

## PEMANFAATAN SAWI PUTIH MENJADI PRODUK “JASIJO” DAN “BRASSICA ICE” UNTUK MENINGKATKAN EKONOMI MASYARAKAT

**Eko Setiawan\*, Muhammad Zuhuron Firdaus, Fiqi Nur Abdi, Aslina Afi Saputri, Nur Ita, Dewi Rahmawati, Annis Az'zah, Sriyati Hafifah, Ira Wahyuni, Dewi Zakiyah, Shela Salsabila**

Fakultas Agama Islam, Universitas Islam Malang

\*korespondensi email: ekosetiawan@unisma.ac.id

### ABSTRAK

*Pembuatan produk stik dan ice dari sawi putih merupakan upaya pemanfaatan sayuran yang dijadikan sebuah produk untuk mengolah sawi yang tidak terjual supaya tidak membusuk, sekaligus untuk meningkatkan pendapatan warga. Desa Pujon Kidul RT 04 mayoritas warganya menanam sayuran sawi putih, karena warga mengeluh mengenai rendahnya harga sawi putih dan kurangnya pengetahuan tentang pengelolaan sawi putih yang dapat menghasilkan produk yang bernilai, untuk itu kami berinisiatif melakukan uji coba pembuatan produk dari sawi putih berupa jajanan stik dan ice cream. Produk stik dan ice cream yang sudah jadi dan telah memenuhi standar pengedaran atau untuk dikonsumsi, bisa dijual untuk menambah pendapatan masyarakat. Metode yang digunakan adalah wawancara, persiapan, praktik lapangan, evaluasi, revisi produk dan penyuluhan. Hasil dari penyuluhan yaitu, ibu RT akan mengkoordinasi kepada warga setempat dan akan melakukan praktek pembuatan produk stik dan ice cream, dimana kebanyakan warga mengalami kesulitan dalam memanfaatkan sawi putih yang tidak terjual melalui pembuatan produk tersebut. Sehingga dengan adanya kegiatan ini masyarakat dapat menciptakan produk baru, beda dan berkelanjutan dengan tujuan untuk membantu menambah pemasukan.*

**Kata Kunci:** *produk; peningkatan ekonomi; sayuran; stik; ice cream*

### PENDAHULUAN

Permasalahan kemiskinan di pedesaan merupakan salah satu masalah pokok pedesaan yang harus segera diselesaikan dan menjadi prioritas utama dalam pelaksanaan pembangunan kesejahteraan sosial. Oleh karena itu pembangunan ekonomi nasional berbasis pertanian secara langsung akan berdampak pada pengurangan penduduk miskin. Masalah kemiskinan di pedesaan di pedesaan selalu berhubungan dengan petani, hal ini dikarenakan mayoritas pekerjaan masyarakat desa adalah pertanian. Munculnya paradigma bahwa petani adalah golongan ekonomi ke bawah, inilah yang menjadikan pertanian semakin kehilangan peminatnya. Padahal pertanian merupakan tulang punggung ekonomi Negara. Pertanian yang maju, akan mengurangi ketergantungan dengan negara lain disektor pangan, sehingga efek krisis moneter global bisa teredam.

Pemberdayaan masyarakat merupakan salah satu upaya untuk memfasilitasi masyarakat lokal dalam merencanakan, memutuskan dan mengelola sumber daya yang dimiliki sehingga pada akhirnya memiliki kemampuan dan kemandirian secara ekonomi, ekologi, dan sosial secara berkelanjutan (Noor, 2011). Dalam hal pembangunan nasional,

masalah mengenai belum kokohnya fundamental dari perekonomian Indonesia saat ini, mendorong pemerintah untuk terus memberdayakan Usaha Mikro Kecil dan Menengah (UMKM). UMKM merupakan unit usaha kecil dan menengah yang dilakukan oleh masyarakat untuk meningkatkan kesejahteraan masyarakat. UMKM memiliki peranan menggerakkan perekonomian suatu daerah dengan menyerap tenaga kerja dan meningkatkan pendapatan bagi masyarakat setempat. Dalam (Novianti, 2017; Rizal et al., 2019).

