



## Pelatihan Pengolahan Mi Sayur kepada Masyarakat di Desa Tawangargo, Kecamatan Karangploso, Kabupaten Malang

### *Training of Vegetable Noodle Processing on the Community of Tawangargo Village, Karangploso District, Malang Regency*

Rosida<sup>1</sup>, Novian Tri Sariyanto<sup>1</sup>, Chairunnisa Safira Ramadhanty<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jawa Timur

#### Abstrak

Desa Tawangargo merupakan desa yang berada pada di Kecamatan Karangploso, Kabupaten Malang, Jawa Timur. Desa Tawangargo berada pada dataran tinggi yaitu 700-1000 meter diatas permukaan laut dimana tempat yang cocok untuk lahan buah dan sayur. Selama ini hasil panen yang didapatkan hanya sebatas dijual langsung kepada konsumen tanpa adanya pengolahan lebih lanjut. Padahal, jika dikembangkan dan diolah lebih lanjut, dapat menjadi produk yang bernilai ekonomis, misalnya mi sayur. Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan penduduk dalam pengolahan sayuran menjadi mi sayur yang bergizi, murah, tahan lama, bernilai ekonomis, dan dapat disukai konsumen serta memperkenalkan cara pengemasan dan pemasaran produk yang baik dalam menunjang pengembangan produk olahan sayuran untuk meningkatkan pendapatan masyarakat. Metode yang dipakai adalah penyuluhan dan pelatihan tentang pengolahan pembuatan mi sayur, metode pengemasan, dan strategi pemasarannya.

#### Kata Kunci

Mi, Buah, Sayur, Tawangargo, Karangploso, Malang

#### Abstract

*Tawangargo Village is a village in Karangploso District, Malang Regency, East Java. Tawangargo village is located on a plateau, which is 700-1000 meters above sea level, which is a suitable place for fruit and vegetable fields. Currently, the harvest obtained is only limited to being sold directly to consumers without any further processing. In fact, if developed and processed further, it can be a product that has economic value, such as vegetable noodle products. The purpose of this community service activity is to increase the knowledge and skills of the population in processing vegetables into vegetable noodles that are nutritious, inexpensive, durable, economically valuable, and can be liked by consumers as well as introducing good product packaging and marketing methods to support the development of processed vegetable products to increase income. The method used is counseling and training on the process of making vegetable noodles, packaging methods, and marketing strategies.*

#### Keyword

Noodle, Fruit, Vegetable, Tawangargo, Karangploso, Malang

### 1. Pendahuluan

Desa Tawangargo merupakan salah satu desa yang berada pada wilayah bagian barat Kabupaten Malang dan terletak di dataran tinggi yaitu 700 m – 1000 m di atas permukaan air laut. Desa ini berada pada Kecamatan Karangploso, Kabupaten Malang, Jawa Timur dan terletak sekitar 7 km dari pusat Kota Batu. Letak Desa Tawangargo yang strategis ini menjadikan desa memiliki hasil pertanian yang berlimpah. Namun, Desa Tawangargo memiliki hasil pertanian yang belum banyak dimanfaatkan secara maksimal oleh masyarakat sekitar.

\* Korespondensi : Rosida

 email korespondensi : rosidaupnjatim@gmail.com

Beberapa diantaranya seperti jagung, sawi, wortel, kubis, tomat, terong, cabai, dan kembang kol.

Kurang maksimalnya pemanfaatan hasil pertanian yang ada di Desa Tawangargo ini menjadi permasalahan yang harus dihadapi oleh masyarakat sekitar. Biasanya hasil pertanian ini hanya dijual langsung oleh masyarakat sekitar tanpa adanya pengolahan lebih lanjut sehingga nilai jual dari hasil pertanian tersebut rendah. Hasil pertanian yang beragam di Desa Tawangargo ini dapat diolah lebih lanjut menjadi produk dengan nilai jual yang lebih tinggi sehingga hasil penjualan olahan hasil pertanian ini dapat digunakan sebagai tambahan pendapatan keluarga dan menjadi salah satu usaha peningkatan ekonomi masyarakat Desa Tawangargo. Menurut UU No. 20 Tahun 2008 pasal 19 menjelaskan bahwa “usaha pemberdayaan di sumber daya manusia dapat dilakukan dengan membentuk dan mengembangkan lembaga pendidikan dan pelatihan untuk melakukan pendidikan, pelatihan, penyuluhan, motivasi dan kreativitas bisnis, dan penciptaan wirausaha baru.”

