

PEMBUATAN MIE KELOR PADA DESA JATIKALANG MAKE A KELOR LEAF MIE IN JATIKALANG VILLAGE

Salsabilah Arifianti Putri*, Arista Wahyu Ningsih, Wulan Amaliyah,
Vieolitha Dhebira P.I., Mochamad Nur Mashuda

STIKES RS Anwar Medika, Sidoarjo, Indonesia

*Koresponden penulis: salsabillaharifianti263@gmail.com

Abstrak

Kelor adalah tanaman yang banyak ditemukan dan mudah untuk didapat. Dengan umur kelor yang Panjang dan tahan dengan cuaca panas sehingga mudah untuk dikembangkan. Kelor juga dikenal sebagai tanaman obat yang dapat dimanfaatkan dari akar, kulit batang hingga daun. Program pengabdian ini dilaksanakan dengan tujuan untuk memberikan solusi alternatif yang ingin dicapai yaitu: 1) Meningkatnya motivasi masyarakat untuk lebih produktif dan kreatif dalam mengelola daun kelor, 2) Mengetahui IPTEK memproduksi mie berbahan dasar daun kelor, 3) Terampil membuat mie berbahan dasar daun kelor, 4) Meningkatnya referensi peluang usaha bagi masyarakat Desa Jaticalang. Mitra program adalah para ibu-ibu warga sekitar RT di Desa Jaticalang. Telah dilakukan penelitian sebelumnya tentang kelor dan mie kelor memiliki kandungan dan manfaat lebih baik jika dibandingkan dengan produk mie biasa. Hal tersebut dikarenakan produk mie kelor terbukti mengandung vitamin A yang tinggi dibandingkan produk mie biasa. Mie kelor juga mengandung vitamin C, sedangkan pada produk mie biasa tidak mengandung vitamin C. Kandungan kalsium pada mie kelor 2 – 3 kali lipat lebih tinggi dibandingkan produk mie biasa. Selain itu, mie kelor juga terbukti mengandung senyawa bioaktif flavonoid, yaitu myrecyetin, quercetin, dan kaempferol yang sangat berguna sebagai antioksidan, manfaat lain dari daun kelor yaitu dapat menambah daya tahan tubuh karena memiliki senyawa antioksidan dan juga dapat digunakan sebagai antivirus. Adapun metode yang kami gunakan yaitu secara luring dengan tujuan agar masyarakat bisa melihat dan mempraktikkan sendiri dirumah dengan sosialisasi yang kami paparkan, kemudian setelah itu kami membagikan produk mie dari daun kelor untuk masyarakat sekitar RT di Desa Jaticalang. Dengan dibuatnya mie kelor diharapkan dapat membangun sistem kekebalan tubuh bagi warga sekitar di Desa Jaticalang Krian Sidoarjo. Kemudian tujuan dari kami melakukan pengabdian agar masyarakat Desa Jaticalang lebih paham dan lebih memanfaatkan mie kelor untuk meningkatkan pola hidup yang lebih sehat.

Kata Kunci:

kelor; manfaat mie kelor; penyuluhan dan workshop; desa jaticalang

PENDAHULUAN

Sidoarjo merupakan salah satu Kabupaten di Indonesia yang terkena dampak pandemic Covid-19. Menurut website resmi pemantauan Covid-19 di Kabupaten Sidoarjo, memaparkan bahwasannya per tanggal 17 Juli 2020 Kecamatan Krian terdapat 108 kasus positif Covid-19. Diantaranya yaitu Desa Siderejo, yang sebanyak 10 orang dinyatakan positif, 4 dinyatakan PDP, dan 2 ODP. Selain itu, lokasi sebelah utara yang berbatasan langsung dengan Desa

Barengkrajan dengan kasus positif Covid sebanyak 16 orang, sebelah timur berbatasan dengan Desa Trosobo Kecamatan Taman sebanyak 5 kasus positive Covid, sebelah selatan berbatasan dengan Desa Jatikalang / Keboharan sebanyak 8 kasus positive Covid, sebelah barat berbatasan dengan Desa Ponokawan sebanyak 1 kasus positif Covid.

Kelor adalah tanaman yang berasal dari daerah tropis dan sub tropis di asia selatan. Di Indonesia banyak sekali diumpai pohon kelor karena digunakan sebagai pagar hidup yang ditanam di area persawahan, perkebunan, dan di sepanjang jalan besar yang digunakan sebagai penghijauan.

Tanaman kelor memiliki manfaat yang dapat menurunkan berat badan, anti diabetes, mencegah penyakit jantung, menyehatkan rambut, menyehatkan mata, mengobati rematik, mengobati herpes dan kurap, mengobati penyakit seperti luka lambung, luka usus, dan batu ginjal, serta dapat mengobati kanker. (Hardiyanti, 2015).

