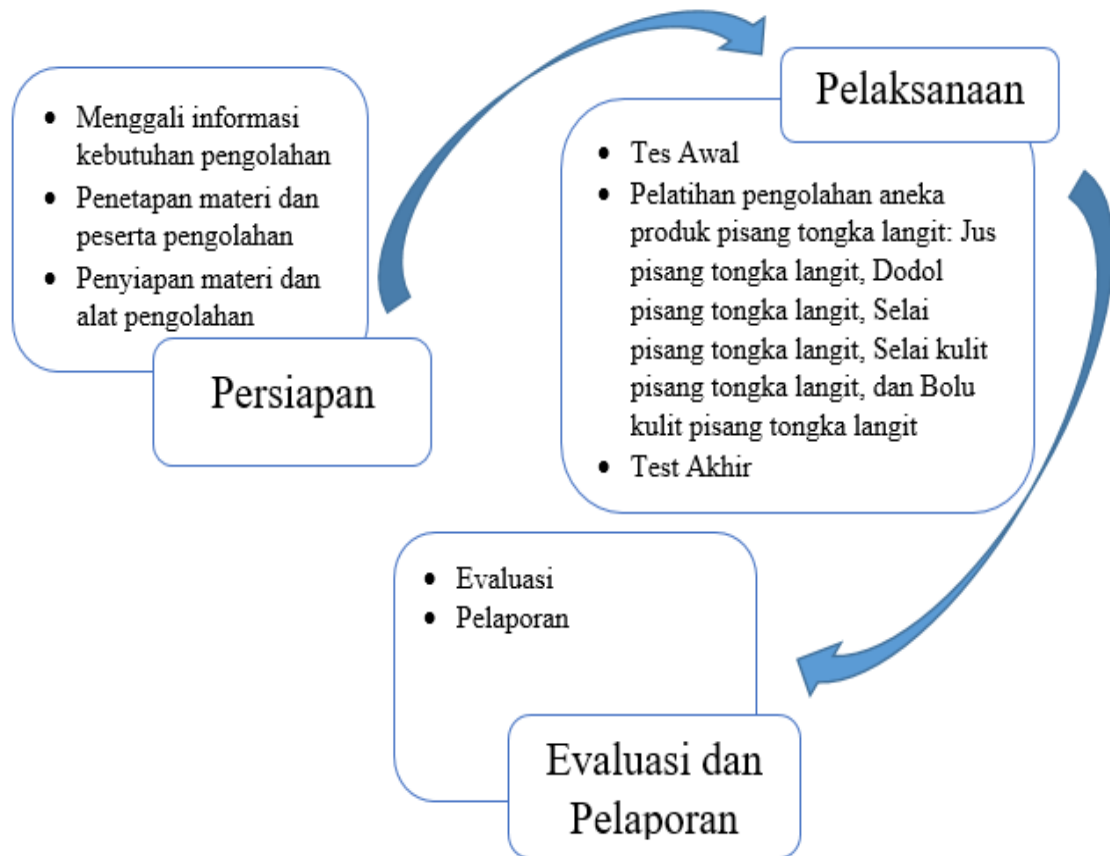
2.2. Pelatihan pengolahan aneka produk Pisang Tongka Langit

Pada tahap pelaksanaan ini mitra terlibat dalam menerima materi yang disiapkan oleh fasilitator dan mitra mempraktikkan proses pengolahan Jus Pisang Tongka Langit, Dodol Pisang Tongka Langit, Selai Pisang Tongka Langit, Selai Kulit Pisang Tongka Langit, dan Bolu Kulit Pisang Tongka Langit.

2.3. Tes akhir

Selanjutnya, sesudah materi dan praktik dilakukan mitra pun mengisi kuesioner pos tes untuk mengukur pengetahuan dan keterampilan mitra.