Saat ini *stunting* merupakan salah satu masalah serius yang marak terjadi di Indonesia. Menurut Saadah (2020) *stunting* adalah masalah kekurangan gizi kronis pada balita yang menyebabkan gangguan pertumbuhan linear (RPL). *Stunting* disebabkan oleh berbagai faktor salah satunya adalah anak mengonsumsi makanan yang tidak sehat. Pemanfaatan hasil pertanian untuk makanan yang cocok untuk mencegah *stunting* adalah salah satu solusi untuk mengembangkan hasil pertanian di Desa Tawangargo. Mi merupakan salah satu produk makanan yang digemari masyarakat dari segala usia. Sawi dan wortel mempunyai kandungan vitamin A, vitamin C, air, serat, fosfor, zat besi, kalium yang tinggi. Kandungan-kandungan yang ada dalam sayuran tersebut dapat meningkatkan kesehatan tubuh bagi anak dan janin juga dapat berkontribusi dalam mencegah munculnya anak *stunting*. Sawi dan wortel dapat dijadikan bahan campuran dalam pembuatan produk mi yang mempunyai daya simpan yang lebih lama dan dapat menjadi solusi kebutuhan asupan gizi anak yang sukar untuk mengonsumsi sayuran langsung. Melalui kegiatan penyuluhan dan pelatihan pembuatan produk mi sawi dan wortel (Misawo) diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan dan ekonomi masyarakat desa.

Bedasarkan hal tersebut maka perlu dilakukan pengabdian masyarakat berbasis inovasi produk olahan dari sawo dan wortel sebagai komoditas yang melimpah di Desa Tawangargo, Kecamatan Karangploso, Kabupaten Malang, Jawa Timur. Pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat dalam pengolahan hasil pertanian disekitar menjadi produk mi sawi dan wortel (Misawo) serta memperkenalkan cara pengemasan dan pemasaran produk yang baik dalam menunjang pengembangan produk olahan untuk meningkatkan pendapatan masyarakat.

## 2. Metode

Kegiatan pengabdian masyarakat di Desa Tawangargo Kecamatan Karangploso meliputi koordinasi penyuluhan serta pelatihan. Kegiatan penyuluhan dilakukan untuk menyampaikan materi terkait hasil pertanian yang dihasilkan di Desa Tawangargo, pengemasan produk, kandungan dari produk yang akan dibuat, manfaatnya untuk pencegah *stunting*, dan lainnya. Sedangkan pada kegiatan pelaksanaan dilakukan pemberian materi kepada kelompok PKK Desa Tawangargo dengan metode penyuluhan dan praktik.

### ***Kegiatan Penyuluhan/pelatihan***

Metode yang dilakukan pada kegiatan penyuluhan atau pelatihan meliputi metode ceramah, yaitu pemberian teori dasar dalam pembuatan mi sawi dan wortel (Misawo) yang mempunyai daya simpan yang lebih lama dan dapat menjadi solusi kebutuhan asupan gizi anak yang sukar untuk mengonsumsi sayuran langsung sehingga dapat meningkatkan daya jual produk dan dapat meningkatkan pendapatan masyarakat. Metode praktik dengan memberikan pelatihan yang ditekankan pada keterampilan masyarakat dalam pembuatan mi sawi dan wortel (Misawo) yang higienis dengan pengemasan yang baik sehingga produk awet dan mempunyai daya jual yang baik. Prosedur pembuatan mi sawi dan wortel (Misawo) dilakukan sebagai berikut:

1. Blender sayuran sampai halus, lalu saring untuk diambil sarinya
2. Campurkan terigu telur dan garam
3. Campurkan sari sayuran
4. Aduk hingga adonan kalis
5. Tipiskan adonan menggunakan alat pembuat mie, dan sisir dengan alat hingga membentuk untaian mi
6. Untuk mencegah mi lengket, taburkan tapioka
7. Jika ingin membuat mi kering, mi dikeringkan dalam alat pengering suhu 50°C selama 3 jam
8. Jika ingin membuat mi basah, mi dikukus dengan alat pengukus

### ***Kegiatan pendampingan/monitoring***

Kegiatan pendampingan atau monitoring ini bertujuan untuk melihat keberlanjutan usaha dilakukan pendampingan pada masyarakat mulai dari pembuatan mi sawi dan wortel (Misawo) hingga dapat memasarkan produk ke pasaran. Materi pelatihan secara umum meliputi pemahaman teori dan kemampuan keterampilan, antara lain:

1. Pembuatan mi sawi dan wortel (Misawo)
2. Pengemasan produk untuk meningkatkan daya awet dan daya jual produk
3. Pemberian informasi manfaat produk

## **3. Hasil & Pembahasan**

Produksi jenis sayuran melimpah yang ditanam di Desa Tawangargo merupakan keuntungan tersendiri bagi penduduk desa tersebut yang ingin memanfaatkan situasi dan kondisi wilayah yang cocok untuk kegiatan bercocok tanam. Jenis sayuran yang ditanam seperti jagung, sawi, wortel, kubis, tomat, terong, cabai, dan kembang kol. Sawi dan wortel yang biasanya hanya sebatas dijual langsung kepada konsumen, tetapi dengan adanya pemaparan dan pelatihan ini, sayur dan wortel dapat dijadikan bahan campuran dalam pembuatan produk mi yang mempunyai daya simpan yang lebih lama dan dapat menjadi solusi kebutuhan asupan gizi anak yang sukar untuk mengonsumsi sayuran langsung.

