

Pengolahan Mie dan Stik Sehat Berbahan Dasar Tomat di Kelompok Tani Sabar Subur dan Bina Karya Kabupaten Bengkulu Utara

Yossie Yumiati ¹⁾; Evi Andriani ²⁾; Rika Dwi Yulihartika ³⁾; Herri Fariadi ⁴⁾; Ana Anjaly ⁵⁾

^{1,2,3,4,5)} Universitas Dehasen Bengkulu

Email: ¹⁾ yossie.yumiati.fp@gmail.com; ²⁾ andriani071085@gmail.com; ³⁾ rikawindry@gmail.com; ⁴⁾ herrifariadilubis@gmail.com; ⁵⁾ anaanjaly11@gmail.com

ARTICLE HISTORY

Received [04 Desember 2024]
Revised [07 Januari 2025]
Accepted [20 Januari 2025]

KEYWORDS

Noodle And Sticks Processing ,
Healthy, Tomato-Based,

This is an open access article
under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license



ABSTRAK

Desa Sawang Lebar merupakan salah satu desa yang terletak di Kecamatan Tanjung Agung Palik Bengkulu Utara Provinsi Bengkulu. Berdasarkan data Dinas Pertanian Kabupaten Bengkulu Tengah 2023 petani di Desa Sawang Lebar umumnya bertani tanaman tomat sebagai sumber pendapatan mereka sehari-hari. Sifat buah tomat yang cepat busuk sehingga buah yang tidak laku dijual dibuang begitu saja. Tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah terbentuknya unit usaha pengolahan mie tomat dan stik sehat dan meningkatnya keterampilan dan pengetahuan anggota kelompok ibu-ibu Kelompok Tani Sabar Subur dan Bina Karya tentang pengolahan pangan. Kegiatan pengolahan mie tomat dan stik sehat ini telah dilaksanakan selama 1 bulan dari persiapan sampai pelaksanaan kegiatan untuk pelaksanaan kegiatan pada Balai Desa di Desa Sawang Lebar Kecamatan Tanjung Agung Palik Bengkulu Utara Provinsi Bengkulu yang diikuti oleh ibu-ibu Kelompok Tani Sabar Subur dan Bina Karya yang terdiri dari 20 (dua puluh) orang. Selama kegiatan berlangsung tidak ada kendala yang dihadapi karena setiap peserta, sehari sebelum pelaksanaan kegiatan sudah mendapatkan materi tentang pengolahan stik tomat dan Mie tomat.

ABSTRACT

Sawang Lebar Village is one of the villages located in Tanjung Agung Palik District, North Bengkulu, Bengkulu Province. Based on data from the Bengkulu Tengah Regency Agriculture Service in 2023, farmers in Sawang Lebar Village generally grow tomatoes as their daily source of income. The nature of tomatoes is that they rot quickly so that unsold fruit is simply thrown away. The purpose of this community service activity is to form a tomato noodle and healthy stick processing business unit and to increase the skills and knowledge of members of the Sabar Subur and Bina Karya Farmers Group regarding food processing. This tomato noodle and healthy stick processing activity has been carried out for 1 month from preparation to implementation of the activity for the implementation of the activity at the Village Hall in Sawang Lebar Village, Tanjung Agung Palik District, North Bengkulu, Bengkulu Province which was attended by mothers from the Sabar Subur and Bina Karya Farmers Group consisting of 20 (twenty) people. During the activity, there were no obstacles faced because each participant, the day before the activity was carried out, had received material on processing tomato sticks and tomato noodles.

PENDAHULUAN

Indonesia dikenal sebagai Negara agraris. Indonesia memiliki iklim yang sangat cocok untuk pengembangan hortikultura jenis buah-buahan salah satunya adalah tomat (*Solanum Lycopersicum*) (Zebua dkk, 2019). Tomat merupakan buah yang banyak dimanfaatkan oleh masyarakat sebagai sayuran, buah, pelengkap bumbu masak, dan minuman segar. Tomat banyak mengandung vitamin A dan C, likopen, B-karoten, lutein, flavonoid, asam fenolat, kalium, serat, protein, rendah lemak dan kalori serta bebas kolesterol. Karotenoid dan likopen banyak terpadat pada buah tomat yang berwarna merah (Rizk et al., 2014 ; Bambang ,1998).

