

Bola-bola Singkong dan Nugget Bayam sebagai Upaya Peningkatan Kreatifitas dan ekonomi ibu-ibu Dusun Bayeman, Sampung Ponorogo

Hikma Khilda Nasyiithoh
Institut Agama Islam Negeri Ponorogo
nasyiithoh@iainponorogo.ac.id

Abstract: *Cassava is one of the staple food ingredients of the Indonesian people, especially in the past era. In this day and age, the presence of cassava as a staple food is invincible with rice. One of the contributing factors is the mother's habit of only introducing her child with rice as a staple food and a lack of variations in cassava processing. As a result, very few children today know and like cassava. In fact, cassava contains nutrients that are very beneficial for health and is a plant that is very easy to grow anywhere. Besides cassava, plants that are easily grown anywhere are spinach. Including in the hamlet of Bayeman, Kunti Village, Sampung District, Ponorogo Regency. Processed cassava in the hamlet is limited to steaming and chips. While processed spinach is only used for making clear vegetable ingredients. Community service groups with the Asset Based Community - Driven Development (ABCD) method try to provide training in making cassava balls and spinach nuggets in order to improve the creativity and economy of mothers around the Darul Hikmah Mosque in Bayeman Hamlet. The variety of processed cassava and spinach is expected to be able to make the reference of mothers in providing delicious processed foods that children like and also become a commodity of trade and new entrepreneurial fields for the residents of the village*

Keywords : *community service, ABCD method, cassava balls, spinach nuggets*

A. Pendahuluan

Dusun Bayeman adalah dusun yang terletak di bagian paling utara di desa Kunti. Desa Kunti merupakan sebuah desa yang terletak di Kecamatan Sampung



Kabupaten Ponorogo Provinsi Jawa Timur. Wilayah kecamatan Sampung ini terletak pada ketinggian antara 91 meter sampai dengan 381 meter di atas permukaan laut. Dusun Bayeman juga terletak di bawah beberapa bukit kecil. Saat berada di dusun Bayeman banyak dijumpai lahan yang banyak ditanami berbagai tanaman pokok antara lain: jagung, singkong, tembakau, kacang tanah, bayam, dan padi. Dilihat dari segi ekonomi masyarakat Dusun Bayeman sebagian besar bekerja sebagai petani. ¹

Setelah dilakukannya observasi mengenai asset di dusun bayeman, anggota KPM 2018 beserta masyarakat menemukan sebuah asset yang dianggap sangat urgen dan sesuai dengan kemampuan masyarakat serta anggota mampu untuk mengelolanya, yaitu kurang efektifnya pemanfaatan asset yang ada, diantaranya singkong dan bayam. Keberadaan singkong sebagai bahan makanan pokok seperti terkalahkan dengan padi. Bahkan hal ini tidak hanya terjadi pada Dusun Bayeman saja. Kecenderungan saat ini adalah masih banyak masyarakat beralih ke bahan pangan beras bahkan terigu yang bukan komoditi pangan local tetapi merupakan bahan pangan impor,. Hal demikian menjadikan perubahan atau pergeseran pola konsumsi pangan pokok bagi masyarakat Indonesia secara keseluruhan dan berkelanjutan. ²

Faktor lain yang menjadi penyebab pergeseran pola konsumsi pangan pokok adalah kebiasaan ibu yang hanya memperkenalkan anaknya dengan nasi sebagai makanan pokok dan kurangnya variasi olahan singkong. Sebagai akibatnya, anak di zaman sekarang sangat sedikit yang mengenal dan menyukai singkong. Padahal, singkong mengandung nutrisi yang sangat bermanfaat bagi kesehatan dan merupakan tanaman yang sangat mudah tumbuh di mana saja. Selain singkong, tanaman yang mudah ditanam di mana saja adalah bayam. Termasuk di dusun Bayeman, Desa Kunti, Kecamatan Sampung Kabupaten Ponorogo. Olahan singkong di dusun tersebut terbatas hanya di kukus dan dijadikan keripik. Sedangkan olahan bayam hanya digunakan untuk bahan membuat sayur bening. Padahal bayam merupakan sayur yang tinggi akan zat besi. Apabila digabungkan dengan protein, maka terciptalah pemenuhan keanekaragaman makanan. Sebagai contoh, sebagaimana kita tahu bahwa anemia sebagian besar disebabkan oleh kurangnya asupan zat besi dari makanan yang dikonsumsi. Menurut data Riskesdas tahun 2013 prevalensi anemia di Indonesia banyak ditemukan pada kelompok usia 5-14