Tanaman kelor sangat familiar dalam dunia farmasi, karena pada akar, batang, biji, bunga, dan daun memiliki cukup banyak khasiat serta kandungan kimia yang sangat baik untuk tubuh. Akan tetapi, tidak banyak masyarakat yang mengetahui apa saja kandungan dalam tanaman kelor. Kebanyakan masyarakat desa Jatikalang, kecamatan Krian menggunakan daun kelor sebagai bahan untuk sayur, tanaman pagar, pakan ternak, dan bahkan di beberapa daerah daun kelor digunakan sebagai penangkal kesaktian saat memandikan jenazah. Daun kelor memiliki daya simpan yang pendek, sehingga dibutuhkan pengolahan daun kelor menjadi simplisia (adalah bahan alami yang digunakan untuk obat dan belum mengalami perubahan proses apapun kecuali dinyatakan lain berupa bahan yang telah dikeringkan) atau serbuk supaya memiliki daya simpan yang lama.

Mie merupakan salah satu jenis makanan yang digemari oleh masyarakat luas pada tingkat usia manapun dan sering digunakan sebagai makanan pengganti nasi. Mie telah dikenal oleh masyarakat Asia, khususnya Asia Timur dan Asia Tenggara yang telah menjadikannya sebagai makanan favorit, ketika tubuh membutuhkan sesuatu untuk bisa dikonsumsi. Berdasarkan sejarah, mie diciptakan di negara Cina dan akhirnya berkembang dengan pesat diberbagai negara termasuk di Indonesia. Berdasarkan laporan yang dirilis *World Instant Noodles Association* (WINA) konsumsi mie instan secara global pada tahun 2017 mencapai 100,1 juta porsi, naik 2,7% dari tahun sebelumnya. Sedangkan pengonsumsi mie instan di Indonesia adalah 12,62 juta porsi atau sekitar 12,6% dari total konsumsi dunia sehingga Indonesia menempati urutan terbesar kedua didunia (Samparaya, 2018).

Mie yang beredar di pasar biasanya berbahan dasar tepung terigu. Tepung terigu diperoleh dari biji gandum yang digiling, memiliki sifat elastis, dan mengandung gluten sehingga tidak mudah putus pada saat pencetakan dan pemasakan mie (Paker, 2003).

METODE PELAKSANAAN

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah pembagian mie kelor kepada warga sekitar RT.6 Desa Jatikalang, Krian, Sidoarjo dengan tujuan agar warga sekitar RT.6 dapat mengetahui bahwa selain digunakan untuk bahan sayur, tanaman pagar, pakan tanaman ternak, serta teh, kelor juga dapat diolah menjadi mie.

➤ **Formulasi Mie Kelor**

500 gram tepung protein tinggi, 25 gram serbuk kelor, 1 butir telur, dan 100 ml air

➤ **Pelaksanaan Pembuatan Mie Kelor**

Pelaksanaan kegiatan pembuatan mie kelor diadakan secara luring di desa Jatikalang pada hari Rabu, 22 September 2021 dengan cara membagikan mie kelor kepada warga sekitar RT,6 desa Jatikalang sehingga warga dapat mengetahui bahwa kelor tidak hanya digunakan untuk bahan sayur, tanaman pagar, pakan tanaman ternak, serta teh, kelor juga dapat diolah menjadi mie.

➤ **Pembuatan mie dari Daun Kelor**

Menimbang 500 gram tepung terigu, Menimbang 25 gram serbuk kelor, Memasukkan 1 butir telur kocok dan 100 ml air ke dalam wadah yang sudah terdapat tepung terigu dan serbuk kelor kemudian diaduk hingga terbentuk adonan kalis. Bentuk adonan dengan menggunakan alat pemipih dan diulang hingga berbentuk lembaran adonan yang lembut. Potong lembaran hingga berbentuk mie. Rebus mie dalam air mendidih yang sudah ditambahkan sedikit minyak goreng agar mie tidak lengket. Kemudian tiriskan. Mie kelor siap dimasak. Mie kelor dapat diolah kembali menjadi mie rebus atau mie goreng dengan ditambahkan bumbu lainnya sesuai selera.

➤ **Pembagian mie dari daun kelor**

Kami membagikan produk mie kelor kepada warga sekitar RT.06 desa Jatikalang supaya warga juga mengetahui bahwa daun kelor juga dapat diolah menjadi mie yang memiliki kandungan lebih baik dari mie biasa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari kegiatan ini adalah terbentuknya kesepakatan proses pelaksanaan kegiatan dengan rundown sebagai berikut:

Tabel 1. xxx

Rabu, 22 September 2021	16.00 - 16.10	Persiapan	Panitia
	16.10 - 17.20	Proses pencampuran bahan dan penggilingan halus hingga kalis	Panitia
	17.20 - 17.45	Proses penggilingan menjadi mie	Panitia
	17.45 - 18.00	ISHOMA (bergantian)	-
	18.00 - 18.10	Pembuatan bumbu	Panitia
	18.10 - 18.30	Proses memasak	Panitia
	18.30 - 18.50	Packing	Panitia
	18.50 - selesai	Pembagian mie kelor kepada warga sekitar RT.06	Panitia

