

PENYULUHAN DAN PELATIHAN PEMBUATAN PANGAN MIE TELANG DI SENDEN RT 01 RW 11 DESA DANGURAN

Indri Kusuma Dewi^{1,3}, Fatihatul arsyana², Fine Nur Karimah², Fitriana Uswatun
Khasanah², Hanifa Nur Rohmah², Itsna Nilta Rohmah²

¹Jurusan Jamu Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Surakarta

²Jurusan Farmasi Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Surakarta

³PUI Pujakesuma Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Surakarta

*Email: indri.kusumadewi@gmail.com

ABSTRAK

Bunga telang merupakan salah satu inovasi baru dari produk mie. Penambahan ekstrak bunga telang memberikan warna biru dan memberikan manfaat yang sangat banyak bagi tubuh. Bunga telang mengandung flavonoid yang berfungsi sebagai antioksidan. Kandungan ini dapat dikembangkan dalam bentuk pangan fungsional yang dapat berpengaruh bagi kesehatan. Bunga telang (*Clitoria terenatea*) merupakan bunga yang mengandung antioksidan tinggi yang biasanya tumbuh di pekarangan rumah, hutan atau bahkan pinggiran taman. Bunga ini lebih dikenal oleh masyarakat sebagai tanaman obat yang digunakan sebagai obat mata, untuk menghilangkan dahak pada bronkitis kronis, menurunkan demam, serta mengiritasi kandungan dan saluran kemih. Bunga ini juga dapat digunakan sebagai pewarna makanan. Metode penyuluhan dan pelatihan dengan pemberian materi dilanjutkan dengan pelatihan dan sesi tanya jawab. Kegiatan penyuluhan dan pelatihan berpengaruh signifikan terhadap pengetahuan ibu-ibu PKK. Berdasarkan hasil penyuluhan diharapkan PKK Senden RT 01 RW 11 Danguran Klaten Selatan dapat menerapkan ilmu dan pengalaman terkait pemanfaatan bunga telang melalui pembuatan mie telang untuk menambah pengetahuan dan keterampilan.

Kata Kunci : Bunga Telang, Mie, Konseling

ABSTRACT

Telang flower noodles are one of the new innovations of noodle products. The addition of telang flower juice gives a blue color and gives very many benefits to the body. Telang flowers contain flavonoids that act as antioxidants. This content can be developed as a series of processed food industries that can have an effect on health. The telang flower (Clitoria terenatea) is a flower that is high in antioxidants that usually grows in the yard of a house, forest or even the outskirts of a garden. This flower is better known by the public as a medicinal plant that is used as an eye medicine, a medicine to eliminate sputum in chronic bronchitis, reduce fever, and irritate the urinary and urinary tract content. This flower can also be used as a food coloring. Methods of counseling and training by giving materials followed by training and question and answer sessions. Counseling and training activities have a significant

effect on the knowledge of PKK mothers. Based on the results of the counseling, it is hoped that PKK Senden RT 01 RW 11 Danguran, South Klaten can apply knowledge and experience related to the utilization of butterfly pea through making butterfly pea noodles to increase knowledge and skills.

Keywords: *Telang flower, noodle, counseling*

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi dan informasi ikut mendorong pemanfaatan bahan alam yaitu tanaman obat asli Indonesia dalam pengolahan produk pangan fungsional. Pangan fungsional merupakan produk pangan yang perkembangannya maju pesat di dunia, seiring dengan semakin tingginya permintaan dan kesadaran masyarakat tentang kesehatan. Namun dalam perkembangannya pemanfaatan potensi alam pangan fungsional di Indonesia masih sangat sedikit. Masyarakat perlu untuk memahami pangan fungsional dan manfaatnya terhadap peningkatan kesehatan.

Mie merupakan produk pangan yang digemari oleh masyarakat mulai dari anak-anak, orang tua, dan lansia. Masyarakat sangat menyukai mie karena memiliki rasa gurih, harganya, murah dan cara pengolahan sekaligus

penyajianya sederhana. Produk pangan ini dapat menjadi jalan alternatif pengganti nasi yang banyak dikonsumsi masyarakat. Oleh karena itu perlu dikembangkan produk pangan yang bermanfaat bagi kesehatan.