¹ Aos Syaiful Azhar Dkk. *Laporan Akhir Kuliah Pengabdian Masyarakat (Pelatihan Pembuatan Bola-bola Singkong dan Nugget Bayam dalam rangka Meningkatkan Kreativitas dan Ekonomu ibu-ibu di Lingkungan Masjid Darul Hikmah Dusun Bayeman Desa Kunti Kecamatan Sampung*. Ponorogo: Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat IAIN Ponorogo, 2018, 1

² Sri Sunarti, Dkk. *Memfaatkan Singkong Menjadi Tepung Mocaf untuk Pemberdayaan Masyarakat Sumberejo*. LPPM Univet Bantara Sukoharjo, 2011, 306

tahun.³ Usia tersebut merupakan usia anak sekolah yang dalam kesehariannya sering menyantap makanan cepat saji. Berdasarkan observasi tersebut, anggota KPM IAIN Ponorogo 2018 sepakat untuk melaksanakan aksi yang dapat membantu untuk mengelola asset tersebut menjadi sesuatu yang mempunyai nilai ekonomis, dengan membuat program unggulan yaitu pelatihan pengolahan singkong (bola-bola singkong), dan olahan sayur bayam (nugget bayam).

Singkong dan bayam merupakan bahan yang mudah didapat dan manfaat serta kegunaannya bagi kesehatan sangat bagus. Apabila dilihat dari kandungan gizinya singkong mempunyai kandungan gizi yang cukup lengkap yang dibutuhkan oleh tubuh. Tabel 1 berikut memberikan informasi tentang komposisi kandungan gizi pada singkong maupun berbagai olahannya.⁴ Sedangkan kandungan gizi pada bayam disajikan seperti pada Tabel 2.

Tabel 1. Kandungan gizi singkong

NO.	KANDUNGAN	UMBI	GAPLEK	TEPUNG	TAPAIOKA	DAUN
1.	Protein (kal)	146	838	363	362	73
2.	Protein (g)	1,2	1,5	1,1	0,5	6,8
3.	Lemak (g)	0,3	0,7	0,5	0,3	1,2
4.	Karbohidrat (g)	34,7	81,3	88,2	86,9	13,0
5.	Kalsium (mg)	33	80	84	0	165
6.	Fosfor (mg)	40	60	0	0	54
7.	Besi (mg)	0,7	1,9	1,0	0	2,0
8.	Vit A (SI)	0	0	0	0	11.000
9.	Vit B1 (mg)	0,06	0,04	0,04	0	0,12
10.	Vit C (mg)	30	0	0	0	275
11.	Air (g)	62,5	14,5	9,1	12,0	77,2

Sumber : Direktorat Gizi Departemen Kesehatan RI *dalam* Darjanto dan Murdjati, 1980

Tabel 2. Kandungan gizi bayam⁵

Kandungan gizi (tiap 100 gram bahan)	Jumlah
Kalori	36 kal
Protein	3,5 gram
Lemak	0,5 gram
Hidrat arang	6,5 gram

³ Dyas Indraswari H, dkk. "Pengaruh Penambahan Bayam (*Amaranthus tricolor*) pada nugget kaki naga lele (*Clarias garlepinus*) terhadap kadar zat besi, protein, dan air". *Penelitian Gizi dan Makanan*, Juni 2017 Vol 40 (1), 9-16

⁴ Muntoha, dkk. "Pelatihan Pemanfaatan dan Pengolahan Ketela Pohon Menjadi Bola-bola Singkong Keju". *Jurnal Inovasi dan Kewirausahaan*, Vol 4, No 3 (2015): 177-183