Meningkatkan taraf hidup menjadi salah satu faktor yang sangat penting dalam kelangsungan hidup masyarakat. Hal ini harus terus didukung seiring dengan perkembangan dan daya saing pada era globalisasi saat ini. Berdasarkan hasil pemetaan diketahui bahwa di Desa Pujon Kidul memiliki potensi alam dalam pertanian sayur yang melimpah, namun belum didukung oleh sumber daya manusia yang terampil terutama dalam hal pengolahan makanan. Sehingga kondisi kehidupan masyarakat, terutama pada aspek ekonomi belumlah memadai, hal ini disebabkan oleh beberapa faktor seperti kondisi kualitas SDM yang masih rendah dan infrastruktur desa yang juga belum memadai. Dari kondisi ini pembuatan produk yang bahan bakunya dari sayuran sawi putih menjadi jajanan stik dan ice cream yang membutuhkan tenaga kerja masyarakat yang dimana dapat dipasarkan untuk menunjang perekonomian masyarakat.

Masyarakat telah memanfaatkan kekayaan alam seperti tumbuh-tumbuhan untuk kesehatan atau sebagai ramuan obat seperti yang telah dilakukan oleh nenek moyang kita. Salah satu pemanfaatan tumbuhan Indonesia adalah sebagai sumber vitamin (Martino et al., 2018). Vitamin merupakan zat pengatur yang meskipun jumlah yang dibutuhkan sangat sedikit tetapi harus ada agar sistem metabolisme tubuh dapat seimbang (Sediaoetama, 1987). Sawi atau kubis Cina kata orang mempunyai rasa yang khas, pilih sawi yang masih segar, utuh, berwarna putih mutiara atau yang agak kekuningan tanpa ada kerusakan, dan tanpa terdapat lender. Tanaman ini tumbuh baik pada tanah lempung yang subur dan cukup menahan air dan tanaman ini tidak cocok dengan hawa yang panas, yang dikehendaki adalah hawa yang dingin dengan suhu antara 15-20°C.

Sawi putih (*Brassica Pecnensia L*) termasuk jenis tanaman sayuran daun yang tergolong kedalam tanaman semusim (berumur pendek), tanaman tumbuh pendek dengan tinggi 26 cm-33 cm atau lebih, tergantung dari varietasnya. Tanaman sawi putih berakar serabut yang tumbuh dan berkembang secara menyebar kesemua arah disekitar permukaan tanah, sehingga perakarannya sangat dangkal pada kedalaman sekitar 5 cm. Tanaman sawi putih tidak memiliki akar tunggal. Sawi putih (*Brassica Pecnensia L*) adalah sekelompok tumbuhan dari marga *Brassica* yang dimanfaatkan daun atau bunganya sebagai bahan pangan (sayuran) baik segar maupun diolah. Daun sawi putih merupakan bagian tanaman yang sering dikonsumsi dalam berbagai bentuk makanan, terutama bagian kropnya (kumpulan-kumpulan daun yang membentuk kepala). Sawi putih termasuk dalam kelompok tanaman sayuran daun yang sudah sangat populer dimasyarakat. Jenis sayuran ini mengandung zat-zat gizi lengkap yang memenuhi syarat untuk kebutuhan gizi masyarakat (Prambudi, 2019). Sawi putih sebagai bahan makanan sayuran bisa dikonsumsi dalam bentuk mentah sebagai lalaban maupun dalam bentuk olahan dalam berbagai macam masakan sayuran, misalnya, sayur lodeh, bakmi, tumis, asinan, gado-gado, pecel dan lain sebagainya. Selain berguna untuk bahan makanan, sawi putih juga berguna untuk pengobatan (terapi) berbagai macam penyakit. Sehingga dengan demikian, sawi putih memiliki peranan yang sangat penting di dalam menunjang Kesehatan masyarakat (Cahyono, 2003).