Hasil kegiatan pelatihan dan pemaparan pada masyarakat ini menunjukkan bahwa respon masyarakat khususnya Ibu-Ibu PKK Desa Tawangargo, Kecamatan Karangploso, Kabupaten Malang sangat baik, terlihat dengan antusiasme dan respon proaktif yang diberikan kepada tim penyuluh selama kegiatan, pemaparan penyuluhan, dan pelatihan. Sebelum diadakannya kegiatan pelatihan dan pemaparan ini, pada tahap awal dilakukan koordinasi terlebih dahulu dengan wakil perangkat Desa Tawangargo, Kecamatan Karangploso, Kabupaten Malang. Setelah mendapatkan izin dari pihak desa terkait, dan telah

ditentukan waktu dan tempat pelaksanaan program serta menganalisis apa yang menjadi kebutuhan dari desa setempat. Waktu pelaksanaan program kegiatan ini sesuai dengan jadwal pertemuan ibu-ibu PKK sehingga saat kegiatan berlangsung tidak mengganggu pekerjaan dari peserta penyuluhan dapat mengerti dan memahami akan program kegiatan yang diberikan oleh penyuluh. Tujuan Kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan anggota PKK Desa Tawangargo, Kecamatan Karangploso, Kabupaten Malang sehingga mereka memiliki keterampilan lebih dalam mengelola dan memanfaatkan potensi sayuran yang ada menjadi produk inovasi mi sayur yang dapat menjadi solusi pemanfaatan bahan pangan di Desa Tawangargo, Kecamatan Karangploso, Kabupaten Malang.

Tahap pelatihan dilakukan setelah sebelumnya diberikan materi pemaparan dan penyuluhan terlebih dahulu oleh tim penyuluh. Materi “Pentingnya Serat Pangan Untuk Kesehatan Manusia” dipaparkan oleh Dr. Rosida, S.TP., MP. dengan produk mi sayur yang diberi nama “Misawo (Mi sayur wortel)”. Buah dan sayur merupakan bahan pangan yang tinggi akan serat pangan, vitamin, dan mineral. Sebagian vitamin dan mineral yang terdapat dalam buah dan sayur berperan sebagai antioksidan. Serat berfungsi untuk memperlancar pencernaan dan dapat menghambat perkembangan sel kanker usus besar (Kemenkes RI, 2014). Pentingnya asupan gizi seimbang berupa serat pangan yang cukup disebabkan karena serat pangan berhubungan dengan sistem pencernaan, apabila seseorang kekurangan serat pangan dapat menyebabkan masalah pada proses ekskresi feses (sembelit), menyebabkan masalah pencernaan, meningkatkan kolesterol dan kadar gula darah (Kemenkes RI, 2014). Hal ini didukung oleh Hardi et al., (2019) bahwa seseorang yang mengonsumsi pangan dengan tinggi serat misalnya pada buah dan sayur, diketahui dapat mencegah dan meminimalisir penyakit degeneratif seperti penyakit jantung koroner, obesitas, diabetes, hipertensi, serta dapat membantu melancarkan proses buang air besar (BAB). Rahmad (2018) menjelaskan bahwa kandungan serat pada pangan memberikan waktu yang lebih lama untuk diproses dan dicerna dalam tubuh sehingga dapat memberikan rasa atau efek kenyang yang lebih lama, dalam hal ini fungsi konsumsi serat dalam jumlah yang tinggi dapat mencegah terjadinya kelebihan gizi atau obesitas.

Pada kasus ini, rendahnya konsumsi buah dan sayur disebabkan oleh beberapa faktor, seperti faktor sosial dan demografi, ketersediaan, dan pengaruh orang tua dan preferensi anak. Preferensi anak dapat disebabkan karena tingkat pengetahuan orangtua terhadap kandungan serat dan persepsi anak mengenai buah dan sayuran kurang enak untuk dikonsumsi. Pemenuhan gizi yang optimal dengan mengonsumsi sayuran dan buah-buahan merupakan hal yang sangat penting. Mengonsumsi sayuran dan buah-buahan sebaiknya bervariasi sehingga diperoleh beragam vitamin, mineral, dan serat pangan. Oleh karena itu, perlunya pengetahuan yang lebih terhadap masyarakat yang masih kurang peduli akan manfaat dan pentingnya serat pangan bagi tubuh serta konsumsi sayuran dan buah-buahan merupakan salah satu bagian penting dalam mewujudkan gizi yang seimbang. Masyarakat sangat antusias dalam mengikuti kegiatan pelatihan dan pemaparan pengolahan produk “Misawo” ini (Gambar 1 & 2)



