

**UPAYA PEMBERDAYAAN EKONOMI MASYARAKAT MELALUI
PENGOLAHAN TANAMAN BAYAM YANG TUMBUH SEKITAR
PERKARANGAN DI KELURAHAN PADANG JATI**

Ulfa Nuramadani¹, Pipi Susanti¹

¹Universitas Bengkulu, Bengkulu, Indonesia
Email: pipi@unib.ac.id

Received August 2021, Accepted Mei 2022

ABSTRAK

Pemberdayaan ekonomi masyarakat menjadi salah satu langkah kebijakan atau inovasi dalam upaya terus mendukung roda perekonomian masyarakat terlebih di masa pandemi covid-19 yang mewabah di seluruh daerah, termasuk di kelurahan padang jati, kota Bengkulu. Salah satu langkah pemberdayaan ekonomi masyarakat adalah dengan menghasilkan produk yang memiliki peluang sehingga dapat bernilai jual. Olahan keripik bayam merupakan salah satu inovasi yang dapat digunakan dalam upaya pemberdayaan ekonomi masyarakat. Bayam (*Amaranthus* sp) merupakan salah satu tanaman yang sudah banyak dipromosikan sebagai sayuran yang banyak mengandung gizi bagi penduduk di negara yang sedang berkembang. Karena tanaman bayam memiliki kandungan gizi yang tinggi, maka sayuran bayam sering disebut sebagai raja sayuran. Tanaman bayam yang kini sudah dikenal di seluruh penjuru dunia, menurut penelusuran dari sejarah bayam ternyata tanaman bayam berasal dari daerah Amerika Tropika. Dalam perkembangan selanjutnya, dikawasan Amerika Latin tanaman bayam dipromosikan sebagai bahan pangan sumber protein, terutama bagi negara-negara berkembang. Masuknya tanaman bayam ke Indonesia bersamaan dengan lalu lintas perdagangan luar negeri yang memasarkan barang dagangan ke Indonesia pada abad XIX atau sekitar tahun 1900. Tanaman bayam yang mudah didapat dan diolah dengan bahan-bahan sederhana dapat menjadi salah satu upaya dalam pemberdayaan ekonomi masyarakat pada masa pandemi covid-19.

Kata Kunci: Bayam, Ekonomi, Covid-19

ABSTRACT

EFFORTS FOR ECONOMIC EMPOWERMENT OF COMMUNITY THROUGH PROCESSING OF SPINACH PLANT GROWING AROUND THE GARDENS IN. The economic empowerment of the community became one step of government policy or innovation in an effort to continue to support the wheels of the society's economy, especially in the time of the covid-19 pandemic that spread throughout the region, including padang jati, Bengkulu

city . One of the steps to the economic empowerment of the society is by producing a product that has the opportunity to be sold slowly the spinach chips are innovation, into processed food that is worth selling. Spinach (*Amaranthus* sp) is one of the plants that has been widely promoted as a vegetable that contains lots of nutrients for people in developing countries. Because spinach plants have a high nutritional content, spinach is often referred to as the king of vegetables. Spinach plants, which are known throughout the world, according to the history of spinach, it turns out that spinach plants originate from the tropical Americas. In subsequent developments, in Latin America, spinach plants were promoted as food sources of protein, especially for developing countries. The entry of spinach plants into Indonesia coincided with foreign trade traffic that marketed merchandise to Indonesia in the XIX century or around 1900. Spinach plants, which are easy to obtain and processed with simple ingredients, can be one of the efforts in empowering the community economy during the pandemic covid-19.

Keywords : Spinach, Economy, Covid-19

PENDAHULUAN

Bayam merupakan salah satu jenis sayuran daun daerah tropis penting, seperti di Indonesia. Bayam biasanya dikonsumsi sebagai sayuran hijau dan banyak mengandung vitamin serta mineral. *Amaranthus dubius*, merupakan bayam petik, pertumbuhannya lebih tegak, berdaun agak lebar sampai lebar, warna daun hijau tua dan ada yang berwarna kemerah-merahan. Biasanya dipelihara di halaman rumah. Tanaman bayam khususnya *A. tricolor* jarang terserang penyakit yang ditularkan melalui tanah. Oleh karena itu, rotasi tanaman tidak merupakan keharusan. Tanaman bayam dapat berproduksi dengan baik meskipun ditanam pada tanah yang telah beberapa kali ditanami dengan bayam, asalkan kesuburan tanahnya selalu dipertahankan, misalnya dengan pemupukan yang teratur. Bayam petik biasanya mulai dapat dipanen pada umur antara satu sampai setengah bulan dengan interval pemetikan seminggu sekali (anonim, 2015).

