

## Pendampingan Ekonomi Kreatif Pembuatan Inovasi Mie Sehat Sayuran Hijau (*Green Vegetable*) Pada Remaja Di Kelurahan Tawang Rejo

Siti Afifah<sup>1</sup>, Sigit Priyono<sup>2</sup>, Khafid Ismail<sup>3</sup>, Desi Ayu Lestari<sup>4</sup>

Universitas Nurul Huda

Email : afifah@stkipnurulhuda.ac.id

---

### Article History:

Received: 20 Mei 2023

Revised: 25 Mei 2023

Accepted: 26 Mei 2023

**Keywords:** : Pendampingan, Sayuran Hijau, mie, Kelurahan Tawang Rejo.

**Abstract:** Tujuan dari pengabdian ini adalah (1) Memberikan informasi, pengetahuan dan ketrampilan kepada remaja di Kelurahan Tawang Rejo, Kecamatan Belitang, Kabupaten OKU Timur khususnya remaja tentang inovasi pembuatan mie dari pemanfaatan sayur hijau (*Green Vegetable*) (2) Mendampingi remaja di Kelurahan Tawang Rejo, Kecamatan Belitang, Kabupaten OKU Timur membuat mie dari sayur bayam, (3) Mendorong pengembangan usaha home industri pengolahan mie dari sayur bayam sehingga dapat membuka kesempatan kerja, swadaya masyarakat dan pendapatan masyarakat di Kelurahan Tawang Rejo, Kecamatan Belitang, Kabupaten OKU Timur. Target khususnya adalah para remaja yang ada di Kelurahan Tawang Rejo, Kecamatan Belitang, Kabupaten OKU Timur. Metode pelaksanaan kegiatan ini meliputi (1) Penyuluhan dan diskusi dengan remaja tentang inovasi pengolahan sayur hijau menjadi mie, (2) Praktek langsung pembuatan mie dari sayur bayam. Pengabdian ini dirasakan sangat bermanfaat bagi remaja untuk tambaha pengetahuan inovasi pembuatan mie dari pemanfaatan sayuran hijau yang ada disekitar rumah.

---

### PENDAHULUAN

Mie merupakan produk makanan yang sangat populer dan banyak dikonsumsi oleh masyarakat Indonesia. Mie dikenal dalam berbagai macam produk, seperti mie basah, mie kering, mie soun dan mie bihun. Masing-masing jenis mie ini berbeda dalam bahan baku dan sistem pengolahannya. Mie basah dan mie kering terbuat dari bahan baku tepung terigu, yang membedakan antara keduanya adalah di akhir prosesnya, pada mie kering dilakukan tahap pengeringan produk sebelum dipasarkan, sedangkan mie basah tidak. Ada beberapa kelebihan mie dibandingkan dengan bahan pangan utama lainnya, antara lain adalah rasanya yang khas dan terutama adalah karena produk mie sering dikemas dalam bentuk yang praktis. Meskipun ada keunggulan dari mie tetapi nilai kandungan gizi pada produk mie ini masih sangat rendah, terutama kandungan proteinnya. Karena bahan baku utamanya adalah tepung terigu, tepung

tapioka atau tepung beras, maka kandungan nutrisi yang terbesar pada mie dan produk olahannya adalah karbohidrat (Ratnasari & Wirawanni, 2012; Arianto, 2013).

Sayuran merupakan komoditas penting dalam mendukung ketahanan pangan nasional. Komoditas ini memiliki keragaman yang luas dan berperan sebagai sumber karbohidrat, protein nabati, vitamin, dan mineral yang bernilai ekonomitinggi. Produksi sayuran Indonesia meningkat setiap tahun dan konsumsinya tercatat 44 kg/kapita/tahun. Salah satu cara yang efektif dalam mencegah penyakit adalah melalui peningkatan gizi di masyarakat. Pemberian makanan bergizi dapat meningkatkan kekebalan (Imunitas) seseorang terhadap suatu penyakit. Makanan yang populer dikalangan masyarakat dan disukai oleh anak – anak adalah mie. Mie merupakan produk olahan pabrik dengan proses pengolahan dengan bahan–bahan dengan standar pabrik. Pelatihan pengolahan mie sehat berbahan dasar sayur ini diharapkan dapat meningkatkan komposisi nilai gizi dengan penambahan bahan dan proses pembuatan yang lebih alami. Peningkatan nilai gizi yang diperoleh dari mie berbahan dasar warna sayuran hijau dari bayam yang ada di lingkungan sekitar.

## **METODE**

Metode pelaksanaan kegiatan ini meliputi :

1. Edukasi dan diskusi dengan remaja tentang inovasi pengolahan sayur bayam menjadi mie.
2. Praktek langsung pembuatan mie dari sayur bayam.

Komposisi Pembuatan Mie:

1. Gandum ½ Kg
2. Telur 1 Butir
3. Garam 1 sendok Teh
4. Soda Kue ½ sendok Teh.

Proses pembuatan Mie :

Campurkan bayam yang sudah diblender dengan telur dan garam. Aduk hingga rata. Tuang adonan bayam ke dalam tepung terigu sedikit demi sedikit sambil terus diuleni hingga tercampur rata. Lakukan hingga adonan kalis.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Partisipasi para peserta yang mengikuti kegiatan ini adalah remaja di Kelurahan Tawang Rejo. yang ingin mengikuti kegiatan ini. Partisipasi peserta dalam melaksanakan kegiatan adalah sangat baik. Hal ini dapat dilihat dari sikap antusias, keceriaan dan keterlibatan secara aktif dalam setiap kegiatan pelatihan yaitu kegiatan diskusi dan praktek langsung pembuatan produk.