Tomat umumnya dimanfaatkan oleh masyarakat sebagai sayuran atau bahan tambahan pada suatu masakan. Selain itu, tomat juga dapat dibuat menjadi produk yang dikomersilkan seperti mie dan stik yang sehat. Meskipun demikian ketika tiba panen raya tomat, masih banyak tomat yang tidak termanfaatkan dan akhirnya membusuk. Hal ini akan berdampak pada meningkatnya food waste yang dapat mencemari lingkungan (Cahyono, 2008). Di sisi lain tomat merupakan buah klimakterik, selama penyimpanan selain mengalami proses respirasi dan transpirasi juga mengalami perubahan yang disebabkan oleh bakteri. Kandungan air yang tinggi menyebabkan tomat mudah mengalami pembusukan oleh bakteri patogen yang dapat membahayakan kesehatan (Rimunandar, 2001).

Tingginya produktivitas tomat juga tidak seimbang dengan tingkat konsumsi masyarakat yang hanya menjadi bahan tambahan masakan. Sehingga diperlukan produk inovasi untuk mengurangi jumlah tomat yang tidak termanfaatkan dan meningkatkan konsumsi masyarakat serta mengurangi kerugian yang dialami oleh pelaku budidaya tomat, maka dilakukanlah inovasi olahan tomat menjadi mie dan stik yang sehat (Tugiyono, 2005)

Mie dan tik merupakan makanan yang digemari oleh masyarakat. Namun, kandungan protein, serat, dan kalsium yang terkandung di dalam mie rendah. Peningkatan nilai gizi pada mie dan stik dapat

dilakukan dengan menggunakan tomat. mie merupakan salah satu makanan yang cukup digemari oleh semua kalangan usia termasuk anak-anak sehingga terbesit ide untuk membuat mie sehat dengan tambahan tomat agar kadar gizi pada mie dan stik dapat terpenuhi dikarenakan bahan dasar pembuatan mie yaitu tepung terigu memiliki kadar karbohidrat yang tinggi namun kadar zat gizi lainnya seperti protein, lemak, serta dan kalsiumnya masih rendah sehingga perlu dilakukannya peningkatan nilai gizi pada mie dan stik dengan cara substitusi pangan (Andika et al., 2015)

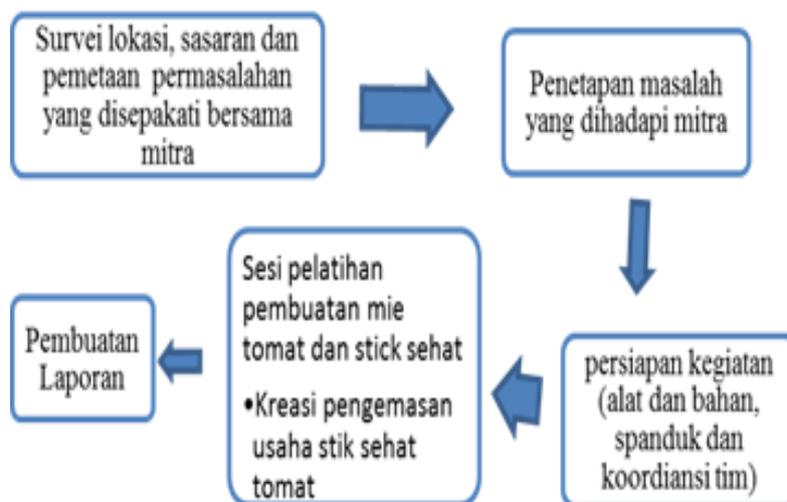
Desa Sawang Lebar Kecamatan Pondok Kubang, merupakan salah satu daerah yang cocok ditanami tomat. Hal ini dikarenakan tomat dapat tumbuh dan berkembang dengan baik di daerah dataran tinggi (daerah pegunungan) berada pada ketinggian 1100 m diatas permukaan laut (dpl). Selain itu tanaman tomat di Desa Sawang Lebar mudah dibudidayakan (diusahakan) oleh petani sehingga menjadi sumber pendapatan bagi petani dalam rangka memenuhi kebutuhan sehari-hari. Produksi tomat yang dihasilkan oleh petani di Desa Sawang Lebar berbeda-beda, ini dikarenakan hasil panen yang tidak serentak dan sifat panen yang kontiniu. Dengan menghasilkan produksi tomat dan dipengaruhi oleh tingkat harga tertentu, maka dapat mempengaruhi penerimaan dan pada akhirnya juga mempengaruhi pendapatan petani.