⁵ www. Materipertanian.com/ tabel-kandungan-bayam diakses 12 Oktober 2018



Vitamin B1	908 mg
Vitamin A	6.090 SI
Vitamin C	80 mg
Kalsium (Ca)	267 mg
Fosfor (P)	67 mg
Besi (Fe)	3,9 mg
Air	86,9 mg

Selain alasan sebagaimana diuraikan di atas, masyarakat terutama ibu-ibu juga sudah tidak asing dengan bahan dasar singkong dan bayam untuk diolah, hal itu menjadikan alasan bagi kelompok KPM IAIN Ponorogo 2018 di dusun Bayeman untuk memilih asset singkong dan bayam sebagai produk unggulan KPM 2018 yang berbasis pada pendekatan *Asset Based Community - Driven Development* (ABCD).

B. Metode

Pelaksanaan pengabdian masyarakat ini menggunakan pendekatan *Asset Based Community - Driven Development* (ABCD) yaitu pendekatan pendampingan yang mengutamakan pemanfaat asset dan potensi yang dimiliki oleh komunitas atau masyarakat. Pemilihan dan penggunaan pendekatan *Asset Based Community - Driven Development* (ABCD) dinilai sangat tepat sesuai dengan kebijakan pemerintah yang tertuang dalam aturan perundang-undangan. Dengan mengikuti KKN transformasi dengan pendekatan *Asset Based Community - Driven Development* (ABCD) diharapkan ada transformasi sosial baik dari sisi masyarakat dan kampus. Terutama untuk mahasiswa, diharapkan tumbuh dan berkembang kepekaan dan kepedulian sosial sebagai bentuk tanggung jawab kewarganegaraan (*civic responsibility*)⁶

Langkah-langkah yang harus ditempuh guna mewujudkan pengabdian masyarakat dengan pendekatan *Asset Based Community - Driven Development* (ABCD) adalah sebagai berikut :

1. Inkulturasi (Perkenalan)
2. Discovery (Mengungkapkan informasi)
3. Design (Mengetahui asset dan mengidentifikasi peluang)
4. Define (Mendukung keterlaksanaan program kerja)
5. Reflection (Refleksi)
6. Rencana Tindak lanjut

⁶ Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) IAIN Ponorogo, *Buku Pedoman KPM ABCD (Kuliah Pengabdian Masyarakat Asset Based Community-driven Development)* Ponorogo : LPPM IAIN Ponorogo. 2018), 11

7. Evaluasi Kegiatan Lapangan⁷

C. Hasil dan Pembahasan

Skala Prioritas Kegiatan Pengabdian

Setelah anggota KPM 2018⁸ menggali beberapa informasi mengenai aset yang ada di dusun Bayeman, pengabdi melihat ada beberapa warga yang memiliki usaha sendiri diantaranya pembuatan batu bata, peternak sapi, peternak kambing, usaha meubel, pembuatan kerupuk rambak. Di bidang pertanian diantaranya tembakau, jagung, bawang merah, jati, singkong, bayam dan padi. Sedangkan aset komunitas yang ada diantaranya TPA dan TPQ.

Beberapa minggu anggota KPM 2018 mengamati kegiatan warga dan mendiskusikan dengan kelompok tentang aset-aset yang dimiliki oleh dusun Bayeman, begitu banyak aset yang dimiliki oleh dusun Bayeman. Pada minggu ketiga anggota KPM 2018 mendatangi rumah ibu kepala dusun untuk konsultasi tentang program kegiatan kewirausahaan yang dilaksanakan pada tanggal 16 Agustus 2018. Berdasarkan hasil diskusi diperoleh kesepakatan bahwa pada tanggal tersebut diadakan pelatihan pembuatan bola-bola singkong dan nugget bayam dengan memanfaatkan aset yang ada di dusun Bayeman.⁹