Kandungan yang terdapat pada sawi putih adalah protein, lemak, karbohidrat, kalsium, fosfor, besi (Fe), vitamin A, vitamin B dan vitamin C. Manfaat sawi putih sangat baik untuk menghilangkan rasa gatal pada tenggorokan, penyembuh penyakit kepala dan bahan

pembersih darah, penyakit rabun ayam (*xerophthalmia*), penyakit ginjal, memperbaiki dan memperlancar pencernaan makanan, menyembuhkan dating haid yang tidak teratur, demam, nifas, radang tenggorokan dan batuk kering (Syarif & Flaning, 2013).

Dengan latar belakang memiliki mata pencaharian mayoritas penduduk desa Pujon Kidul yaitu pada bidang pertanian, peternakan dan pariwisata, dan program kerja yang dibuat oleh mahasiswa berfokus pada bidang pertanian yaitu melalui pembuatan produk dari hasil panen para petani sayur yaitu sawi putih diharapkan dapat membantu warga setempat maupun para petani dalam menghadapi anjloknya harga sayuran yang sedang terjadi pada saat ini. Hal itu guna untuk memanfaatkan sawi yang banyak membusuk karena tidak memiliki nilai jual, dan menumbuhkan kemampuan masyarakat untuk selalu mencari jalan keluar dengan mengolah sawi-sawi tersebut menggunakan kemampuannya agar selalu dapat meningkatkan kesejahteraan desa Pujon Kidul untuk menambah pendapatan warga setempat.

Kegiatan program kerja pembuatan produk yang dipelopori oleh mahasiswa-mahasiswi KSM-Tematik UNISMA kelompok 43. Kegiatan ini berlangsung kurang lebih selama 4 kali percobaan setiap produknya baik itu stik maupun ice cream selama KSM-Tematik. Produk yang sudah dikemas juga diperkenalkan dan dilakukannya penyuluhan ke ibu RT untuk menindaklanjuti dan mendapatkan persetujuan produk JASIO dan BRASSICA ICE. Produk ini diharapkan dapat berkelanjutan dan dapat bermanfaat untuk desa Pujon Kidul dalam memanfaatkan sawi putih juga untuk menambah ekonomi masyarakat setempat.

## **METODE**

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini yaitu dengan menggunakan metode uji coba pembuatan produk secara langsung. Dimana dalam pelaksanaannya terdapat beberapa tahapan, yaitu tahap wawancara, tahap persiapan, tahap praktik lapangan, tahap evaluasi, tahap penyuluhan.

### **1. Tahap wawancara**

Pada tahap pertama ini yang dilakukan yaitu melakukan survey tentang lokasi setempat dan melakukan komunikasi dengan mewawancarai kepala desa juga warga setempat dengan menanyakan seputar pertanian tentang sayuran yang ditanam di Desa Pujon Kidul. Setelah itu meminta izin untuk melakukan kegiatan dengan melakukan uji coba pembuatan sebuah produk yang berbahan salah satu sayuran yang mayoritas ditanam di Desa tersebut.

### **2. Tahap Persiapan**

Dalam tahap kedua ini, mahasiswa melakukan persiapan tentang bahan-bahan yang digunakan dalam pembuatan sebuah produk. Bahan utama yang digunakan yaitu dengan menggunakan sayuran sawi putih. Selain juga menyiapkan bahan-bahan pendukung lainnya beserta menyiapkan peralatan yang mendukung dalam pembuatan tersebut.