Tingkat pendapatan yang dihasilkan oleh masing-masing petani juga berbeda, ini dikarenakan luas lahan yang dimiliki berbeda dan sesuai dengan kemampuan yang dimiliki petani tomat baik dalam pengelolaan, pemeliharaan, dan lain sebagainya. Oleh karena itu untuk meningkatkan pendapatan tersebut maka petani harus dapat melakukan usahataniya dengan pengelolaan yang baik agar produksinya meningkat dari segi kualitas dan kuantitas, terutama tomat yang belum diolah atau dalam bentuk segar

METODE

Kegiatan Pengabdian pada Masyarakat dilakukan selama kurang lebih 1 (satu) bulan dari tanggal 30 November sampai dengan 30 Desember 2024 yang diikuti oleh ibu-ibu Kelompok Tani Sabar Subur dan Bina Karya di Desa Sawang Lebar Kecamatan Air Napal Kabupaten Bengkulu Utara yang terdiri dari 20 (dua puluh) orang. Metode kegiatan pengabdian ini berupa pelatihan dalam pembuatan stik sehat, yang mana pihak mitra dibimbing tentang prosedur pembuatan mie tomat dan stick sehat Kegiatan yang akan dilakukan dalam kegiatan Pengabdian pada Masyarakat ini

Sosialisasi berupa penyampaian materi tentang pembuatan saus tomat. Pada tahap ini pemateri mengawalinya dengan menyampaikan pentingnya memperhatikan pola hidup sehat yang dapat dimulai dari menjaga makanan yang kita konsumsi setiap hari. Selanjutnya pemateri juga memaparkan tentang manfaat tomat, dan olahan tomat yang paling sering digunakan salah satunya yaitu mie dan stik tomat. Secara rinci tahapan kegiatan yang akan dilakukan adalah :



Gambar 1. Tahapan Pelaksanaan Kegiatan

Mie merupakan salah satu jenis makanan yang sangat populer di Indonesia karena memiliki rasa yang lezat, harganya terjangkau dan mudah ditemukan. Mie tersedia dalam berbagai bentuk seperti mie basah, mie instan dan mie kering. Standarisasi Nasional Indonesia 8217-2015 mendefinisikan mie kering

sebagai produk yang terbuat dari tepung terigu sebagai bahan utama, dengan atau tanpa tambahan bahan pangan lain dan bahan tambahan pangan yang diizinkan (Almatsier, 2004)