Bayam adalah sayuran yang mudah ditemui di Indonesia. Sayuran hijau ini juga memiliki harga terjangkau di semua kalangan masyarakat. Meski mudah dan murah, sayuran ini ternyata memiliki kandungan gizi yang besar. Berbagai nutrisi dalam bayam membuatnya tergolong dalam superfood atau pangan super. Tak hanya itu, nutrisi-nutrisi dalam bayam juga diketahui membuatnya memiliki berbagai khasiat bagi kesehatan tubuh. Seperti contohnya yaitu: kesehatan tulang, mencegah anemia defisiensi zat besi, kesehatan kulit dan rambut, mencegah kanker, mencegah asma, baik bagi penderita diabetes, kesehatan jantung dan tekanan darah, kesehatan mata, baik untuk kehamilan serta baik untuk kesehatan sistem pencernaan (Resa, 2020).

Bayam termasuk sayuran yang sangat kaya nutrisi, dengan kandungan rendah kalori, namun sangat tinggi vitamin, mineral dan fitonutrien lainnya. Bayam mengandung flavonoid yang berfungsi sebagai antioksidan, yang dapat melindungi tubuh dari radikal bebas. Produksi bayam di Indonesia dari tahun ke tahun mengalami peningkatan. Pada tahun 2010 produksinya mencapai 152.334 ton dan meningkat menjadi 160.513 ton pada tahun 2011 (BPS, 2012). Kandungan gizi per 100 g meliputi energy 100 kJ, karbohidrat 3,4 g, protein 2,5 g, beta-carotene 4,1 mg, Vitamin B kompleks 0,9 mg, Vitamin C 52 mg (Grubben, 1994). Vitamin C sangat penting untuk tubuh manusia. Manfaatnya antara lain dapat mengobati berbagai macam gangguan pada manusia, mulai dari kanker, diabetes, infeksi virus dan bakteri, serta memperlambat penuaan dini (Massey et al., 2005; Brock et al., 2010). Rekomendasi Organisasi Kesehatan Dunia untuk asupan vitamin C telah ditetapkan 45 miligram per hari (Snesa,2010).



Gambar 1. Tanaman Bayam

Menurut (arnold,2015), Zat besi yang terdapat pada bayam penting untuk pembentukan sel darah merah, agar Anda tidak kekurangan darah atau anemia sehingga menyebabkan tubuh lemas. Dengan banyaknya manfaat bayam, tidak salah jika sayuran hijau yang satu ini untuk menu makanan sehari-hari. Daun Bayam sering digunakan untuk bahan dalam membuat masakan dan salah satunya adalah dengan mengolahnya menjadi keripik yang sangat renyah dan gurih. Keripik bayam juga sangat cocok untuk dijadikan sebagai camilan kering dirumah atau dimana saja.

Bayam (*Amaranthus*) adalah tumbuhan yang biasa ditanam untuk dikonsumsi daunnya sebagai sayuran hijau. Tumbuhan ini berasal dari Amerika tropik namun sekarang tersebar ke seluruh dunia. Tumbuhan ini dikenal sebagai sayuran sumber zat besi yang penting bagi tubuh. Terna semusim yang menyukai iklim hangat dan cahaya kuat. Bayam relatif tahan terhadap pencahayaan langsung karena merupakan tumbuhan C4. Batang berair dan kurang berkayu. Daun bertangkai, berbentuk bulat telur, lemas, berwarna hijau, merah, atau hijau keputihan. Bunga tersusun majemuk tipe tukal yang rapat, bagian bawah duduk di ketiak, bagian atas berkumpul menjadi karangan bunga di ujung tangkai dan ketiak percabangan. Bijinya berwarna hitam, kecil dan keras.