### **3. Tahap Praktik Lapangan**

Pada tahap praktik ini mahasiswa melakukan praktik lapangan secara langsung pembuatan produk stik dan ice cream dari sawi putih. Mahasiswa dalam membuat stik dengan menghaluskan daun sawi putih dengan blender, campurkan bahan satu persatu, menguleni bahan yang tercampur tersebut, melakukan pembagian sekepal tangan, kemudian dipipihkan dan dipotong menjadi stik, setelah itu di goreng baru disajikan. Sedangkan pembuatan ice cream dengan mengukus terlebih dahulu daun sawi putih untuk menghilangkan aroma, haluskan sawi tersebut menggunakan blender dengan menambahkan susu murni, setelah itu panaskan dengan ditambahkan gula dan skm, setelah mendidih taruh pada wadah dan dinginkan, setelah dingin adonan tersebut

masukkan kedalam freezer 3 jam, jika sudah beku kocok adonan dengan menambahkan sp yang sudah dicairkan, apabila sudah mengembang tuangkan pada wadah dan masukkan ke dalam freezer hingga ice cream jadi. Hal ini mahasiswa melakukan praktik lapangan secara langsung kurang lebih 4 kali dalam percobaan pembuatan produk tersebut.

#### 4. Tahap Evaluasi

Setelah kegiatan uji coba selesai dilakukan, mahasiswa bisa melihat keberhasilan produk yang dibuatnya dengan adanya kegiatan monev atau monitoring dan evaluasi yang dilakukan oleh pihak kampus. Hal ini memberikan kesempatan kepada mahasiswa untuk melakukan display pada produk yang telah dibuat pada kegiatan tersebut. Pihak Rektorat dan LPPM menyatakan bahwa produk kurang renyah sehingga harus melakukan revisi produk.

#### 5. Tahap Revisi Produk

Setelah kegiatan evaluasi dan membutuhkan ujicoba ulang, maka mahasiswa melakukan revisi produk stik dari sawi putih yang dibuatnya. Mendapatkan kritikan karena tekstur yang kurang renyah, maka dengan menambahkan salah satu bahan yaitu kemiri untuk menambah kerenyahan dari stik tersebut. Setelah stik dirasa sudah renyah dan siap dipasarkan maka mahasiswa melakukan pengemasan dengan membuat label untuk stik dan ice cream yaitu JASIJO dan BRASSICA ICE.

#### 6. Tahap Penyuluhan

Dalam tahap ini, mahasiswa melakukan penyuluhan ke ibu RT dengan membawa produk JASIJO dan BRASSICA ICE untuk dapat diujicobaka bersama ibu-ibu PKK lainnya. Hal ini diharapkan apabila produk berhasil dibuat oleh warga setempat dan memenuhi standar maka dapat dipasarkan di tempat-tempat wisata daerah tersebut untuk menambah pendapatan masyarakat.

### HASIL DAN PEMBAHASAN

Tahap pertama yaitu wawancara dengan mewawancarai salah satu warga desa sekitar tentang permasalahan yang dihadapi pada saat itu. Sebelumnya, mahasiswa melakukan survey terlebih dahulu di lingkungan sekitar dan dilihat dari observasi yang telah dilakukan warga setempat memiliki pekerjaan dibidang peternakan, pertanian dan pariwisata. Akan tetapi saat melakukan wawancara terhadap salah satu warga desa RT.04 Dusun Krajan permasalahan yang menonjol pada saat itu adalah anjloknya harga sayuran khususnya untuk sayuran sawi putih. Mayoritas warga disana sudah warisan secara turun menurun untuk selalu menanam sawi putih, meskipun harganya anjlok warga tetap menanam sayuran tersebut. Anjloknya harga sayuran membuat sawi putih banyak yang membusuk karena banyak yang tak terjual. Maka dari itu warga menaruh harapan kepada mahasiswa bagaimana caranya memanfaatkan sawi putih agar tetap bernilai jual tinggi dan mahasiswa memiliki ide untuk membuat program kerja tentang pembuatan sebuah produk dari sawi putih dari hasil panen desa tersebut agar memiliki harga jual tinggi.