Pelaksanaan Prioritas Program Kerja

1. Perencanaan Lapangan (SWOT dan Rencana Detail Pelaksanaan)

Setelah dilakukannya observasi mengenai aset di dusun bayeman, anggota KPM 2018 beserta masyarakat menemukan sebuah aset yang dianggap sangat urgen dan sesuai dengan kemampuan masyarakat serta anggota mampu untuk mengelolanya, yaitu kurang efektifnya pemanfaatan aset yang ada, yaitu singkong dan bayam. Dari observasi tersebut, anggota KPM 2018 sepakat untuk melaksanakan aksi yang dapat membantu untuk mengelola aset tersebut menjadi sesuatu yang mempunyai nilai ekonomis, dengan membuat program unggulan yaitu pelatihan pengolahan singkong (bola-bola singkong), dan olahan sayur bayam (nugget bayam).

Alasan dari anggota KPM 2018 memilih aset di atas, dikarenakan singkong dan bayam dianggap sebagai bahan yang mudah didapat, manfaat dan kegunaanya

⁷ Ibid, 85

⁸ Anggota KPM 2018 yang dimaksud di sini adalah peserta KPM IAIN Ponorogo kelompok 20 yang berada di Dusun Bayeman, Desa Kunti, Kecamatan Sampung, kab. Ponorogo

⁹ Aos Syaiful Azhar Dkk. *Laporan Akhir Kuliah Pengabdian Masyarakat (Pelatihan Pembuatan Bola-bola Singkong dan Nugget Bayam dalam rangka Meningkatkan Kreatifitas dan Ekonomu ibu-ibu di Lingkungan Masjid Darul Hikmah Dusun Bayeman Desa Kunti Kecamatan Sampung*. Ponorogo: Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat IAIN Ponorogo, 2018, 22



bagi kesehatan sangat bagus, serta masyarakatpun sudah tidak asing dengan bahan dasar singkong dan bayam untuk diolah, hal itu menjadikan alasan bagi anggota KPM 2018 memilih asset singkong dan bayam sebagai produk unggulan anggota KPM 2018.

Setelah anggota KPM 2018 dan masyarakat siap untuk mengelola asset tersebut yaitu dengan adanya pelatihan diatas maka anggota KPM butuh analisis SWOT untuk lebih meyakinkan masyarakat atas asset yang akan dipilih untuk dikelola bersama masyarakat dukuh Bayeman.¹⁰

Tabel 3. ANALISIS SWOT

Kekuatan (<i>Strenght</i>)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Produksi Singkong dan Bayam dijadikan pilihan untuk menunjang perekonomian masyarakat dusun Bayeman 2. Lahan yang luas 3. Bahan yang mudah didapat 4. Tahan lama
Kelemahan (<i>Weakness</i>)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Minimnya SDM yang mau mengembangkan potensi tersebut 2. Masyarakat yang kurang telaten untuk mengolah Singkong dan Bayam
Peluang (<i>Opportunity</i>)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Skema pasar jelas, makanan dengan bahan baku Singkong dan Bayam digemari oleh masyarakat luas 2. produksi olahan Singkong (<i>bola-bola singkong</i>) dan Bayam (<i>nugget bayam</i>) masih jarang ditemui di pasaran
Tantangan (<i>Threat</i>)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bahan baku yang kadang hanya musiman 2. Penyediaan air untuk penyiraman 3. Persaingan dari produk yang sama di pasaran
	Menarik minat masyarakat untuk menjadi

¹⁰ Ibid , 23

<i>Goal</i>	SDM yang mampu mengambil peluang dari potensi yang ada di dusun bayeman khususnya dari aset singkong dan bayam.
<i>Output</i>	1. Tercipta SDM yang ahli 2. Perbaikan ekonomi masyarakat dusun Bayeman
Aktivitas	Mengikut sertakan Tokoh Masyarakat dan warga dusun Bayeman khususnya ibu-ibu
Waktu	Hari Kamis, 16 Agustus 2018
Pihak yang terlibat	1. Ibu-ibu dusun Bayeman 2. Tokoh masyarakat 3. Anggota KPM 2018 kel. 20
Tempat	Rumah kediaman Ibu Kamituwo/Bapak Mispan (<i>kamituwo</i>) dusun Bayeman

2. Proses Aksi

Sebelum aksi ini dilaksanakan, anggota kelompok KPM meminta persetujuan dengan para tokoh agama dan ibu-ibu anggota yasinan untuk kegiatan pelatihan pembuatan olahan dari bahan singkong (bola-bola singkong) dan nugget bayam kapan dan dimana kegiatan ini dilaksanakan.

