

Inovasi Mie Sehat "SAGULE" (Salmon Guava Leaf) dengan Ekstrak Daun Jambu Biji sebagai Upaya Pencegahan Diare pada Anak Sekolah Dasar (*The Innovation Of Healthy Noodles "Sagule" (Salmon Guava Leaf) With Guava Leaf Extract As A Prevention Effort For Diarrhea In Elementary School Children*)

Received : 10 Maret 2025

Revised :25 Maret 2025

Accepted :9 Juni 2025

Mardiana¹, Yulianto², Sriwiyanti³, Novita L Tobing⁴, Widia Ulfa⁵, Fajar Romadhon⁶
^{1,2,3,4,5,6}Poltekkes Kemenkes Palembang, Sumatera Selatan, Indonesia
e-mail : mardianaagus42@yahoo.com²

Abstract

Diarrhea is one of the diseases that often occurs in school-age children, especially due to a lack of awareness of the importance of balanced nutrition. To overcome this problem, a local health-based food innovation was developed, namely Mie Sehat "SAGULE" which uses guava leaf extract and salmon. This product is expected to be able to improve the nutrition of school children and become an affordable alternative to healthy food. This study discusses formulations, production methods, marketing strategies, and their impact on diarrhea prevention. This creativity program in the field of entrepreneurship discusses show that the product "SAGULE" has received a positive response from the target market with the advantage of high nutritional content in the form of protein, omega-3, and antioxidants.

Keywords: Healthy noodles, SAGULE, guava leaves, diarrhea, local food innovation.

Abstrak

Diare merupakan salah satu penyakit yang sering terjadi pada anak usia sekolah, terutama akibat kurangnya kesadaran terhadap pentingnya makanan bergizi seimbang. Untuk mengatasi permasalahan ini, inovasi pangan lokal berbasis kesehatan dikembangkan, yaitu Mie Sehat "SAGULE" yang menggunakan ekstrak daun jambu biji dan ikan salmon. Produk ini diharapkan mampu meningkatkan gizi anak sekolah serta menjadi alternatif makanan sehat yang terjangkau. Program kreatifitas bidang kewirausahaan ini membahas formulasi, metode produksi, strategi pemasaran, dan dampaknya terhadap pencegahan diare. Hasilnya menunjukkan bahwa produk "SAGULE" mendapatkan respon positif dari target pasar dengan keunggulan kandungan gizi tinggi berupa protein, omega-3, dan antioksidan.

Kata kunci: Mie sehat, SAGULE, daun jambu biji, diare, inovasi pangan lokal.

1. PENDAHULUAN

Kekurangan gizi masih menjadi permasalahan utama di Indonesia, terutama pada anak sekolah dasar yang rentan terhadap penyakit seperti diare. Salah satu solusinya adalah menciptakan makanan sehat dengan memanfaatkan bahan lokal. Mie SAGULE diciptakan dengan kombinasi tepung ikan salmon, ekstrak daun jambu biji, dan tepung terigu. Produk ini diharapkan tidak hanya menjadi alternatif makanan sehat tetapi juga solusi kewirausahaan berbasis pangan lokal.

Anak-anak usia sekolah dasar umumnya mereka sembarangan mengkonsumsi makanan terutama mie instan. Oleh sebab itu sebagai penelitian yang akan kami buktikan kami membuat sebuah produk yang terbuat atau memanfaatkan bahan pangan seperti ikan salmon dan juga ekstrak daun jambu biji karena dengan mengonsumsi makanan mie sehat ini dapat mencegah anak usia dasar agar terhindar dari penyakit diare. Diare adalah kejadian umum di semua kelompok umur tetapi lebih sering terjadi pada siswa sekolah dasar. Seorang anak usia sekolah yang mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang parah mengalami masalah kesehatan yang mirip dengan diare. Salah satu penyebab utama perkembangan diare pada anak usia sekolah adalah kurangnya kesadaran tentang diare. Berkurangnya kesadaran di kalangan siswa tentang penyakit diare mungkin memiliki efek kesehatan yang negatif (Fitriani, 2011)

Permasalahan diare terutama pada kalangan anak sekolah dasar itu tidak luput dari makanan yang dikonsumsi. Anak-anak usia sekolah dasar cenderung lebih suka mengonsumsi makanan yang berbasis instan yaitu mie instan. Mie merupakan produk makanan yang sangat digemari dan sering dikonsumsi oleh berbagai kalangan terutama anak-anak di Indonesia. Dunia perdagangan mengasosiasikan mie dengan beberapa produk, seperti basah kering, soun dan bihun.