Secara umum stik dapat dikonsumsi sebagai produk panganan oleh-oleh khas Bengkulu Utara. Stik yang ada di pasar banyak terbuat dari ubi, talas. Maksud dari pengabdian masyarakat ini memvariasi jenis stik dipasaran dengan membuat jenis stik baru yang bahan bakunya mudah didapat. Bahan baku tomat mudah didapat dan untuk memanfaatkan buah tomat yang tidak laku dijual dan akhirnya busuk dan dibuang begitu saja.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Selama kegiatan berlangsung tidak ada kendala yang dihadapi karena setiap peserta, sehari sebelum pelaksanaan kegiatan sudah mendapatkan materi tentang pengolahan stik tomat. Proses pengolahan berjalan lancar kecuali pada saat penggorengan. Saat awal hasil penggorengan hasilnya kurang maksimal, warna stik kurang menarik. Namun hal seperti itu dapat diatasi dengan waktu penggorengan dengan api yang sedang jadi hasil penggorengan dapat hasil yang maksimal. Stik yang renyah dan warna yang menarik. Dalam pengolahan mie berlangsung tidak ada kendala hasil yang didapat mie yang kenyal, warna menarik, dan mie tidak terputus. Dilihat dari Sumber daya yang tersedia, Desa Sawang Lebar Kecamatan Tanjung Agung Palik Bengkulu Utara mempunyai potensi yang sangat besar untuk dikembangkan menjadi sentra industri pangan, khususnya kaum perempuan, karena mereka memiliki keinginan, kemampuan untuk meningkatkan kesejahteraan keluarga



Gambar 1. Kegiatan Pengabdian

Pengolahan Mie Tomat

Salah satu cara untuk mengawetkan atau untuk memperpanjang ketahanan suatu produk pangan dapat dilakukan dengan cara pengolahan. Dalam pengolahan suatu produk pangan pada umumnya mengalami salah satu proses yaitu proses pemanasan, proses pemanasan ini bertujuan untuk membunuh mikroba serta menyusutkan kadar air pada suatu produk pangan agar lebih tahan lama. Pada proses pemanasan tidak jarang kandungan nutrisi yang terkandung dalam produk pangan ikut mengalami kerusakan akibat panas yang diberikan begitupula dengan kandungan antioksidannya.

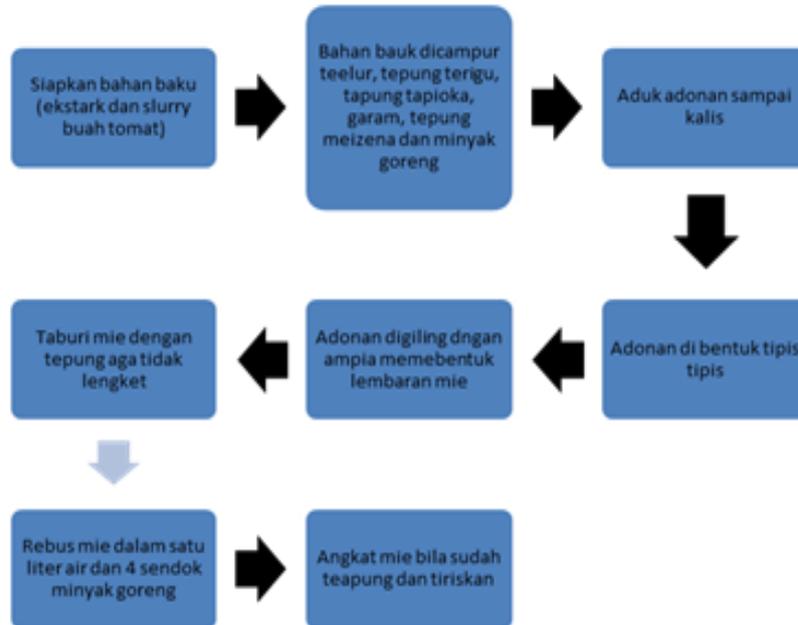
Sekarang telah banyak beberapa produk olahan dari buah tomat yang beredar dipasaran seperti saus tomat, pasta tomat, dan selai tomat, namun bagaimana dengan kandungan nutrisi serta senyawa antioksidan pada produk olahan tomat tersebut (Jayanti et al., 2022). Mie adalah makanan alternatif pengganti beras yang banyak dikonsumsi masyarakat. Mie menjadi populer dikalangan masyarakat karena harganya murah dan cara pengolahan sekaligus penyajiannya sederhana. Mie banyak mengandung karbohidrat, yang banyak menyumbang energi pada tubuh sehingga mie dapat dijadikan sebagai makanan pengganti nasi.