Gambar 1. Wawancara Warga Setempat

Tahap kedua yaitu melakukan persiapan dalam pembuatan program kerja yang sudah dibuat dengan menyiapkan bahan-bahan maupun peralatan yang dibutuhkan dalam pembuatan stik dan ice cream. Bahan utama yang digunakan dalam pembuatan produk adalah sawi putih dari hasil panen warga setempat. Produk stik membutuhkan bahan-bahan seperti tepung, bumbu halus, penyedap, daun seledri, telur, blueband, dan yang utama membutuhkan sawi putih tetapi yang digunakan adalah daunnya yang hijau. Sedangkan produk ice cream membutuhkan susu murni hasil dari peternakan warga, skm, sp, gula pasir, tepung maizena, dan yang utama menggunakan sawi putih juga diambil daunnya saja. Dalam peralatan masih menggunakan alat yang terbatas atau manual, sehingga dalam pembuatan akan membutuhkan waktu lama. Setelah bahan-bahan dan peralatan sudah tersedia maka dapat dilakukannya praktik lapangan atau uji coba langsung pembuatan produk.



**Gambar 2.** Bahan Stik

Tahap ketiga pada program ini yaitu melakukan praktik lapangan untuk membuat produk dari sawi putih daun ijonya tersebut. mahasiswa membuat dua produk dari sawi putih yaitu produk stik dan ice cream. Produk pertama dalam pembuatan stik membutuhkan bahan-bahan yang sudah tercantum dalam tahap persiapan, cara pembuatan produk yaitu dengan menghaluskan atau memblender daun sawi putih yang berwarna ijo, haluskan bumbu-bumbunya seperti bawang putih dan garam, potong seledri menjadi kecil-kecil, apabila sawi sudah halus maka tuangkan ke dalam wadah dan campurkan tepung terigu, bumbu halus, telur, dan seledri yang sudah dipotong. Kemudian uleni adonan menjadi kalis, apabila sudah kalis maka pisahkan dengan membentuk adonan sekepal tangan untuk dipipihkan, pipihkan adonan menggunakan botol atau roll penggiling, setelah itu potong adonan yang sudah tipis menjadi bentuk stik, setelah terbentuk maka siap untuk digoreng dan disajikan. Untuk produk yang kedua dalam pembuatan ice cream, tata caranya yaitu dengan mengukus daun sawi untuk menghilangkan bau, setelah dikukus, haluskan menggunakan blender, kemudian pindahkan kedalam paci untuk direbus dengan menambahkan susu murni, gula, skm, aduk-aduklah hingga larut dan mendidih.



**Gambar 3.** Bahan Ice Cream

Setelah itu pindahkan adonan tersebut kedalam wadah dan diinginkan terlebih dahulu kemudian masukkan ke dalam freezer selama kurang lebih 3 jam, apabila dirasa sudah membeku, maka keluarkan dan masukkan ke dalam wadah untuk proses selanjutnya yaitu pengocokan adonan dengan menambahkan sp yang telah dicairkan, apabila sudah mengembang maka siap dimasukkan ke dalam freezer lagi hingga menjadi ice cream dan siap untuk disajikan. Hal ini membutuhkan uji coba kurang lebih 4 kali sampai produk yang dibuat sesuai dengan standar untuk disajikan maupun dipasarkan. Karena dalam uji coba pertama, kedua gagal maka perlunya tindakan uji coba pembenahan produk yang dibuat dan bisa dikatakan berhasil dalam melakukan uji coba yang keempat. Selain itu mahasiswa juga membuat label untuk produk stik dan ice cream, yaitu untuk stik berlabel Jasijo diambil dari kata jajan stik sawi daun ijonya dan untuk ice cream berlabelkan Brassica ice diambil dari nama lain sawi. Setelah uji coba berhasil mahasiswa membuat stiker dan melakukan pengemasan produk untuk di display saat kegiatan monev.