Gambar 1. Pemaparan dan Demo Pembuatan 'Misawo'



Gambar 2. Pemaparan dan Demo Pembuatan 'Misawo'

Setelah kegiatan pelatihan juga dilakukan kegiatan pendampingan sampai masyarakat dapat memberi label, mengemas, dan memasarkan produk "Misawo". Produk yang telah dikemas dan diberi desain label pada kemasan (Gambar 3). Pada kegiatan pemaparan dan pelatihan juga dilakukan serah terima alat, berupa satu buah *food dehydrator* dan alat pembuat mi dan pasta gilingan (*stainless noodle maker*) yang diterima langsung oleh Ibu Ketua PKK (Gambar 4 & 5)



Gambar 3. Kemasan dan Label Produk 'Misawo'



**Gambar 4.** Serah Terima Alat *Food Dehydrator*



**Gambar 5.** Serah Terima Alat Pembuat Mi dan Pasta Gilingan (*Stainless Noodle Maker*)

Berdasarkan hasil pengamatan pada kegiatan tersebut, diharapkan masyarakat Desa Tawangargo, Kecamatan Karangploso, Kabupaten Malang, dapat memproduksi dan menghasilkan mi sayur dengan kualitas yang baik, serta meningkatkan pengetahuan dan keterampilan penduduk dalam pengolahan sayuran menjadi mi sayur yang bergizi, bernilai ekonomis, dapat disukai konsumen, dan dapat disimpan lebih lama serta peserta kegiatan paham dan mahir dalam mengemas dan memasarkan produk untuk menunjang pengembangan produk olahan sayuran. Selain itu, dapat menambah penghasilan dan meningkatkan pendapatan masyarakat khususnya Ibu-Ibu PKK Desa Tawangargo, Kecamatan Karangploso, Kabupaten Malang.

#### 4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil pelaksanaan program kegiatan pengabdian masyarakat, maka dapat disimpulkan bahwa Desa Tawangargo, Kecamatan Karangploso, Kabupaten Malang, memiliki potensi wilayah yang cocok untuk menanam sayuran dan buah-buahan dan memiliki sayuran-dan buah-buahan yang melimpah dan menjadi sumber pangan dan pendapatan daerah tersebut. Masyarakat Desa Tawangargo khususnya Ibu-Ibu PKK mengikuti penyuluhan dan pelatihan dengan sangat persuasif, hal ini ditunjukkan dengan antusiasme dan respon proaktif yang diberikan. Diharapkan dengan adanya program kegiatan pengabdian masyarakat dengan topik pelatihan dan pemaparan produk pangan olahan dari buah dan sayur ini dapat mendorong, memberikan peluang dan menciptakan dampak yang positif bagi

kemandirian, kesejahteraan, dan peningkatan produktifitas masyarakat desa khususnya Ibu-Ibu PKK Desa Tawangargo, Kecamatan Karangploso, Kabupaten Malang.

### **Ucapan Terima Kasih**

Terima kasih kepada Fakultas Teknik dan Program Studi Teknologi Pangan UPN “Veteran” Jawa Timur yang telah memberikan akses berupa penyediaan tempat dan pendanaan sehingga tim pengusul dapat memberikan kontribusi yang nyata bagi peningkatan ilmu pengetahuan, teknologi dan keterampilan masyarakat Desa Tawangargo, Kecamatan Karangploso, Kabupaten Malang.

### **Daftar Pustaka**

- Hardi AD, Indriasari R, Hidayanti H. 2019. Hubungan Pola Konsumsi Pangan Sumber Serat dengan Kejadian Overweight pada Remaja di SMP Negeri 3 Makassar. *Jurnal Gizi Masyarakat Indonesia: The Journal of Indonesian Community Nutrition*. 8(2): 71–78. doi: 10.30597/jgmi.v8i2.8508.
- Kementerian Kesehatan RI. 2014. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014 Tentang Pedoman Gizi Seimbang. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI. 1–96.
- Rahmad AH, Al. 2018. Asupan Serat dan Makanan Jajanan Sebagai Faktor Resiko Obesitas pada Anak di Kota Banda Aceh’, *Majalah Kesehatan Masyarakat Aceh MaKMA*. 1(2):. 1–8
- Saadah, N. (2020). Modul Deteksi Dini Pencegahan Dan Penanganan Stunting. Scopindo Media Pustaka.