Bunga telang (*Clitoria terenata*) adalah bunga yang mengandung tinggi antioksidan yang biasanya tumbuh di pekarangan rumah, hutan atau bahkan pinggiran kebun. Bunga ini lebih dikenal oleh masyarakat sebagai tanaman obat yang dimanfaatkan sebagai obat mata, obat untuk menghilangkan dahak pada bronkitis kronis, menurunkan demam, serta iritasi kandungan kemih dan saluran kencing. Bunga ini juga dapat digunakan sebagai pewarna makanan¹.

Mie bunga telang adalah salah satu inovasi baru dari produk mie. Penambahan sari bunga telang memberikan warna biru dan memberi

manfaat sangat banyak untuk tubuh. Bunga telang mengandung flavonoid yang berperan sebagai antioksidan. Kandungan tersebut dapat dikembangkan sebagai olahan industri pangan yang dapat memberikan efek terhadap kesehatan².

Bunga telang di Indonesia biasanya digunakan sebagai pewarna makanan atau juga merebus bunga secara langsung untuk dijadikan obat herbal sehingga belum populer di kalangan masyarakat untuk dijadikan produk lebih lanjut. Hingga saat ini penelitian untuk pengembangan bunga telang belum banyak dilakukan karena banyak yang belum mengetahui manfaat dari bunga telang. Pemanfaatan bunga telang dalam bidang pangan telah dilakukan di beberapa negara. Warna biru dari bunga telang telah dimanfaatkan sebagai pewarna biru pada ketan di Malaysia. Bunga telang juga dimakan sebagai sayuran di Kerala (India) dan di Filipina².

Bunga telang (*Clitoria ternatea*) merupakan tanaman yang dapat ditemui tumbuh liar atau sebagai

tanaman hias. Tanaman yang memiliki warna biru ini memiliki nama yang berbeda-beda di setiap daerah di Indonesia, seperti di daerah Sumatera disebut bunga biru, bunga kelentit, bunga telang, di Jawa disebut kembang teleng, menteleng, di Sulawesi disebut bunga talang, bunga temen raleng, dan di Maluku disebut bisi, seyamagulele. Tanaman ini merupakan tanaman perdu tahunan yang memiliki perakaran yang dalam dan berkayu dengan kelopak bunga berwarna biru-ungu hingga hampir putih³.

Mie merupakan salah satu jenis makanan yang telah dikenal masyarakat Asia khususnya Asia Timur dan Asia Tenggara. Berdasarkan sejarah mie diciptakan di Negara Cina dan dalam perkembangannya mie dikenal hingga saat ini. Secara umum mie digolongkan dua jenis yaitu mie basah dan mie kering. Mie basah adalah mie yang belum diolah lanjut (dimasak) dengan kandungan air tinggi, sedangkan mie kering memiliki kandungan air yang lebih rendah. Proses pembuatan mie meliputi tahap pencampuran bahan, pengadonan

sampai kalis, pembentukan untaian, serta pemotongan sesuai ukuran⁴.

Tepung terigu merupakan bahan dasar pembuatan mie. Tepung terigu diperoleh dari biji gandum yang digiling. Keistimewaan terigu antara lain memiliki sifat elastis tidak mudah putus pada saat pencetakan dan pemasakan mie. Hal ini disebabkan oleh adanya gluten. Bahan alternatif pembuatan mie antara lain dari campuran berbagai jenis tepung umbi-umbian dan sereal. Pembuatan mie berbahan tepung ubi kayu dan tepung terigu dengan perbandingan tepung 5:1 dengan tambahan gluten dan larutan alkali dinyatakan oleh panelis memiliki 80% kesamaan sensoris dengan mie basah 100 % terigu⁵.