3. Evaluasi dan Pelaporan
 - 3.1. Evaluasi keberhasilan kegiatan pelatihan
 - 3.2. Pelaporan



Gambar 2. Metode Pelaksanaan Pengabdian Masyarakat

HASIL DAN LUARAN YANG DICAPAI

Kegiatan PkM dilakukan sebagai program pemberdayaan, khususnya kepada ibu-ibu Jemaat GPM Sersing. Kegiatan PkM ini dilakukan pada tanggal 28 Agustus 2022 kepada ibu-ibu dari Persekutuan Kaum Perempuan Jemaat GPM Sersing, Sektor Zaitun. PkM yang dilakukan bertepatan dengan “Pelatihan dan Pengolahan Aneka Produk Pisang Tongka Langit kepada Persekutuan Kaum Perempuan Jemaat GPM Sersing, Sektor Zaitun.” Pelatihan dilakukan untuk memberikan pengetahuan tentang kandungan gizi buah Pisang Tongka Langit, serta mengajak dan melatih jemaat untuk mengelola tepung pisang dan kulitnya menjadi pangan segar dan bergizi bagi kesehatan manusia. Selain itu, hasil dari pengolahan Pisang Tongka Langit dapat dipasarkan untuk meningkatkan pendapatan ekonomi keluarga. Kegiatan PkM ini menghasilkan lima jenis produk tepung dan kulit Pisang Tongka Langit, yakni: Jus Pisang

Tongka Langit, Dodol Pisang Tongka Langit, Selai Pisang Tongka Langit, Selai Kulit Pisang Tongka Langit, dan Bolu Kulit Pisang Tongka Langit.

1.3. Pembahasan Kegiatan

Kegiatan PkM bertemakan pelatihan dan pengolahan aneka produk Pisang Tongka Langit dilakukan oleh tim yang terdiri atas: Ketua: Dr. Henky Herzon Hetharia, M.Th dan Dr. Johan Robert Saimima, M.A., sebagai anggota dengan melibatkan seorang mahasiswa Fakultas Teologi UKIM, Mex Hurulean. Yang berlaku sebagai instruktur kegiatan pelatihan dan pengolahan aneka produk pisang tongka langit adalah K. Bakarbessy yang dibantu oleh Ike Watimena dan Ina Watimena. Kegiatan PKM ini dihadiri oleh ibu-ibu dari Persekutuan Kaum Perempuan Jemaat GPM Sersing, Sektor Zaitun. Hetharia memberi arahan pembukaan kegiatan PkM ini, sekaligus ia mengajak ibu-ibu yang hadir dalam kegiatan tersebut untuk memanfaatkan Pisang Tongka Langit yang tumbuh di Kampung Siwang dengan baik supaya tidak terbuang begitu saja. Hetharia dalam arahannya pun menegaskan bahwa buah dan kulit Pisang Tongka Langit tersebut dapat diolah untuk menjadi aneka produk pangan yang bernutrisi tinggi dan bernilai ekonomis bagi setiap keluarga. Tujuan kegiatan ini pun tercapai lewat keterlibatan K. Bakarbessy dan dibantu oleh beberapa ibu rumah tangga dari Persekutuan Kaum Perempuan Jemaat GPM Sersing, Sektor Zaitun, yang mengarahkan dan melatih ibu-ibu peserta kegiatan PKM untuk mengolah buah dan kulit Pisang Tongka Langit menjadi produk pangan yang beraneka ragam.

K. Bakarbessy yang bertindak sebagai instruktur kegiatan memberi penjelasan terkait dengan proses pembuatan aneka produk Pisang Tongka langit, yakni: Jus Pisang Tongka Langit, Dodol Pisang Tongka Langit, Selai Pisang Tongka Langit, Selai Kulit Pisang Tongka Langit, dan Bolu Kulit Pisang Tongka Langit. Setelah ia memberi penjelasan, proses selanjutnya adalah bimbingan dan praktik pengolahan Pisang Tongka Langit menjadi aneka produk tersebut. Ibu-ibu peserta PkM yang mengikuti kegiatan Pelatihan dan Pengolahan Aneka Produk Pisang Tongka Langit sangat antusias mengikuti proses kegiatan dari awal sampai akhir. Mereka memiliki kesan menarik dengan kegiatan tersebut. Mereka tercengang bahwa Pisang Tongka Langit, hasil pertanian mereka, ternyata bisa diolah untuk menjadi aneka pangan yang beragam untuk meningkatkan pendapatan keluarga dan berkhasiat bagi kesehatan.