**Gambar 4.** Produk JASIJO



**Gambar 5.** Produk BRASSICA ICE

Selanjutnya yaitu tahapan keempat dengan kegiatan evaluasi terhadap produk yang telah dibuat oleh mahasiswa. Dalam kegiatan Monev atau Monitoring dan Evaluasi yang dilakukan oleh pihak LPPM dimanfaatkan oleh mahasiswa dalam evaluasi produk. Mahasiswa mendisplay produk JASIJO saat kegiatan berlangsung pihak Rektorat, LPPM maupun DPL menyicipi produk yang sudah dibuat oleh masing-masing mahasiswa dari program kerja yang telah dilakukan tersebut. Produk JASIJO mendapatkan kritikan yaitu tekstur dari stik masih terlalu keras sehingga para orang yang sudah tua agak susah dalam memakan jajan tersebut. Hal itu produk kami mendapatkan saran untuk merenyahkan stik agar jajan cocok untuk semua kalangan baik itu anak-anak sampai dengan orang yang sudah tua.



**Gambar 6.** Kegiatan Monev atau Monitoring dan Evaluasi

Tahapan kelima yaitu melakukan revisi produk yang sudah dibuat oleh mahasiswa sesuai dengan kritikan dan saran yang didapatkannya dari pihak rektorat dan LPPM. Karena tekstur dari stik yang dibuat kurang renyah maka perlunya bahan untuk merenyahkan stik tersebut, bahan yang dibutuhkan yaitu kemiri dalam bumbu halusnya untuk membuat tekstur menjadi lebih renyah. Apabila sudah dirasa renyah maka stik akan dikemas kembali dalam plastik yang berlabelkan JASIJO dan Ice cream dikemas dengan memasukkan kedalam wadah yang berlabelkan BRASSICA ICE. Produk stik dan ice cream selesai dikemas dan siap untuk melakukan penyuluhan atau memperkenalkan produk yang sudah dibuat kepada Ibu RT Dusun Krajan.



**Gambar 7.** Hasil Revisi Produk JASIJO



**Gambar 8.** Hasil Revisi Produk BRASSICA ICE

Tahapan yang keenam yaitu melakukan penyuluhan kepada Ibu RT untuk dikoordinasikan dengan ibu-ibu PKK lainnya. Kami melakukan sosialisasi kepada ibu RT dengan membawa produk JASIJO dan BRASSICA ICE untuk memberitahukan tata cara ke ibu RT dalam pembuatan produk tersebut dan juga memasarkannya ke toko-toko khususnya untuk tempat wisata yang ada di desa tersebut. Apabila warga melakukan pembuatan stik dan ice cream ini, sayuran sawi yang mulanya tidak memiliki nilai jual dan banyak yang membusuk maka akan memiliki harga jual tinggi sehingga dapat menambah pendapatan warga setempat. Selain itu juga program kerja yang dibuat oleh mahasiswa diharapkan dapat berkelanjutan dan bermanfaat bagi masyarakat Pujon Kidul.



**Gambar 9.** Penyuluhan ke Ibu RT



**Gambar 10.** Persetujuan Pembuatan Produk

## KESIMPULAN

Dalam rangka mempertahankan harga jual sayuran yang anjlok dapat bernilai jual tinggi yang salah satunya sayuran sawi putih pada bidang pertanian. Oleh karena itu dibutuhkannya solusi untuk tetap mencukupi kebutuhan hidup ditengah-tengah anjloknya harga sayuran, untuk itu mahasiswa KSM-Tematik UNISMA menjalankan program kerja pembuatan sebuah produk dari sawi putih JASIJO dan BRASSICA ICE sekaligus membuat sebuah solusi alternatif dalam memanfaatkan sayuran yang tak terjual di Desa Pujon Kidul, Kecamatan Pujon, Kabupaten Malang. Pembuatan produk ini sangat cocok dan mampu dilakukan oleh masyarakat Desa Pujon Kidul. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini yaitu dengan melakukan uji coba langsung pembuatan produk. Hal ini adanya beberapa tahapan yang dilakukan dalam pelaksanaannya yaitu: tahap wawancara, tahap persiapan, tahap praktik lapangan, tahap evaluasi, tahap revisi produk dan tahap penyuluhan.