METODE KEGIATAN

Penyuluhan dan pelatihan pembuatan mie telang dilaksanakan pada hari Jumat tanggal 4 Februari 2023 di Senden, RT 01 RW 11, Danguran, Klaten Selatan, Klaten. Sasaran dalam penyuluhan dan dan pelatihan pembuatan mie telang ini adalah Ibu-ibu PKK di Senden RT 01

RW 11 Desa Danguran, Klaten Selatan, Klaten. Observasi lapangan dilakukan melalui koordinasi dengan Ketua RT untuk menginformasikan dan menghimbau para Ibu-ibu PKK Senden RT 01/RW 11 Desa Danguran untuk dapat mengikuti kegiatan penyuluhan dan pelatihan ini.

Adapun metode yang digunakan pada kegiatan penyuluhan dan pelatihan ini adalah sebagai berikut :

a. Pre-test

Pengukur pengetahuan awal peserta tentang mie telang sebagai mie sehat pengganti nasi.

b. Melakukan pelatihan membuat ramuan

Melakukan praktik membuat mie telang sebagai mie sehat pengganti nasi menggunakan resep ramuan yang telah dipraktikkan sebelumnya.

c. Post-test

Pengukur kembali pengetahuan peserta tentang mie telang sebagai mie sehat menggunakan kuisioner yang sama.

Hasil *pre-test* dan *post-test* kemudian dianalisis menggunakan SPSS yaitu *T-test*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penyuluhan merupakan kegiatan yang bertujuan untuk mendidik seseorang maupun kelompok untuk memberikan pengetahuan, informasi, agar dapat membangun sikap serta perilaku hidup yang baik. Kegiatan Penyuluhan tentang pangan industri rumah tangga mie telang dilakukan di Senden, RT 01 RW 11, Danguran, Klaten Selatan, Klaten. Responden yang hadir dalam kegiatan penyuluhan dan pelatihan sebanyak 36 orang. Kegiatan diawali dengan pengenalan dan dilanjutkan dengan pengisian lembar *pre-test*. Selanjutnya pemberian materi dan pelatihan dengan metode ceramah dan diskusi, demonstrasi dan dilanjutkan dengan praktek secara langsung selama kurang lebih 60 menit dan pada akhir sesi penerimanya maupun pelatihan memberikan kesempatan kepada peserta untuk mengajukan pertanyaan. Akhir dari kegiatan penyuluhan dan pelatihan ini adalah dengan memberikan soal *post-test* untuk menganalisis adanya peningkatan pengetahuan ibu-ibu PKK Senden, RT 01 RW 11, Danguran,

Klaten Selatan, Klaten sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan.

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Usia		
a. 20 – 30	3	8,33
b. 31 – 40	13	36,11
c. 41 – 50	6	16,67
d. 51 – 60	9	25
e. >60	5	13,89
Jumlah	36	100
Pekerjaan		
a. Ibu rumah tangga	25	69,44
b. Wiraswata	3	8,33
c. PNS	2	5,56
d. Lainnya	6	16,67
Jumlah	36	100

Berdasarkan data tabel 1 menunjukkan bahwa usia responden terbanyak adalah sebesar 36,11% dengan dengan rentang usia 31 - 40 tahun. Hal ini menunjukkan usia memiliki pengaruh terhadap pengetahuan. Usia seseorang semakin bertambah akan semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya sehingga pengetahuan yang diperoleh semakin baik⁶. Pekerjaan responden yang terbanyak adalah ibu rumah tangga sebesar 69,44%. Pekerjaan seseorang akan berpengaruh terhadap pengetahuan. Pekerjaan juga dapat mempengaruhi daya beli seseorang

sehingga mampu memperoleh sumber informasi yang lebih banyak untuk menambah wawasan dan pengetahuan⁷.

