

**PEMBERDAYAAN IBU RUMAH TANGGA MELALUI PELATIHAN  
PEMBUATAN MIE SUSU DAN BOLU SUSU DI DESA  
KEMUNING LOR KECAMATAN ARJASA**

**Ayu Febriyatna<sup>1)</sup>, Firda Agustin<sup>2)</sup>, dan Ratih Putri Damayati<sup>3)</sup>**

<sup>1</sup>Kesehatan, Politeknik Negeri Jember, Jalan Mastrip Kotak Pos 164, Jember, 68101

<sup>2</sup>Kesehatan, Politeknik Negeri Jember, Jalan Mastrip Kotak Pos 164, Jember, 68101

<sup>3</sup>Kesehatan, Politeknik Negeri Jember, Jalan Mastrip Kotak Pos 164, Jember, 68101

E-mail: ayu\_febriyatna@polije.ac.id

**Abstract**

Milk is a liquid that comes from the udder of dairy cows whose natural content is not reduced or added to anything and has not undergone any process. Milk contains nutrients including protein, essential fatty acids, vitamins and minerals. The purpose of this training is to provide training and add insight to housewives in livestock centers related to the manufacture of milk noodle and sponge products. The service activity was carried out in Kemuning Lor Village, Arjasa District, Jember Regency in August 2021. The method used in this activity was situation analysis, by conducting site surveys and interviews with partners and dairy farmers. The implementation of activities includes the delivery of materials and training in making milk noodles and milk sponge. Evaluation of service activities by giving post tests and seeing partners able to make milk cakes and milk noodles independently. The results of this training based on the posttest results are that participants are able to mention the ingredients needed to make milk noodles and milk sponges and there are no obstacles and suggestions in the manufacturing process. In addition, participants were also able to make milk noodles and milk sponge independently. The conclusion of this activity is that it can increase new insights and skills for the community in Kemuning Lor Village, Arjasa District

**Keywords:** *Empowerment of housewives, training, making milk noodles, making milk cakes, Kemuning Lor Village, Arjasa District*

**Abstrak**

Susu merupakan merupakan cairan yang berasal dari ambing sapi perah yang kandungan alaminya tidak dikurangi dan ditambahkan suatu apapun dan juga tidak mengalami proses apapun. Susu memiliki kandungan zat gizi meliputi protein, asam lemak esensial, vitamin dan mineral. Tujuan pelatihan ini untuk memberikan pelatihan serta menambah wawasan kepada ibu rumah tangga di sentra peternakan terkait pembuatan produk mie susu dan bolu susu. Kegiatan pengabdian dilaksanakn di Desa Kemuning Lor Kecamatan Arjasa Kabupaten Jember sejumlah 13 orang pada bulan Agustus 2021. Metode yang digunakan pada kegiatan ini yaitu analisis situasi, dengan melakukan survei lokasi serta wawancara kepada mitra dan peternak sapi perah. Pelaksanaan kegiatan meliputi penyampaian materi dan pelatihan pembuatan mie susu dan bolu susu. Evaluasi kegiatan pengabdian dengan memberikan *post test* dan melihat mitra mampu membuat bolu susu dan mie susu secara mandiri. Hasil pelatihan ini berdasarkan hasil *postest* adalah peserta mampu menyebutkan bahan yang dibutuhkan untuk membuat mie susu dan bolu susu serta tidak ada kendala dan saran dalam proses pembuatannya. Selain itu, peserta juga mampu membuat mie susu dan bolu susu secara mandiri. Kesimpulan kegiatan ini adalah dapat meningkatkan wawasan serta keterampilan baru bagi masyarakat di Desa Kemuning Lor Kecamatan Arjasa

**Kata Kunci:** *Pemberdayaan ibu rumah tangga, pelatihan, pembuatan mie susu, pembuatan bolu susu, Desa Kemuning Lor Kecamatan Arjasa*

## PENDAHULUAN

Susu sapi menjadi salah satu produk susu yang paling banyak dikonsumsi oleh masyarakat. Susu sapi berkontribusi dalam pemenuhan kebutuhan zat gizi makro dan mikro (Marangoni *et al.*, 2019). Susu sapi memiliki komponen protein, vitamin, mineral, dan komponen zat gizi lainnya (Scholz-Ahrens *et al.*, 2020). Kemuning lor atau dikenal sebagai daerah rembangan merupakan salah satu desa di Kabupaten Jember yang penduduknya sebagian besar sebagai peternak sapi perah. Pada masa pandemi susu sapi dari desa kemuning lor mengalami peningkatan penjualan. Berbagai jenis minuman dari produk susu tersebut banyak diminati masyarakat (Iwan Feri Yanto Cendananews.com, 2021).