Proses penyuluhan dan hasil dipaparkan sebagai berikut :

A. Pembuatan mie daun kelor

Cara membuat mie daun kelor yaitu, menimbang 500 gram tepung terigu, Menimbang 25 gram serbuk kelor, Memasukkan 1 butir telur kocok dan 100 ml air ke dalam wadah yang sudah terdapat tepung terigu dan serbuk kelor kemudian diaduk hingga terbentuk adonan kalis. Bentuk adonan dengan menggunakan alat pemipih dan diulang hingga berbentuk lembaran adonan yang lembut. Potong lembaran hingga berbentuk mie. Rebus mie dalam air mendidih yang sudah ditambahkan sedikit minyak goreng agar mie tidak lengket. Kemudian tiriskan. Mie kelor siap dimasak. Mie kelor dapat diolah kembali menjadi mie rebus atau mie goreng dengan ditambahkan bumbu lainnya sesuai selera.

Pada saat praktek pembuatan mie kelor kami mengalami kendala yaitu mie yang sudah digiling menggumpal saat direbus karena terlalu lama dibiarkan ditempat terbuka, selain itu juga terjadi tingkat kematangan mie yang terlalu matang saat direbus sehingga mie menjadi lembek. Mie yang sudah kami rebus, kemudian kami olah kembali menjadi mie goreng dengan tambahan bumbu. Setelah mie matang, kami menambahkan topping pelengkap seperti sosis, rica-rica ayam, telur dadar yang diiris tipis, dan semangka.

Selain mendapatkan bahan-bahan mie kelor dilingkungan sekitar yang mudah didapatkan adapun kandungan dan manfaat dalam mie kelor lebih baik jika dibandingkan dengan produk mie biasa. Hal tersebut dikarenakan produk mie kelor terbukti mengandung vitamin A yang tinggi dibandingkan produk mie biasa. Mie kelor juga mengandung vitamin C, sedangkan pada produk mie biasa tidak mengandung vitamin C. Kandungan kalsium pada mie kelor 2 – 3 kali lipat lebih tinggi dibandingkan produk mie biasa. Selain itu, mie kelor juga terbukti mengandung senyawa bioaktif flavonoid, yaitu myrecyetin, quercetin, dan kaempferol yang sangat berguna sebagai antioksidan.



Gambar 1. Proses Pembuatan Mie Kelor



Gambar 2. Bentuk adonan Mie Kelor setelah kalis

B. Pembagian mie daun kelor

Pembagian mie kelor diberikan kepada warga sekitar RT.06 desa Jaticalang agar warga juga mengetahui olahan lain dari daun kelor selain untuk teh. Saat pembagian kami juga memberi sedikit penjelasan tentang kanungan dari mie daun kelor yang lebih baik daripada mie biasa. Kami juga menjelaskan bahan-bahan apa saja yang digunakan untuk pembuatan mie daun kelor supaya warga dapat membuat sendiri dirumah karena bahan yang digunakan mudah didapat dan terjangkau. Mayoritas warga berpendapat tentang rasa dari mie kelor yang enak, rasa langu dari daun kelor pun tidak terasa, hanya saja tingkat kematangan mie yang terlalu matang kurang disukai.



Gambar 3. Mie Kelor sudah matang

Pada foto Mie Kelor sudah matang dan siap dibagikan untuk masyarakat sekitar RT di Desa Jaticalang

KESIMPULAN

Berdasarkan kegiatan penyuluhan dan workshop yang telah dilaksanakan maka dapat disimpulkan bahwa pelatihan pembuatan mie berbahan dasar daun kelor di Desa Jaticalang Kecamatan Krian Kabupaten Sidoarjo berhasil dilakukan dengan baik. Indikator yang menunjukkan keberhasilan kegiatan penyuluhan ini

adalah masyarakat disekitar Desa Jatikalang dapat membuat sendiri mie berbahan dasar daun kelor.

DAFTAR RUJUKAN

- Bhaki J., Lawa Y., dan Naat J N, 2015. *Pengaruh Penggunaan suhu air terhadap aktivitas senyawa antioksidan ekstrak teh daun kelor (Moringae oleifera Lamk) dan identifikasi kandungan metabolit sekundernya” Prosiding Nasional Pendidikan dan Sains Kimia*. Penerbit Program Studi Pendidikan Kimia Undana. ISSN 2460-027X
- Krisnadi, Dud. 2015. *Kelor Super Nutrisi*. LSM-Peduli Lingkungan SNI No. 01-3751-2006. *Daftar bahan makanan Indonesia Kementerian Kesehatan RI*.
- Astawan, M. 1999. *Membuat mie kelor*. Jakarta. Penerbit Swadaya
- Purnawijayanti H. A. 2009. *Mie Sehat*. Penerbit Kanisius. Jogjakarta