Tabel 2. Data Frekuensi Berdasarkan Kategori Pengetahuan

Tingkat Pengetahuan	Sebelum Penyuluhan	Sesudah Penyuluhan
Frekuensi (f)		
Baik	15	32
Sedang	20	4
Kurang	1	0
Jumlah	36	36
Persentase (%)		
Baik	41,67	88,89
Sedang	55,56	11,11
Kurang	2,78	0
Jumlah	100	100

Tabel 2 menunjukkan bahwa hasil data frekuensi sebelum penyuluhan didapatkan hasil dalam kategori baik sebesar 41,67%, kategori sedang sebesar 55,56%, dan kategori kurang sebesar 2,78%, sedangkan setelah penyuluhan didapatkan hasil kategori baik sebesar 88,89% dan kategori sedang sebesar 11,11%. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan setelah dilakukan penyuluhan.

Tabel 3 Persentase Hasil Jawaban yang Benar pada Kuesioner Pre-Test dan Post Test

No.	Pernyataan	Pre-test (%)	Post-test (%)	Peningkatan (%)
1.	Memiliki aktivitas antioksidan merupakan salah satu manfaat dari bunga telang	97,22	100	2,78
2.	Manfaat bunga telang yaitu menurunkan kekebalan tubuh	72,22	77,78	5,56
3.	Bunga telang dapat dijadikan pewarna alami	94,44	100	5,56
4.	Mie dapat dijadikan pengganti nasi	83,33	94,44	11,11
5.	Bunga telang dapat dijadikan bahan dasar mie	66,67	97,22	30,56
6.	Mie bunga telang merupakan pangan fungsional yang dapat memberi banyak manfaat untuk tubuh	97,22	100	2,78
7.	Salah satu bahan untuk membuat mie adalah tepung terigu	91,67	97,22	5,56
8.	Salah satu alat untuk membuat mie adalah <i>noodle maker</i>	91,67	100	8,33
9.	Langkah awal pembuatan mie telang yaitu menyedu bunga telang dengan air mendidih.	8,33	25	16,67
10.	Waktu yang sesuai untuk menyeduh bunga telang yaitu 10 menit	2,78	58,33	55,56

Tabel 3 menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan responden sebelum dan setelah penyuluhan melalui media ceramah, diskusi dan demonstrasi. Jawaban pernyataan nomor 1, 3, 4, 5, 6, 7 dan 8 merupakan benar, sedangkan nomor 2, 9 dan 10 adalah salah. Responden menjawab pertanyaan secara benar akan mendapatkan skor 1. Peningkatan pengetahuan responden paling besar terjadi pada nomor 5 (30,56%), 9 (16,67%) dan 10 (55,56%). Hal ini menunjukkan bahwa sebagian responden sebelum dilakukan penyuluhan dan pelatihan belum mengetahui mengenai pemanfaatan bunga telang dan cara pembuatan mie telang. Sedangkan pada nomor 1, 6 dan 8 memiliki persentase hasil *post-test* sebesar 100% yang menunjukkan bahwa secara keseluruhan responden telah mengetahui bahwa manfaat dan cara pemanfaatan bunga telang serta cara pembuatan mie telang.

Tabel 4 Persentase peningkatan pre-test dan post-test

Jumlah Responden	<i>Pre-test</i> (%)	<i>Post-test</i> (%)	Peningkatan (%)
36	70,56	85	14,44

Berdasarkan hasil jumlah data frekuensi sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan dan pelatihan pada tabel di atas dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan setelah pemberian penyuluhan dan pelatihan tentang pangan industri rumah tangga mie telang dengan persentase peningkatan nilai sebesar 14,44%. Peningkatan ini menunjukkan bahwa meningkatnya pengetahuan responden setelah diberikan penyuluhan dan pelatihan.

Tabel 5 Paired Samples Correlations

	N	Correlation	Sig.
Pair 1 Sebelum diberi perlakuan & Sesudah diberi perlakuan	36	.496	.002

Hasil uji *paired sample correlations* menunjukkan bahwa nilai signifikansi sebesar 0.002 dimana nilai $\text{sig} >$ dari 0.00, hal ini berarti antara *pre-test* dan *post-test* memiliki hubungan atau terdapat hubungan yang signifikan.