Susu saat ini sudah banyak dikembangkan dari berbagai jenis olahan makanan. Beberapa produk olahan makanan yang berbahan dasar susu. Pengembangan produk kearah bentuk makanan berpotensi untuk memberikan nilai tambah ekonomi bagi masyarakat terkait pemanfaatan susu sapi tersebut. Mie dan bolu merupakan produk makanan olahan yang banyak dikonsumsi masyarakat. Selain itu, bolu dan mie banyak digunakan sebagai produk makanan yang dijual. Mie dan bolu merupakan produk yang memiliki bahan dasar berupa tepung. Pada kegiatan pengabdian, pengolahan Mie dan bolu dikembangkan dengan melakukan penambahan susu sapi. Mie dan bolu susu diharapkan mampu memberikan peluang bisnis bagi ibu-ibu rumah tangga yang berada di sentra peternakan sapi perah. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan pelatihan dan menambah wawasan kepada ibu-ibu rumah tangga di sentra peternakan terkait pembuatan produk mie susu dan bolu susu di Desa Kemuning Lor, Kecamatan Arjasa.

Template ini digunakan sebagai pedoman penulisan artikel Seminar Nasional Terapan Inovatif (SENTRINOV) 2019. Artikel harus memuat **Pendahuluan**, **Metode Penelitian**, **Hasil dan Pembahasan**, **Simpulan**, serta **Daftar Pustaka**. Artikel ditulis dalam Bahasa Indonesia menggunakan jenis huruf Times New Roman, font size 12, spasi 1.5, rata kiri kanan, margin kiri – kanan – atas – bawah masing-masing 3 cm, menggunakan kertas ukuran A4 (210 mm x 297 mm). Panjang naskah maksimum 8 halaman, termasuk gambar dan tabel.

Bagian pendahuluan meliputi: latar belakang, rumusan masalah atau pertanyaan penelitian, dan tujuan penelitian. Penulisan bagian-bagian dari pendahuluan ini tanpa menggunakan subbab/subjudul. Sumber referensi berasal dari sumber-sumber primer

(jurnal) terbitan 5 tahun terakhir. Sumber acuan yang dicantumkan di awal kalimat ditulis menggunakan sistem Nama (tahun), sedangkan bila dicantumkan di akhir kalimat menggunakan sistem (Nama, tahun). Kutipan langsung lebih dari 3 baris, ditulis menggunakan spasi 1, indentasi kiri-kanan.

## METODE PENELITIAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan di sentra peternak sapi perah Rembangan Kemuning Lor, Kecamatan Arjasa Kabupaten Jember. Pelaksanaan kegiatan dilakukan pada bulan April-Agustus 2021. Mitra dalam kegiatan ini adalah ibu rumah tangga di sentra peternakan sapi perah.

Alat yang digunakan dalam kegiatan pelatihan ini yaitu baskom, gelas ukur, *pasta maker* (gilingan mie), *mixer*, panci, kuas, sendok, dan kompor. Bahan untuk pembuatan bolu susu yaitu tepung terigu 70 g, tepung maizena 15 g, baking powder  $\frac{1}{4}$  sdt, telur 3 butir, susu sapi 100 ml, gula pasir 90 g, susu kental manis 1 sachet, pasta vanilla 1 sdt, minyak goreng 30 ml, keju parut secukupnya. Bahan yang dibutuhkan dalam pembuatan mie susu yaitu susu sapi bagian yang menggumpal (*off quality*) 100 ml, garam 1sdt, tepung terigu 250 g, telur 1 butir, tepung tapioka 50 g. Sedangkan untuk media yang digunakan untuk kegiatan ini menggunakan modul olahan susu sapi.

Metode yang digunakan pada kegiatan ini yaitu analisis situasi, pelaksanaan pelatihan dan evaluasi. Analisis situasi dilakukan dengan survei lokasi serta wawancara kepada mitra dan peternak sapi perah untuk menganalisis masalah yang dihadapi mitra. Berdasarkan analisis situasi didapatkan program kegiatan berupa pelatihan pembuatan bolu susu dan mie susu bagi ibu-ibu rumah tangga. Sebelum dilakukan pelatihan, mitra diberi penyuluhan terlebih dahulu mengenai manfaat susu sapi dan diversifikasi produk olahan susu sapi. Setelah itu dilakukan pelatihan dengan bantuan modul pelatihan yang berisikan berbagai olahan susu sapi. Mitra dibagi menjadi dua kelompok, dengan masing-masing kelompok berjumlah 6-7 orang dengan didampingi oleh pendamping untuk bersama-sama mempraktikkan pengolahan olahan susu sapi.