Setiap jenis mie berbeda dalam hal bahan baku dan metode pemrosesan, tergantung komposisi zat gizi yang ada didalamnya. Pada inovasi mie sehat ini adalah mie yang terbuat dari ikan salmon dan ekstrak daun jambu biji di mana ikan salmon adalah salah satu dari jenis sekian ikan yang banyak mengandung nilai gizi, yang sangat bermanfaat bagi manusia. Jenis ikan ini dapat hidup di lingkungan payau dan air asin dan merupakan salah satu dari sekian banyak perikanan yang dikonsumsi masyarakat umum (Beritaunik, 2010). Selain berbahan baku ikan salmon ini mie sehat ini juga terbuat dari ekstrak daun jambu biji. Menurut Purwiyatno (2006), daun jambu biji (*psidium guajava* L) mampu membunuh bakteri (*Eschericia*) dan (*staphylococcus aureus*). Tujuannya adalah untuk mengisolasi diare dari jambu biji yang berfungsi berpotensi sebagai agen antibakteri senyawa terhadap bakteri (*Eschericia*) dan (*staphylococcus aureus*).

2. METODE

Produk ini dirancang untuk menarik perhatian anak-anak melalui penggunaan bahan alami, pewarna alami, dan pengemasan menarik. Formulasi produk terdiri dari tepung terigu (30%), tepung ikan salmon (40%), dan ekstrak daun jambu biji (30%).

Solusi yang dirancang dalam kegiatan program kreativitas mahasiswa ini sesuai dengan tahapan sebagai berikut yaitu melakukan pendekatan yang dilakukan dengan mencari dukungan kebijakan dari kampus, kepala sekolah SDN 114 Palembang dan seluruh pihak yang terkait dalam kegiatan program kreativitas mahasiswa. Program kreativitas mahasiswa ini bertujuan untuk memanfaatkan bahan pangan lokal menjadi makanan yang lebih sehat yang dapat diminati oleh semua kalangan terutama kalangan anak-anak sekolah. Selain itu juga inovasinya mie sagule ini menciptakan inovasi makanan sehat yang tinggi protein dan antioksidan yang dapat mencegah diare terutama pada kalangan anak sekolah dasar dan mampu menciptakan sumber peluang usaha jangka panjang.

Adapun tahap kegiatan yang dilakukan adalah pertemuan kepada Kepala Sekolah SD Negeri 114 Palembang untuk meminta izin bahwa kami akan melakukan sebuah kegiatan berwirausaha di mana sasaran dari berwirausaha kami adalah anak sekolah dasar, sehingga kami membuat strategi produk dengan membuat Mie sehat inovasi makanan yang modern dengan warna alami yang menarik perhatian anak-anak dan pastinya dengan menggunakan bahan yang sudah terjamin kandungannya. Strategi lainnya adalah dengan membuat stiker nama produk dan kandungan nilai gizi yang memberikan

informasi nilai energi, karbohidrat, protein, dan lemak dari produk kami, sehingga para orang tua tidak perlu khawatir terhadap jajanan anak disekolah.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Produk mie SAGULE berhasil memenuhi kriteria tekstur lembut, rasa enak, dan kandungan gizi tinggi. Percobaan formulasi menunjukkan bahwa perbandingan bahan yang optimal menghasilkan mie dengan warna hijau alami dari daun jambu biji dan aroma salmon yang tidak terlalu kuat.

SD Negeri 114 merupakan salah satu sekolah dasar yang berada di pusat kota Palembang. Saat penyelenggaraan kegiatan program kreativitas mahasiswa siswa di SD Negeri 114 memiliki antusias yang sangat tinggi dalam kegiatan wirausaha yang kami lakukan di sekolah tersebut. Inovasi mie sehat SAGULE Ini berhasil menciptakan makanan dengan kandungan gizi yang tinggi, seperti protein dari protein dari salmon dan antioksidan dari daun jambu biji.

Proses pembuatan produk yang dibuat secara higienis ini memastikan kualitas tekstur dan rasa yang optimal. Produk dari mie sehat sagule ini menunjukkan potensi besar untuk menjadi alternatif makanan sehat bagi anak-anak usia sekolah dasar. Dengan harga Rp12.000 per bungkus produk ini menghasilkan keuntungan sebesar Rp75.000 dari total pendapatan rp3.600.000.

Tentunya mie sehat SAGULE Ini menawarkan solusi gizi seimbang dapat dilihat pada tabel 1. melalui kombinasi bahan alami lokal yang digunakan yaitu meliputi daun jambu biji yang mengandung flavonoid yang memiliki manfaat antibakteri membantu mencegah diare, serta kaya akan vitamin C. Selain itu juga dalam penggunaan bahan baku ikan salmon dimana salmon merupakan sumber protein berkualitas tinggi dan omega 3 yang mendukung perkembangan otak dan imunitas anak dapat dilihat pada Tabel 2. Komposisi seimbang juga yang terdapat dari tepung terigu sebagai sumber karbohidrat dapat dilihat pada Tabel 3. sehingga menjadikan mie sehat SAGULE sebagai menu yang sehat.