Paired Samples Test									
Paired Differences									
95% Confidence Interval of the Difference									
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	Lower	Upper	t	df	Sig. (2-tailed)	
Pair 1 Sebelum diberi perlakuan - Sesudah diberi perlakuan	-14.44444	9.69372	1.61962	-17.72433	-11.16456	-8.940	35	.000	

Gambar 1 Paired Samples Test

Hasil uji t berupa *Paired Samples Test* menunjukkan bahwa nilai signifikansi sebesar 0,000 dimana nilai $\text{sig} < 0,05$. Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara sebelum dan sesudah diberi penyuluhan dan pelatihan. Terjadinya peningkatan pengetahuan ibu-ibu PKK di Senden RT 01 RW 11 Danguran, Klaten Selatan dalam penyuluhan dan pelatihan ini didukung oleh usia dan pekerjaan. Selain itu ada faktor lain yang menyebabkan terjadinya peningkatan pengetahuan yaitu pendidikan, pengalaman, sosial budaya, dan lingkungan.

KESIMPULAN

Kegiatan penyuluhan dan pelatihan dapat meningkatkan pengetahuan ibu-ibu PKK di Senden RT 01 RW 11 Danguran, Klaten Selatan tentang pembuatan pangan industri rumah tangga mie telang dapat disimpulkan bahwa sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan terjadi peningkatan sebesar 14,44%. Hal ini mengalami peningkatan dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 dimana nilai $\text{sig} < 0,05$

yang berarti terdapat pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan ibu-ibu PKK di Senden RT 01 RW 11 Danguran, Klaten Selatan sebelum dan setelah diberi penyuluhan dan pelatihan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih yang sebesar-besarnya kami sampaikan kepada Ibu – ibu PKK Senden RT 01/RW 11 Desa Danguran Klaten Selatan yang telah mengikuti kegiatan penyuluhan dan pelatihan serta Bapak dan Ibu Ketua RT 01 Desa Senden Danguran Klaten Selatan yang telah mengizinkan dan menyediakan tempat untuk kegiatan penyuluhan dan pelatihan ramuan tradisional untuk meningkatkan daya tahan tubuh.

DAFTAR PUSTAKA

1. Sutedi, E. 2014. Potensi Kembang Telang (*Clitoria ternatea*) sebagai Tanaman Pakan Ternak. *Indonesian Bulletin of Animal and Veterinary Sciences*, 23(2), 51–62. <https://doi.org/10.14334/wartazoa.v23i2.715>
2. Handito, D., Basuki, E., Saloko, S., Dwikasari, L. G., dan Triani, E. 2022. Analisis Komposisi Bunga

- Telang (*Clitoria ternatea*) sebagai Antioksidan Alami pada Produk Pangan. *Prosiding Saintek*, 4, hal. 64–70.
3. Aisyah. 2019. Potensi Teh Bunga Telang (*Clitoria ternatea*) Sebagai Obat Pengencer Dahak Herbal Melalui Uji Mukositas. *Jurnal Sains, Teknologi, Sosial, Pendidikan, Dan Bahasa*, 4(2), 65–73.
 4. Zulman. 2016. Sifat Fisik Mie Basah Berbahan Dasar Tepung Komposit Kentang dan Tapioka Physical. *Jurnal Agroindustri*, 6(2), 57–64.
 5. Abidin, A. Z., C. Devi, dan Adeline. 2013. Pengembangan Mie Basah Berbahan Dasar Tepung Singkong. *Journal of Engineering and Technological Sciences*, 45(1), 97-111
 6. Retnaningsih, R. 2016. Hubungan Pengetahuan dan Sikap tentang Alat Pelindung Telinga dengan Penggunaannya Pada Pekerja di PT. X. *Journal of Industri Hygiene and Occupational Health*, 1, 67–82.
<https://doi.org/10.1080/03075079.2017.1401060>
 7. Suwaryo, P. A. W., & Yuwono, P. 2017. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Tingkat Pengetahuan Masyarakat dalam Mitigasi Bencana Alam Tanah Longsor. *Jurnal Urecol*, 305–314.