Evaluasi sebagai tahapan indikator keberhasilan terlaksananya kegiatan pengabdian dengan melihat mitra mampu membuat bolu susu dan mie susu. Pada

akhir kegiatan dilakukan *post test* dengan menanyakan bahan yang dibutuhkan pada masing-masing resep, kendala dan saran saat pelaksanaan kegiatan. Perwakilan setiap kelompok mendapatkan tugas untuk membuat kembali olahan yang sudah dipraktikkan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Kondisi Umum Pelaksanaan Kegiatan

Dikabupaten jember terdapat beberapa daerah yang memiliki potensi sebagai sentra produksi sapi perah. Daerah tersebut berada pada desa Kemuning Lor kecamatan Arjasa. Kegiatan pelatihan pengolahan susu sapi dilaksanakan disalah satu rumah peternak sapi perah Desa Kemuning Lor kecamatan Arjasa. Berdasarkan data kependudukan di Desa Kemuning Lor kecamatan Arjasa terdapat 40 Kartu keluarga (KK). Kegiatan pelatihan hanya dihadiri oleh 13 orang ibu rumah tangga mengingat kondisi pandemi covid 19 dan pemberlakuan pembatasan kegiatan masyarakat (PPKM) sehingga kegiatan ini membatasi mengundang banyak ibu-ibu rumah tangga untuk menghindari terjadi kerumunan.

Berdasarkan pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat menunjukkan respon antusias yang tinggi dari ibu-ibu rumah tangga tersebut dikarenakan belum pernah ada pelatihan diversifikasi produk olahan susu sapi. Kegiatan ini menjadi kegiatan yang baru bagi mereka. Kegiatan pelatihan ini mengenalkan berbagai macam produk berbahan dasar susu sapi segar. Terdapat 2 produk olahan berbahan dasar dari susu sapi segar yang kami praktikkan yaitu mie susu dan bolu susu. Pelatihan ini membantu ibu-ibu rumah tangga untuk dapat mengolah susu sapi menjadi berbagai macam produk olahan dan dapat dijadikan ide bisnis bagi mereka.

### Penyampaian Materi

Penyampaian materi dilakukan sebelum pelatihan dimulai. Materi disampaikan oleh dosen gizi dengan isi materi adalah tujuan dari pelatihan diversifikasi produk olahan susu sapi segar, nilai gizi dari susu sapi segar dan memperkenalkan berbagai macam olahan susu sapi segar.

Susu sapi segar merupakan cairan yang berasal dari ambing sapi perah yang kandungan alaminya tidak dikurangi mapupun ditambahkan suatu apapun dan juga tidak mengalami proses papapun. Susu sebagai salah satu sumber pangan yang baik

karena mengandung banyak zat gizi (SNI, 2011). Susu sebagai salah satu sumber pangan yang baik karena mengandung nilai zat gizi yang tinggi. Susu mengandung protein, asam lemak esensial, vitamin dan mineral (Claeys *et al.*, 2014). Susu juga memiliki nilai biologis yang tinggi karena memiliki nilai asam amino esensial yang baik dan dibutuhkan oleh tubuh manusia selain itu juga memiliki tingkat pencernaan yang tinggi (Marangoni *et al.*, 2018).

Peserta pelatihan diberikan modul yang berisi materi dari apa yang telah disampaikan oleh pemateri selain itu, modul juga berisi beberapa resep olahan produk susu sapi segar. Peserta begitu antusias dan ingin segera melakukan praktik pembuatan produk olahan susu sapi segar.

### Praktik pembuatan mie susu

Proses pembuatan mie susu adalah mencampurkan telur dan garam kedalam susu kemudian campur hingga merata. Tambahkan tepung terigu sedikit demi sedikit pada campuran tersebut kemudian uleni hingga kalis. Diamkan adonan selama 15 menit. Masukkan adonan ke mesin penggiling, giling hingga mulus dan sesuaikan tingkat ketebalannya sesuai selera. Masukkan adonan ke mesin pemotong mie, taburi dengan tepung tapioca sehingga tidak lengket antar helaian mie. Mie susu siap dimasak. Berikut adalah proses pelatihan pembuatan mie susu di Desa Kemuning Lor.