Misalnya, Ina yang mewakili para peserta kegiatan mengungkapkan kesannya terhadap kegiatan PkM ketika diwawancarai, yakni:

“Kami senang sekali dengan kegiatan pelatihan dan pengolahan Pisang Tongka Langit menjadi produk: Jus Pisang Tongka Langit, Dodol Pisang Tongka Langit, Selai Pisang Tongka Langit, Selai kulit Pisang Tongka Langit, dan Bolu kulit Pisang Tongka Langit, yang dilakukan oleh Tim Pengabdian Masyarakat UKIM kepada kami, ibu-ibu di Jemaat GPM Siwang. Terima kasih, karena kegiatan ini boleh diberikan kepada kami.” (Ina, 2022)

Mira pun melanjutkan kesannya bahwa “Kegiatan ini sangat bermanfaat bagi kami ibu-ibu, karena kami bisa terlatih mengolah buah Pisang Tongka Langit yang tersedia di kebun kami menjadi jenis-jenis pangan, yang hasilnya jika dijual dapat meningkatkan *income* baik bagi keluarga maupun kelompok usaha kami di Jemaat GPM Siwang.” (Mira, 2022).

Kegiatan PKM yang dilakukan ini pun mendapat kesan yang baik dari Ibu K. Bakarbessy yang terlibat sebagai fasilitator kegiatan. Menurutnya, kegiatan PkM ini sangat bermanfaat bagi ibu-

ibu, karena melaluinya ibu-ibu mendapat pengetahuan, juga terampil untuk mengolah buah Pisang Tongka Langit menjadi aneka produk pangan sehat. Harapannya adalah kegiatan pengolahan buah Pisang Tongka Langit yang dapat menjadi aneka produk pangan ini tidak berhenti pada saat berlangsung kegiatan PkM UKIM saja, namun kegiatan ini akan terus ditindaklanjuti oleh ibu-ibu yang hadir dalam kegiatan, supaya hasil produksinya dapat dipasarkan untuk meningkatkan pendapatan ekonomi keluarga jemaat (Bakarbesy, 2022).

Namun, baik sebelum dan sesudah kegiatan PkM diadakan, tes awal dan akhir pelatihan dilakukan. Tujuannya adalah untuk mengetahui perkembangan pemahaman para peserta dalam mengolah Pisang Tongka Langit menjadi jus dan berbagai aneka pangan lain yang sehat. Selain itu, kedua tes juga dilakukan untuk memeriksa pemahaman para peserta dalam hal pengelolaan Pisang Tongka Langit yang juga berguna untuk kesejahteraan jemaat dan masyarakat di Sersing, Siwang, dan Ambon.

1.4. Luaran dan target capaian kegiatan ini tergambar pada tabel di bawah ini:

Tabel 1
Luaran dan Target Capaian

No	Jenis Luaran	Target Capaian
	Publikasi ilmiah pada jurnal pengabdian masyarakat ber-ISSN	<i>Draft</i> dan <i>Submitted</i> pada Jurnal Panrannuangku Jurnal Pengabdian Masyarakat
	Publikasi pada media massa elektronik	Sudah terbit pada media masa elektronik: 1. Media massa elektronik infomaluku News.com pada tanggal 31 Agustus 2022, Url: https://infomalukunews.com/pengabdian-kepada-masyarakat-pkm/ 2. Media massa elektronik Jagadwarta.com pada tanggal 31 Agustus 2022, Url: https://www.jagadwarta.com/baca-5993/pengabdian-kepada-masyarakat-pkm-olahan-pisang-tongka-langit-menjadi-aneka-produk/
	Video kegiatan	Sudah terbit pada <i>channel Youtube</i> Teologi UKIM, URL: https://www.youtube.com/watch?v=0jbGXnJmRbU&t=254s
	Peningkatan tingkat keberdayaan mitra	Sudah menghasilkan produk: Jus Pisang Tongka Langit, Dodol Pisang Tongka Langit, Selai Pisang Tongka Langit, Selai kulit Pisang Tongka Langit, dan Bolu kulit Pisang Tongka Langit. Produk hasil PkM ini dijual dan pendapatan yang diperoleh dari hasil jualan tersebut sebesar Rp. 1.500.000 diberikan kepada mitra, Persekutuan Kaum Perempuan Jemaat GPM Sersing, Sektor Saitun