Kegiatan pelatihan pembuatan mie dari sayur bayam di Kelurahan Tawang Rejo, Kecamatan Belitang, Kabupaten OKU Timur dilakukan dengan metode ceramah, pemberian materi proses pembuatan mie sayur bayam, dilakukan praktek langsung pembuatan produk dan dilakukan diskusi dapat berjalan dengan baik, lancar dan diterima dengan positif sesuai dengan harapan tim pelaksana. Mie dari sayur bayam ini merupakan produk inovatif dan memiliki daya jual tinggi. Remaja di Kelurahan Tawang Rejo sebelum pelatihan tidak pernah membuat mie sayur bayam (100%). Sebesar 75 % menyatakan tidak pernah mendengar mie sayur bayam serta 25 % menyatakan pernah mendengar. Tingkat kesukaan mengkonsumsi mie sayur bayam dari remaja ini sangat tinggi (70 %) Kegiatan ini dirasa tepat sasaran karena ini merupakan inovasi baru dan memiliki prospek sebagai usaha home industri. Para remaja juga sangat tinggi keinginannya

untuk membantu meningkatkan pendapatan karena tuntutan kebutuhan hidup yang semakin meningkat. Kegiatan meningkatkan pendapatan ini dapat dilakukan dengan mengembangkan industri.

Pada kegiatan ceramah dapat berjalan dengan baik dapat dilihat kejelasan materi yang disampaikan tim pelaksana dan keseriusan peserta dalam mendengarkan informasi. Dalam pelaksanaan kegiatan praktek langsung pembuatan produk juga berjalan dengan baik dan mendapat respon yang positif dilihat dari pertanyaan-pertanyaan dari peserta. Adanya praktek langsung pembuatan produk memberikan kesempatan pada remaja di Kelurahan Tawang Rejo sebagai peserta pelatihan secara langsung mengetahui proses pembuatan mie dari sayur bayam. Proses pembuatan mie dari sayur bayam dapat dilaksanakan oleh peserta dengan baik karena proses pembuatan yang sederhana, bahan mudah didapatkan dan biaya yang tidak terlalu mahal. Dalam kegiatan diskusi setelah melaksanakan praktek pembuatan produk juga dapat berjalan dengan baik dan mendapatkan tanggapan yang positif. Peserta banyak memberikan pertanyaan yang bersifat lebih detail tentang pembuatan mie dari sayur bayam.



**Gambar 1. Proses Pembuatan bahan dasar dari sayuran hijau**



**Gambar 2. Proses Pembuatan Mie**



**Gambar 3. Proses Penggilingan**

## **KESIMPULAN**

Kegiatan pelatihan pembuatan mie dari sayur bayam di Kelurahan Tawang Rejo, Kecamatan Belitang, Kabupaten OKU Timur yang dilakukan di Rumah Tim Pelaksanadapat diterima dengan baik oleh reamaja, mereka menyatakan sangat senang terhadap kegiatan ini. Kegiatan pelatihan ini tepat sasaran dan sangat bermanfaat dalam memberikan suatu informasi baru yang dapat menambah wawasan serta pengetahuan dan dapat praktek secara langsung membuat produk mie dari sayur bayam. Penyampaian materi pembuatan mie sayur bayam oleh team pelaksana saat ceramah, praktek dan diskusi diberikan dengan jelas dan baik. Pelaksanaan kegiatan ini dapat berjalan dengan lancar. Pelaksanaan kegiatan yang terdiri dari kegiatan ceramah, praktek langsung pembuatan produk dan diskusi mendapatkan respon yang baik dan positif dari peserta pelatihan. Respon peserta dapat dilihat dari sikap peserta yang sangat antusias dan keterlibatan peserta sangat aktif dalam setiap kegiatan Kegiatan pelatihan pembuatan mie dari sayur bayam lebih disebarluaskan ke daerah lain sehingga dapat lebih dikenal dan dapat dinikmati oleh semua golongan masyarakat. Prospek pengembangan mie dari sayur bayam ini sangat baik sehingga perlu lebih disosialisasikan.

## **DAFTAR REFERENSI**

- Afifah, S, Ismail K, Irawan. 2020. "Pentingnya Perencanaan Bisnis Bagi Pengusaha Klanting Di Desa Banuayu Kec. Bp. Peliung Kab. Oku Timur". *Jurnal Indonesia Mengabdi*.2(1), 20-22.
- Afifah, s, Sinta, V, Priyono, S, & Mushofa, D. 2022. Pendampingan Ekonomi Kreatif pembuatan Serbuk Jahe Merah Bagi Remaja Dan Ibu Rumah Tangga Pada Masa Pandemi Covid-19 Di Desa Tawang rejo. Zamada : *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(1), Page 76-80.
- Muhtadi, Rauf R, Harismah K, Saifuddin. 2016. Pengembangan Produk Olahan Tepung Sayuran Di Desa Sindon Kecamatan Ngemplak Kabupaten Boyolali. *Warta LPM*,19(1): 83-89.
- Trisia, A, Indria A, Dian K. 2018. "Keterampilan Pengolahan Mie Sehat Dari Sayur Sawi".
- Wipradnyadewi, P.A.S. 2017. "Pelatihan Pembuatan Mie Dari Sayur Bayam Di Desa Tihingan Kecamatan Banjarangkan Kabupaten Klungkung". Vol.16. No.3.