Bayam sebagai sayur hanya umum dikenal di Asia Timur dan Asia Tenggara, Menurut (arizuntriana,2021) Di tingkat konsumen dikenal dua macam bayam sayur: bayam petik dan bayam cabut. Bayam petik berdaun lebar dan tumbuh tegak besar (hingga dua meter) dan daun mudanya dimakan terutama sebagai lalapan (misalnya pada pecel, gado-gado), urap, serta digoreng setelah dibalur tepung. Daun bayam cabut berukuran lebih kecil dan ditanam untuk waktu singkat (paling lama 25 hari), lebih cocok untuk dibuat sup encer seperti sayur bayam dan sayur bobor. Bayam petik biasanya berasal dari jenis *A. hybridus* (bayam kakap) dan bayam cabut terutama diambil dari *A. tricolor*. Jenis-jenis lainnya yang juga dimanfaatkan adalah *A. spinosus* (bayam duri) dan *A. blitum* (bayam kotok).

Kandungan besi pada bayam relatif lebih tinggi daripada sayuran daun lain (besi merupakan penyusun sitokrom, protein yang terlibat dalam fotosintesis) sehingga berguna bagi penderita anemia. Beberapa kultivar *A. tricolor* memiliki daun berwarna merah atau putih dan dipakai sebagai tanaman hias, meskipun dapat pula disayur. Jenis tanaman hias lainnya adalah *A. caudatus* karena tandan bunganya berwarna merah panjang menggantung seperti ekor. Di tempat asalnya, bayam dimanfaatkan bijinya (bayam biji) sebagai sumber karbohidrat. Biji ini sekarang juga populer sebagai makanan diet karena tidak menyebabkan kegemukan. Akar tunggang bayam juga dimanfaatkan sebagai obat. Kebanyakan digunakan oleh masyarakat sebagai salah satu alternatif memenuhi kebutuhan hidup

Virus Covid-19 (*corona virus disease*) pertama kali teridentifikasi di Wuhan, Cina pada akhir tahun 2019. Infeksi virus ini telah menyebar secara cepat dengan tingkat infeksi yang tinggi bahkan bersifat pandemic (WHO, 2020). Hampir seluruh negara di dunia terdampak virus ini, salah satunya adalah Indonesia. Indonesia adalah salah satu negara di dunia dengan tingkat penyebaran virus corona yang cukup tinggi. Adanya virus Covid-19 di Indonesia tidak hanya berpengaruh kepada aspek kesehatan, namun juga mempengaruhi aspek perekonomian masyarakat

Pada aspek ekonomi, pandemi Covid-19 yang tengah melanda saat ini memberikan dampak yang cukup besar. Hal ini ditandai dengan terjadinya permasalahan-permasalahan ekonomi yang dialami oleh masyarakat Kelurahan Betungan Kecamatan Selebar Kota Bengkulu. Pandemi ini menyebabkan terjadinya penurunan penghasilan masyarakat seperti terjadinya Pemutusan Hubungan Kerja (PHK) dan usaha yang merugi karena sepi pembeli.

Pelaksanaan kegiatan ini memiliki tujuan dan manfaat yakni membuat keripik bayam menjadi cemilan sehat serta bergizi dan tentunya kaya akan manfaat bagi kesehatan masyarakat. Keripik bayam ini juga dapat dikemas dalam pouch bening untuk dipasarkan. Manfaat dari dilakukannya kegiatan ini yaitu, salah satu solusi dalam pemberdayaan ekonomi masyarakat sekitar pada masa pandemi covid-19.

MATERI DAN METODE

Pelaksanaan kegiatan pengolahan dan pemasaran serta sosialisasi dilaksanakan secara mandiri di Kelurahan Padang Jati, Kecamatan Ratu

Samban, Kota Bengkulu. Pelaksanaan kegiatan kuliah kerja nyata telah dilakukan mulai tanggal 1 Juli sampai 16 Agustus 2021. Adapun urutan tahapan yang dilaksanakan yaitu sebagai berikut:

1. Persiapan kegiatan

Dimulai dengan tahap perencanaan, pencarian tanaman bayam yang tumbuh disekitar perkarangan, membeli alat dan bahan yang diperlukan,

meminta izin dengan pemilik lahan, serta berdiskusi dengan warga untuk menentukan waktu yang tepat untuk pelaksanaan kegiatan.