Gambar 1. Proses pencampur bahan mie



Gambar 2. Proses pemotongan mie



Gambar 3. Hasil mie yang sudah selesai dipotong



Gambar 4. Proses Penyajian mie susu



Gambar 5. Proses perebusan mie susu



Gambar 6. Mie susu yang sudah diplatting

### Praktik Pembuatan Bolu Susu

Proses pembuatan bolu susu adalah campur tepung terigu, maizena, baking powder diaduk hingga rata dan sisihkan. Telur, SP dan gula dikocok hingga putih mengembang. Tambahkan pasta vanilla, susu cair dan minyak goreng kemudian aduk hingga rata. Campurkan dengan campuran tepung terigu secara bertahap dan diaduk hingga rata. Pisahkan menjadi 2 bagian. Tambahkan bubuk coklat pada salah satunya. Siapkan Loyang dan masukkan yang berwarna putih kurang lebih 10-15 menit kemudian angkat dan masukkan adonan yang berwarna coklat setelah itu kukus selama 20 menit. Berikut gambar pelatihan proses pembuatan bolu susu di Desa Kemuning Lor.



Gambar 7. Proses pencampuran bahan bolu susu



Gambar 8. Proses pengukusan bolu dan



Gambar 9. Bolu susu yang sudah diplatting

### Evaluasi Kegiatan

Evaluasi sebagai tahapan indikator keberhasilan terlaksananya kegiatan pengabdian. Tahap evaluasi kegiatan pada pelatihan ini yaitu dengan melakukan *post test* pada akhir pelaksanaan dan dengan melihat mitra mampu membuat mie susu dan bolu susu secara mandiri. Hasil dari kegiatan tersebut adalah kelompok yang membuat mie susu dan bolu susu mampu menyebutkan semua bahan-bahan untuk membuat produk tersebut, tidak terdapat kendala pada saat proses pembuatan, tidak ada saran dan memiliki cita rasa yang enak. Berikut adalah gambar kegiatan evaluasi dari pelatihan pembuatan mie susu dan bolu susu.



Gambar 10. Evaluasi kegiatan pembuatan bolu susu



Gambar 11. Evaluasi kegiatan pembuatan mie susu



Gambar 12. Pembuatan bolu susu secara mandiri oleh peserta



Gambar 13. Pembuatan mie susu secara mandiri oleh peserta

## SIMPULAN

Kegiatan pemberdayaan ibu-ibu rumah tangga melalui pelatihan pembuatan mie susu dan bolu susu ini dapat meningkatkan wawasan serta keterampilan baru bagi masyarakat di Desa Kemuning Lor Kecamatan Arjasa. Melalui pelatihan ini dapat menumbuhkan ide bisnis untuk memberikan nilai tambah ekonomi bagi masyarakat setempat. Berdasarkan hasil evaluasi kegiatan ini, menunjukkan bahwa proses kegiatan pelatihan mudah dipahami dan dipraktikkan oleh masyarakat dan sangat bermanfaat bagi mereka.

## DAFTAR PUSTAKA

- Claeys WL, Verraes C, Cardoen S, De Block J, Huyghebaert A, Raes K, Dewettinck K, Herman L. 2014. Consumption of raw or heated milk from different species: An evaluation of the nutritional and potential health benefits. *Food Cont.* 42: 188-201. <http://dx.doi.org/10.1016/j.foodcont.2014.01.045>
- Iwan, F.Y. Cendaneews.com. (2021, Feb 23). Penjualan Susu Sapi Perah di Rembangan Jember Meningkat. *Cendaneews*. Diambil dari

<https://www.cendananews.com/2021/02/penjualan-susu-sapi-perah-di-rembangan-jember-meningkat.html>

Marangoni, F., Pellegrino, L., Verduci, E., Ghiselli, A., Bernabei, R., Calvani, R., ... & Poli, A. (2019). Cow's milk consumption and health: a health professional's guide. *Journal of the American College of Nutrition*, 38(3), 197-208.

Scholz-Ahrens, K. E., Ahrens, F., & Barth, C. A. (2020). Nutritional and health attributes of milk and milk imitations. *European journal of nutrition*, 59(1), 19-34.

[SNI] Standar Nasional Indonesia. (2011). *Susu Segar*. Badan Standarisasi Nasional (BSN), Jakarta.