Tabel 1
Komposisi Zat Gizi Daun Jambu biji Per 100 gram

Komponen	Jumlah	Satuan
Ener 1	68	Kkal
Protein	2,6	Gram
Lemak	1	Gram
Karbohidrat	14	Gram

Tabel 2
Komposisi Zat Gizi Tepung ikan salmon Per 100 gram

Kom onen	Jumlah	Satuan
Energi	127	Kkal
Protein	20,5	Gram
Lemak		Gram
Karbohidrat	0	Gram

Tabel 3
Komposisi Zat Gizi Tepung terigu per 100 gram

Komponen	Jumlah	Satuan
Energi	154	Kkal
Protein	12,4	Gram
Lemak	10,8	Gram
Karbohidrat	0,7	Gram

Dalam kegiatan wirausaha program kreativitas mahasiswa mie sehat selalu dipromosikan melalui media sosial seperti WhatsApp Instagram serta penjualan langsung di lokasi strategis seperti sekolah yaitu di SD 114 Palembang dalam melakukan berwirausaha program kreativitas mahasiswa ini Tentunya dalam produksi suatu produk mie ini mempunyai tantangan beberapa kendala yang kami temukan yaitu proses pengolahan salmon menjadi tepung yang memerlukan waktu lama, formulasi adonan dalam pembuatan mie yang membutuhkan perhitungan presisi untuk mendapatkan tekstur yang lembut dan aroma salmon yang tidak terlalu kuat selain itu juga keberlanjutan dan daya saing produk ini memiliki keunggulan kompetensi di bidang mie instan konvensional yang berfokus pada kandungan gizi dan kesehatan menjadikannya lebih relevan dengan kebutuhan konsumen modern.

Dalam program kreativitas mahasiswa kami memasarkan produk mie sehat ini dengan menggunakan desain kemasan menarik dengan informasi gizi pada label yang berguna untuk meningkatkan daya tarik produk terhadap anak-anak usia sekolah Sekolah Dasar titik tujuan dari pengemasan produk yang menarik ini Tentunya dapat meningkatkan daya tarik konsumen dan juga meningkatkan nilai jual di pasar yang lebih luas. Inovasi misehat sagule ini pada kegiatan program kreativitas mahasiswa telah membuktikan bahwa makanan sehat berbasis bahan dasar lokal dapat diterima baik oleh masyarakat titik Produk ini tidak hanya menawarkan manfaat kesehatan tetapi juga potensi ekonomi sebagai peluang usaha Titik untuk memastikan keberlanjutan, peningkatan mutu dan diversifikasi produk sangat diperlukan.



Gambar 1. Kegiatan Kewirausahaan PKM-K



Gambar 2. Kegiatan Pembuatan Produk

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Dari kegiatan program kreativitas mahasiswa yang dilakukan dapat disimpulkan bahwa inovasi mie sehat sagule berbahan dasar ikan salmon dan juga ekstrak daun jambu biji merupakan solusi keseimbangan bagi anak-anak usia sekolah dasar, terutama dalam mencegah penyakit diare yang terjadi akibat pola makan kurang sehat ini kaya akan protein yang berkualitas tinggi, omega 3, antioksidan, dan vitamin C yang cocok untuk dijadikan alternatif makanan sehat dengan nilai gizi yang terjamin. Program kreativitas mahasiswa yang kami lakukan di SD Negeri 114 Palembang menunjukkan hasil positif dengan antusiasme tinggi dari siswa dan keuntungan ekonomis dalam berwirausaha yang sangat menjanjikan titik keberhasilan ini menunjukkan bahwa inovasi mie sehat sagule berbahan dasar bahan lokal dapat diterima dengan baik oleh masyarakat sekaligus berpotensi untuk dikembangkan sebagai peluang usaha yang berkelanjutan.

Diperlukannya pengoptimalisasi dalam proses pembuatan terutama dalam membuat tepung dari ikan salmon untuk meningkatkan efisiensi produksi serta kualitas tekstur dan rasa selain itu juga diperlukan pengembangan varian produk dengan rasa atau bahan tambahan lainnya untuk menarik lebih banyak konsumen.

DAFTAR PUSTAKA

- Ariani, A. P. (2016). Diare Pencegahan dan Pengobatannya. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Fitriani, R. (2011). Pentingnya Gizi Seimbang untuk Mencegah Diare pada Anak.
- Mardiana, Nilawati SN, dkk, (2024) Inovasi Makanan Selingan Pempek Ikan Gabus Tepung Labu Kuning Dan Jamur Tiram Putih Kaya Energi, Protein, Dan Antioksidan Untuk Anak Sekolah
- Nuryanto, A., et al. (2014). Pola Makan Sehat pada Anak Sekolah Dasar.
- Rahmy, M., et al. (2020). Faktor Penyebab Diare di Sekolah Dasar.

Ulya Rahma tul HS(2018) Inovasi Pemberian Bubur Tempe Untuk Diet Diare Pada Anak. Univ Muhammadiyah Magelang

Sanawiri Brillyanes, Mohammad Iqbal. 2018. "Kewirausahaan." Malang : UB Press