Pelatihan Pengolahan bola-bola singkong dan nugget sayur bayam

a. Pengolahan bola-bola singkong

Di dusun Bayeman, sebagian besar masyarakatnya bermata pencaharian sebagai petani. Selain bertani, masyarakat Bayeman mayoritas mempunyai kebun yang ditanami dengan berbagai jenis tanaman seperti pohon singkong. Namun, masyarakat Bayeman hanya memanfaatkan dengan memetik buahnya saja. Sehingga keuntungan yang didapatkan tidak begitu banyak. Setelah mengamati aset yang ada di masyarakat dusun Bayeman. Kemudian kami mengkonsultasikan dengan tokoh masyarakat dan ibu-ibu yasinan untuk membantu perekonomian masyarakat setempat.

Berdasarkan hasil musyawarah, untuk membantu perekonomian atau pemanfaatan hasil kebun masyarakat agar lebih bernilai jual tinggi, peserta KPM



mengadakan pelatihan pengolahan bola-bola singkong dengan pemateri dari anggota KPM sendiri.

Kegiatan ini bekerjasama dengan ibu-ibu yasinan, kegiatan pelatihan dilakukan pada tanggal 16 Agustus 2018, dengan bertempat di rumah ibu Kamituwo. Prosedur pembuatan bola-bola singkong adalah sebagai berikut :

1. Terlebih dahulu singkong di kupas
2. Kemudian singkong di cuci dan di potong-potong untuk memudahkan proses pengukusan
3. Kemudian singkong di kukus sampai matang
4. Kemudian singkong dihaluskan hingga lembut
5. Setelah singkong halus maka di campur dengan mentega, keju, susu 1 sachet, backing soda, dan garam secukupnya, aduk-aduk hingga tercampur dan merata
6. Setelah adonan tercampur hingga rata kemudian adonan tersebut di bentuk bola-bola sesuai selera
7. Kemudian siapkan penggorengan dan minyak dan tunggu minyaknya sampai panas
8. Lalu goreng bola-bola singkong tersebut sampai berwarna kecoklatan
9. Lalu tiriskan bola-bola singkong
10. Hidangkan dengan parutan keju diatasnya dan susu coklat¹¹



Gambar 1. Pelatihan Pembuatan Bola-bola Singkong Keju

¹¹ Ibid , 25

Dari pelatihan tersebut, sekarang warga dusun Bayeman dapat memanfaatkan hasil kebun menjadi bola-bola singkong yang siap untuk dikonsumsi sendiri atau dikemas yang kemudian dipasarkan. Selain itu anggota KPM juga siap untuk membantu jika sewaktu – sewaktu dari kelompok ibu-ibu yasinan akan mengajukan ijin produk makanan atau menjadi narasumber dalam pembentukan UKM.

b. Pengolahan Nugget Bayam

Selain singkong, asset yang berada di Dusun Bayeman yang dianggap perlu dikelola adalah bayam. Masyarakat hanya memanfaatkan dengan mengolah menjadi sayur bening saja.

Berdasarkan hasil musyawarah, untuk membantu perekonomian atau pemanfaatan hasil kebun masyarakat agar lebih bernilai jual tinggi, peserta KPM mengadakan pelatihan pengolahan bola-bola singkong dengan pemateri dari anggota KPM.