Gambar 3. Aneka Produk Pisang Tongka Langit (Jus Pisang Tongka Langit, Dodol Pisang Tongka Langit, Selai Pisang Tongka Langit, Selai kulit Pisang Tongka Langit, dan Bolu kulit Pisang Tongka Langit) Hasil PkM

KESIMPULAN

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) yang diwujudkan dalam bentuk kegiatan Pelatihan dan Pengolahan Jus Pisang Tongka Langit kepada Persekutuan Kaum Perempuan Sektor Zaitun, Jemaat Gereja Protestan Maluku Sersing, merupakan bagian dari upaya pemberdayaan ekonomi masyarakat. Kesejahteraan ekonomi masyarakat sangat penting untuk diperhatikan guna keberlangsungan hidup mereka, selain pengelolaan sumber daya alam yakni Pisang Tongka Langit yang selama ini belum pernah diproduksi dan dipasarkan dalam bentuk berbagai produk makanan dan minuman bagi kesehatan manusia. Dalam rangka mencapai tujuan sedemikian, beberapa pendekatan dilakukan, yaitu: (1) melaksanakan pengamatan awal untuk menggali informasi terkait kebutuhan pelatihan dan pengolahan Jus Pisang Tongka Langit dan berbagai produk makanan lainnya di Jemaat GPM Sersing; (2) menetapkan sasaran kegiatan pelatihan dan pengolahan Jus Pisang Tongka Langit dan berbagai produk makanan lainnya yakni Persekutuan Kaum Perempuan Sektor Zaitun, Jemaat GPM Sersing; (3) menyiapkan materi dan bahan yang dibutuhkan untuk pelatihan dan pengolahan Jus Pisang Tongka Langit dan berbagai produk makanan lainnya; (4) memberi materi pengolahan Jus Pisang Tongka Langit dan berbagai produk makanan lainnya; (5) praktik pengolahan buah Pisang Tongka Langit menjadi jus segar dan berbagai produk makanan lainnya; serta (6) produksi Jus Pisang Tongka Langit dan berbagai produk makanan lainnya. Oleh karena itu, proses pelatihan dan pengolahan Jus Pisang Tongka Langit dan berbagai produk makanannya lainnya menjadi signifikan bagi pengembangan kesejahteraan ekonomi masyarakat. Kegiatan ini dilaksanakan dalam tiga tahapan: persiapan, pelaksanaan, serta evaluasi dan pelaporan. Dengan memproduksi Jus Pisang Tongka Langit Dodol Pisang Tongka Langit, Selai Pisang Tongka Langit, Selai Kulit Pisang Tongka Langit, dan Bolu Kulit Pisang

Tongka Langit di Jemaat GPM Sersing ini, maka ekonomi keluarga dalam jemaat dan kesejahteraan masyarakat, termasuk kesehatan, diharapkan akan semakin meningkat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada Persekutuan Kaum Perempuan Jemaat GPM Sersing, Sektor Zaitun, atas kerja sama yang dilakukan, sehingga PkM ini dapat terlaksana dengan sukses dan membawa manfaat bagi masyarakat setempat, terutama para ibu yang menjadi bagian dari Persekutuan Kaum Perempuan Jemaat GPM Sersing, Sektor Zaitun.

DAFTAR PUSTAKA

Beritabeta.com. (2022, August 4). *Khasiat dan Misteri Pisang Tongka Langit yang Belum Terpecahkan*. URL: <https://beritabeta.com/khasiat-dan-misteri-pisang-tongka-langit-yang-belum-terpecahkan>.