2. Pelaksanaan kegiatan

Dimulai dari Pemilihan tanaman bayam yang tumbuh subur dan berbentuk daun sempurna, lalu membuat adonan tepung untuk melumuri daun bayam yang akan di goreng, setelah minyak panas maka daun-daun bayam yang sudah dilumuri tepung langsung di goreng hingga krispi setelah itu dirisakan dan didiamkan beberapa saat agar minyak bekas penggorengan tidak melekat pada produk yang diolah tersebut. Pengeringan minyak pada daun bayam bertujuan agar produk kripik bayam tersebut tidak mudah berbau dan juga tetap terjaga tekstur krispinya. Setelah kripik bayam tersebut sudah dingin maka dilakukan pengemasan dengan menggunakan pouch bening.

3. Pemasaran produk

pemasaran olahan kripik bayam yang telah dikemas menggunakan Metode pemasaran kepada masyarakat dengan memanfaatkan sosial media seperti whatsapp dan juga facebook untuk memperkenalkan produk serta khasiat yang terkandung didalamnya.

4. Evaluasi kegiatan

Evaluasi kegiatan dilakukan dengan tujuan untuk menilai tingkat keberhasilan kegiatan ini dimulai dari ketertarikan masyarakat untuk terlibat dalam kegiatan lalu menerapkannya sebagai usaha sampingan guna menambah penghasilan, serta daya minat masyarakat untuk mengkonsumsi kripik bayam karena mengetahui khasiatnya atau hanya sekedar dijadikan cemilan sehat yang mengenyangkan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Di Kelurahan padang jati khususnya Lingkungan RT 09 di sekitar Pekarangan milik warga banyak ditumbuhi tanaman bayam yang subur dan berkembangbiak dengan cepat dan juga mudah. Masih kurangnya pengetahuan masyarakat terkait pengolahan tanaman bayam serta gizi dan juga khasiat yang terkandung dalam tanaman bayam. Hal ini menjadi dasar pelaksanaan program ini.

Tanaman bayam ini merupakan salah satu tanaman yang dikenal sebagai sumber zat besi yang penting. Ia dapat tumbuh sepanjang tahun dan dimanapun, baik pada dataran rendah atau pun dataran tinggi. Tetapi tetap saja, tanaman yang berasal dari Amerika tropic ini dapat tumbuh dengan baik pada tanah yang subur dan cahaya matahari yang cukup. Masa tanam yang baik dari tanaman ini yaitu pada awal musim kemarau dengan suhu yang baik sekitar 25o – 36o celcius. Serta dengan pH tanah antara 6 – 7. Pada negara-negara berkembang tanaman sayur ini dikenal

sebagai tanaman atau bahan pangan sumber protein. Selain itu, ia juga mengandung vitamin A, B, C serta zat-zat galian seperti kalsium dan zat besi yang bagus untuk tubuh.

Pada kesempatan kali ini saya mengajak masyarakat untuk membuat keripik dengan memanfaatkan tumbuhan bayam liar yang banyak tumbuh disekitar perkarangan agar dapat dijadikan sebagai cemilan yang enak dan bergizi dan juga dapat dijadikan sebagai salah satu pemasukan tambahan. Adapun hal yang perlu dipersiapkan untuk membuat keripik bayam antara lain yaitu:

Tabel 1. Alat dan Bahan yang diperlukan

Alat dan bahan	Jumlah
Alat penggorengan	1 set
Tepung beras	500 g
Minyak	1 liter
Penyedap rasa	1 bungkus
Daun bayam	500 g
Pouch bening	10 lembar



Gambar 2. Proses Pengolahan Dan Penggorengan keripik bayam

Setelah semua alat dan bahan dipersiapkan maka selanjutnya saya bersama 3 orang masyarakat dan juga pemuda sekitar lokasi melakukan tahapan pengolahan produk dimulai dari membersihkan daun-daun bayam yang sudah dipetik, lalu membuat adonan tepung untuk melumuri daun bayam yang akan di goreng, setelah minyak panas maka daun-daun bayam yang sudah dilumuri tepung langsung di goreng hingga krispi setelah itu dirisakan dan didiamkan beberapa saat agar minyak bekas penggorengan tidak melekat pada produk yang diolah tersebut. Pengeringan minyak pada daun bayam bertujuan agar produk kripik bayam tersebut tidak mudah berbau dan juga tetap terjaga tekstur krispinya.