Gambar 3. Olahan Mie Tomat

Mie adalah makanan alternatif pengganti beras yang banyak dikonsumsi masyarakat. Mie menjadi populer di kalangan masyarakat karena harganya murah dan cara pengolahannya sekaligus penyajiannya sederhana. Mie banyak mengandung karbohidrat, yang banyak menyumbang energi pada tubuh sehingga mie dapat dijadikan sebagai makanan pengganti nasi (Astawan,2022).

Cara membuat mie buah tomat adalah sebagai berikut:



Gambar 4. Cara Membuat Mie Buah Tomat

Pengolahan Stik Tomat



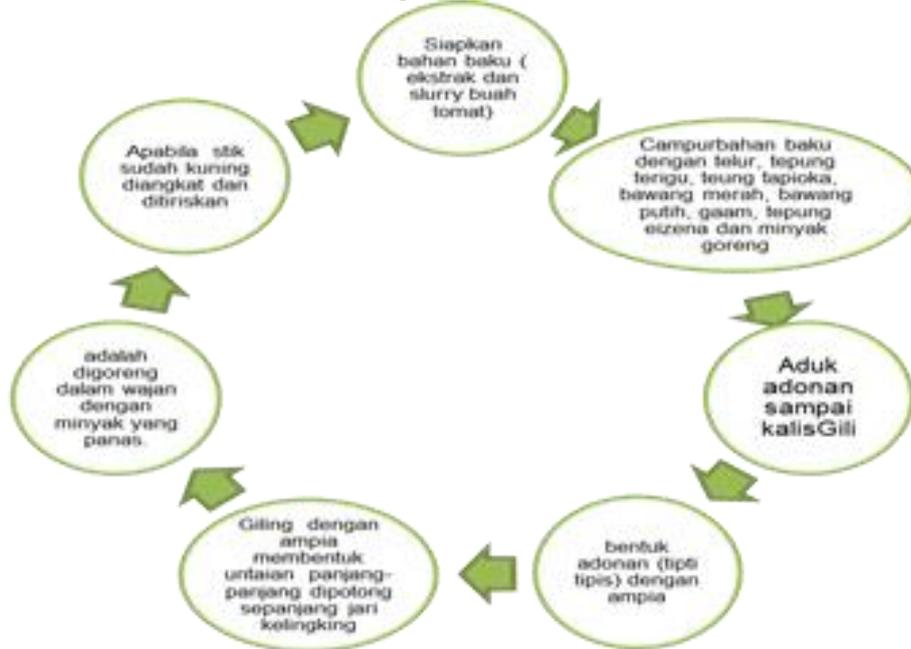
Gambar 5. Olahan Stik Tomat

Stick merupakan suatu jenis makanan ringan yang cukup diminati masyarakat. Kesukaan masyarakat terhadap stick ini menjadikannya sebagai salah satu produk olahan makanan ringan yang banyak diproduksi. Bahan baku pembuatan stick adalah tepung terigu. Variasi stick sudah banyak dikembangkan seperti stick keju, stick ikan, sampai stick umbi-umbian, untuk menarik minat konsumen terhadap produk stick maka perlu adanya diversifikasi yaitu tomat sebagai bahan dasar pembuatan stick.

Pengolahan yang baik dengan menjaga kualitas rasa, pengemasan yang menarik dan diikuti dengan strategi pemasaran yang tepat diharapkan akan menjadi produk yang laku populer di masyarakat

(Meddiati, 2020). Produk ini baru dan belum populer di masyarakat menjadi alternatif stik baru di daerah Bengkulu Utara dan Kota Bengkulu.