Hasil dari ujicoba pembuatan produk secara langsung ini menghasilkan produk jajanan dan ice cream dari Sawi putih daun ijo. Ibu RT mampu memahami cara pembuatan produk dengan bahan utama sayuran sawi putih serta mampu mempraktekkan dengan ibu-ibu PKK. Selain itu, produk ini dapat dipasarkan untuk menambahkan pendapat masyarakat setempat dengan memanfaatkan sayuran yang tak terjual atau yang memiliki nilai jual rendah menjadi tinggi

## UCAPAN TERIMA KASIH

Mahasiswa mengucapkan Terima Kasih kepada pihak LPPM UNISMA yang telah memberikan kesempatan kepada mahasiswa untuk melakukan kegiatan KSM-TEMATIK, selain itu juga kepada Pemerintahan Desa Pujon Kidul khususnya untuk Bapak Kepala Desa yang sudah memberikan izin untuk melakukan kegiatan pembuatan sebuah produk serta masyarakat Dusun Krajan, Desa Pujon Kidul, Kecamatan Pujon, Kabupaten Malang yang telah memberikan kesempatan dan dukungan kepada mahasiswa dalam menyelesaikan kegiatan pengabdian masyarakat ini.



## DAFTAR RUJUKAN

- Cahyono, B. (2003). *Teknik Budidaya dan Analisa Usaha Tani Sawi Putih*. Aneka Ilmu.
- Martino, Y. A., Sulistiowati, E., & Purnomo, Y. (2018). Model Pemberdayaan Santri Ponpes Al-Hidayah Batu Alang Sebagai Kader Kesehatan Berbasis Terapi Herbal. *Jurnal Inovasi Hasil Pengabdian Masyarakat (JIPEMAS)*, 1(2), 86–93. <https://doi.org/10.33474/jipemas.v1i2.1514>
- Noor, M. (2011). Pemberdayaan Masyarakat. *Jurnal Ilmiah CIVIS*, 1(2), 87–99. <https://doi.org/10.26877/civis.v1i2/Juli.591>
- Novianti, M. E. (2017). Perbandingan Kadar Besi (Fe) pada Sawi Putih dengan Hijau yang Dijual di Beberapa Pasar Kabupaten Brebes. *PUBLICITAS: Publikasi Ilmiah Civitas Akademika Politeknik Mitra Karya Mandiri Brebes*, 2(2), 1–17. <https://jurnal.poltekmkm-bbs.ac.id/index.php/ak/article/view/28>
- Prambudi, H. (2019). Perbandingan Kadar Besi ( Fe ) Pada Sawi Putih Dengan Sawi Hijau yang Dijual Dibeberapa Pasar Kabupaten Cirebon. *Jurnal An Nashor*, 1(1), 1–8. <http://ejournal.aakannasher.ac.id/index.php/aak/article/view/17>
- Rizal, M., Mustapita, A. F., & Kartika Sari, A. F. (2019). Pelatihan Untuk Pengajuan Pembiayaan Mudharabah Perbankan Syariah Sebagai Peningkatan Kinerja UMKM. *Jurnal Inovasi Hasil Pengabdian Masyarakat (JIPEMAS)*, 3(1), 15–22. <https://doi.org/10.33474/jipemas.v3i1.2569>
- Sediaoetama, A. D. (1987). *Vitaminologi Bagi Umum dan Tenaga Profesi di Indonesia*. PT Balai Pustaka.
- Syarif, S., & Flaning, M. (2013). Analisis Kandungan B-Karoten pada Jenis Sawi Putih dan Jenis Sawi Hijau secara Spektrofotometri UV-VIS. *Jurnal Ilmiah As-Syifaa*, 5(1), 55–61. <https://doi.org/10.33096/jifa.v5i1.69>