Gambar 3. Produk kripik bayam

Dari kegiatan yang telah dilaksanakan dapat diketahui bahwa banyak sekali peminat dari kripik bayam tersebut. Dimulai dari anak-anak, remaja, ibu-ibu rumah tangga serta bapak-bapakpun juga tertarik akan kripik bayam tersebut, dengan tekstur yang krispi dan juga tidak keras sehingga dapat dikonsumsi oleh kalangan manapun. Tumbuhan Bayam kaya akan Manfaat antara lain dapat mengobati berbagai macam gangguan pada manusia, mulai dari kanker, diabetes, infeksi virus dan bakteri, serta memperlambat penuaan dini. Tumbuhan bayam juga dapat dimanfaatkan oleh ibu-ibu sebagai salah satu solusi untuk anak-anak yang tidak suka makan sayuran, dengan dikenalkannya kripik bayam pada anak-anak tersebut. Dilihat dari banyaknya manfaat dari kripik bayam tersebut sehingga sangat bagus jika dijadikan usaha untuk masyarakat sekitar guna membantu perekonomian dimasa pandemi covid-19, mengingat modal yang diperlukanpun cukup terjangkau.

KESIMPULAN

Dapat disimpulkan bahwa Dalam kegiatan Kuliah Kerja Nyata dari tanggal 1 juli hingga 16 Agustus 2021 ini saya telah turut membantu masyarakat dalam Meningkatkan perekonomian di masa pandemi covid-19 dan meningkatkan kesehatan masyarakat sekitar dan pengolahan tanaman yang tumbuh disekitar perkarangan warga yaitu salah satunya bayam. Dengan demikian masyarakat dapat mengkonsumsi olahan dari tanaman bayam. Dalam kegiatan KKN dalam beberapa program kerja ini juga Meningkatkan pengetahuan tentang manfaat serta khasiat dari tanaman bayam disekitar kita agar bisa di olah menjadi kripik bayam sebagai cemilan dan juga dapat dipasarkan guna membantu perekonomian masyarakat yang sangat dibutuhkan di masa pandemi seperti ini. Dalam kegiatan kuliah Kerja Nyata ini juga telah Membantu program pemerintah dalam mencegah penyebaran dari Covid-19 didalam keluarga dan lingkungan sekitar dan Memperoleh pengalaman belajar bagi mahasiswa

dalam keterlibatan membantu masyarakat khususnya di lingkungan keluarga mereka sendiri.

DAFTAR PUSTAKA

- Anonim, 2015. Budidaya tanaman bayam. Tersedia di: <http://hortikultura.litbang.pertanian.go.id/teknologi-detail-44.html>. diakses pada 18 agustus 2021.
- Arizuntriana, 2021. Bayam. Tersedia di: <https://id.m.wikipedia.org/wiki/Bayam>. Diakses pada 29 agustus 2021.
- Arnold, 2015. Pengolahan keripik bayam. Tersedia di: [https://sulut.litbang.pertanian.go.id/ind/index.php?option=com_content&view=article &id=618:pengolahan-keripik-bayam&catid=74:m-krpl&Itemid=60](https://sulut.litbang.pertanian.go.id/ind/index.php?option=com_content&view=article&id=618:pengolahan-keripik-bayam&catid=74:m-krpl&Itemid=60). Diakses pada 28 agustus 2021.
- BPS. 2012. Statistik Indonesia. Biro Pusat Statistik. Jakarta. www.bps.go.id. Diakses tanggal 18 agustus 2021.
- Grubben GJH. 1994. *Amaranthus L.* In: *Plan Resources of South East Asia*. Siemonsma, J.S and K.Piluek (Eds). Prosea. Bogor, 82-86