Sama halnya dengan pelatihan bola-bola singkong, kegiatan ini bekerjasama dengan ibu-ibu yasinan. Kegiatan pelatihan dilakukan pada tanggal 16 Agustus 2018, dengan bertempat di rumah ibu Kamituwo. Prosedur pembuatan nugget bayam adalah sebagai berikut :

1. Bayam dicuci bersih dan dipotong tipis-tipis
2. Cincang ayam atau giling sampai halus
3. Siapkan bumbu halus, bawang putih, garam secukupnya, lada bubuk secukupnya, royco secukupnya
4. Setelah itu campurkan bahan dari sayur bayam yang sudah dipotong tipis-tipis, ayam yang sudah dicincang, tambahkan tepung kanji, tepung trigu, serta bumbu halusnya
5. Setelah adonan tercampur rata siapkan wadah yang sudah diolesi dengan mentega
6. Siapkan wadah untuk mengukus
7. Kukus nugget sampai matang
8. Angkat dan dinginkan
9. Setelah dingin, iris sesuai selera
10. Siapkan bahan untuk mencelup adonan yang terdiri dari tepung panir dan telur untuk menggulung nugget
11. Setelah terlumpur telur dan tepung panir siapkan minyak untuk menggoreng nugget
12. Goreng nugget sampai kecoklatan dan tiriskan



13. Nugget bayam siap disajikan¹²



Gambar 2. Pelatihan Pembuatan Nugget Bayam

Dari pelatihan tersebut, sekarang warga dusun Bayeman dapat memanfaatkan hasil kebun menjadi nugget bayem yang siap untuk dikonsumsi sendiri atau dikemas yang kemudian dipasarkan. Selain itu anggota KPM juga siap untuk membantu jika sewaktu – sewaktu dari kelompok ibu-ibu yasinan akan mengajukan ijin produk makanan atau menjadi narasumber dalam pembentukan UKM.

D. Kesimpulan

Pelatihan olahan singkong dan bayam inovatif dan kreatif berupa bola-bola singkong dan nugget bayam ini memberikan warga Dusun Bayeman, Desa Kunti, Kec. Sampung Kab. Ponorogo wawasan dan pengetahuan baru tentang olahan singkong dan bayam. Dengan melimpahnya bahan baku singkong dan bayam di dusun tersebut, pelatihan yang dilakukan oleh anggota KPM 2018 ini akan bermanfaat bagi warga di Dusun Bayeman. Dengan olahan singkong dan bayam yang lebih maksimal, bola-bola singkong dan nugget bayam ini bisa menjadi komoditi perdagangan baru bagi warga Dusun Bayeman dan sekitarnya.

Daftar Pustaka

Azhar, AS Dkk. *Laporan Akhir Kuliah Pengabdian Masyarakat (Pelatihan Pembuatan Bola-bola singkong dan Nugget Bayam dalam rangka Meningkatkan*

¹² Ibid , 26

Kreatifitas dan Ekonomu ibu-ibu di Lingkungan Masjid Darul Hikmah Dusun Bayeman Desa Kunti Kecamatan Sampung. Ponorogo: Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat IAIN Ponorogo, 2018.

H, Dyas Indraswari dkk. “Pengaruh Penambahan Bayam (*Amaranthus tricolor*) pada nugget kaki naga lele (*Clarias garlepinus*) terhadap kadar zat besi , protein, dan air”. *Penelitian Gizi dan Makanan*, Juni 2017 Vol 40 (1)

Muntoha, dkk. “Pelatihan Pemanfaatan dan Pengolahan Ketela Pohon Menjadi Bola-bola Singkong Keju”. *Jurnal Inovasi dan Kewirausahaan*, Vol 4, No 3 (2015): 177-183

Ponorogo, Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) IAIN Ponorogo, *Buku Pedoman KPM ABCD (Kuliah Pengabdian Masyarakat Asset Based Community-driven Development)*. Ponorogo : LPPM IAIN Ponorogo, 2018.

Sunarti, Sri, Dkk. *Memfaatkan Singkong Menjadi Tepung Mocaf untuk Pemberdayaan Masyarakat Sumberejo*. Sukoharjo : LPPM Univet Bantara Sukoharjo, 2011

[www. Materipertanian.com/](http://www.Materipertanian.com/) tabel-kandungan-bayam diakses 12 Oktober 2018