Cara membuat stik tomat adalah sebagai berikut :



Gambar 6 Cara Membuat Stik Tomat

Adapun manfaat dari kegiatan pengolahan mie tomat dan stik sehat ini adalah :

1. ibu- ibu Kelompok Tani Sabar Subur dan Bina Karya Desa Sawang Lebar Kecamatan Tanjung Agung Palik Bengkulu Utara Kubang lebih kreatif, dengan adanya kegiatan ekonomi berupa proses produksi olahan pangan berbahan dasar sederhana mudah didapat, untuk membantu meningkatkan kesejahteraan keluarga.
2. Bertambahnya pengetahuan dan pengalaman ibu-ibu Kelompok Tani Sabar Subur dan Bina Karya Desa Sawang Lebar Kecamatan Tanjung Agung Palik Bengkulu Utara tentang pelatihan serta aplikasi mengenai teknologi pengolahan mie tomat dan stick sehat buah tomat.

KESIMPULAN DAN SARAN

Dalam kegiatan pengolahan mie tomat dan stik sehat telah dilaksanakan selama 2 hari yaitu hari pertama untuk persiapan dan hari kedua untuk kegiatan pelaksanaan. Kegiatan berlangsung di Balai Desa Sawang Lebar Kecamatan Tanjung Agung Palik Bengkulu Utara yang diikuti oleh ibu- ibu Kelompok Tani Sabar Subur dan Bina Karya desa tersebut berjumlah 20 orang (Dua Puluh) orang.. Selama kegiatan berlangsung tidak ada kendala yang dihadapi yang ditujukan dengan bentuk stik sehat yang renyah ,mie yang enak dan produk olahan pangan yang sehat.

Perlu pembentukan sistem manajemen, pengemasan, dan pemasaran produk yang efektif dan efisien pada ibu-ibu Kelompok Tani Sabar Subur dan Bina Karya di Desa Sawang Lebar Kecamatan Tanjung Agung Palik Bengkulu Utara.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih pihak-pihak yang membantu aktivitas pengabdian kepada masyarakat ini yaitu Universitas Dehasen Bengkulu, Fakultas Pertanian dan Kelompok Tani Sabar Subur dan Bina Karya di Desa Sawang Lebar Kabupaten Bengkulu Utara

DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier, S.2004. Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Jakarta : Gramedia Pustaka Utama.
- Andhik a Giri Persada1; Anggita Chaula Ramadhani. 2015. Meningkatkan Kesadaran Dalam Berwirausahamelalui Potensi Hasil Panen (Mie Tomat). Jurnal Inovasi dan Kewirausahaan 4(2) : 88-92

- Astawan, M., 2022. Membuat Mie dan Bihun. Penebar Swadaya, Jakarta.
- Bambang Cahyono. 1998. Tomat Budidaya dan Analisis Usaha Tani. Yogyakarta: Kanisius.
- Cahyono, B. 2008. Tomat, Usaha Tani, dan Penanganan Pasca Panen. Kanisius. Yogyakarta.
- Jayanti S, Nopriyeni, Tomi, H, Apriza. F. 2022. Pengolahan tomat menjadi saos tomat dalam upaya meningkatkan pendapatan masyarakat di Desa Pekik Nyaring. 2022. Jurdimas Royal : 5 (3) : 347-354
- Meddiati, Fajar T.R. 2020. Pemanfaatan tepung bekatul sebagai substitusi bahan pembuatan stik bawang. Jurnal Kesejahteraan Keluarga dan Pendidikan. 7(2): 183-192
- Rismunandar. 2001. Tanaman Tomat. Sinar Baru Algensindo. Bandung.
- Rizk, Effat M., Alaa T. El-Kady, and Amany R. El-Bialy. 2014. Charactrization of Carotenoids (Lyco-Red) Extracted from Tomato Peels and Its Uses as Natural Colorants and Antioxidants of Ice Cream."Annals of Agricultural Sciences 59(1):53- 61
- Tugiyono. 2005. Tanaman Tomat. Agromedia Pustaka. Jakarta
- Zebua, Mercy Julinda, Tatiek Kartika Suharsi, and Muhamad Syukur. 2019. Studi Karakter Fisik Dan Fisiologi Buah Dan Benih Tomat (*Solanum Lycopersicum L.*) Tora IPB. Buletin Agrohorti 7(1):69 – 75