

Sosialisasi Budidaya dan Pemanfaatan Bayam Brazil serta Tanaman Obat Keluarga di Kelurahan Randuacir Salatiga

*¹Edi Sutarmanto, ¹Arya Sanjaya, ¹Jaka Seprianto Lepangkari

¹Elia Azani, ¹Aditya Nuryanto Saputra, ²Irfan Ahsani

¹Prodi S1 Farmasi STIKES Ar-rum Salatiga, Indonesia

²Prodi S1 Farmasi STIKES Rajekwesi Bojonegoro, Indonesia

ABSTRAK

Tujuan kegiatan ini adalah memberikan sosialisasi dan budidaya bayam Brazil serta TOGA kepada masyarakat di Kelurahan Randuacir, Kota Salatiga untuk mengatasi dan mencegah stunting serta pemanfaatannya dalam pemeliharaan kesehatan keluarga. Metode yang digunakan meliputi sosialisasi interaktif dan pelatihan langsung dengan 40 ibu PKK. Hasil menunjukkan bahwa banyak peserta berpartisipasi aktif berupa tanya jawab dalam penyampaian sosialisasi dan keterampilan mengolah bayam Brazil menjadi makanan bergizi seperti cemilan, sayur bening, tumis, lalapan, dan nugget, yang kaya nutrisi penting untuk pertumbuhan anak dalam mengatasi stunting. Pemanfaatan TOGA seperti serai, jahe merah, bunga telang, kunyit, dan lidah buaya juga diperkenalkan untuk meningkatkan Kesehatan keluarga. Selain itu, praktik pembuatan kompos dari limbah organik rumah tangga diajarkan untuk mendukung pertanian berkelanjutan. Kesimpulan menunjukkan bahwa kegiatan ini berhasil memberikan pengetahuan kepada masyarakat dalam pengolahan bayam Brazil dan TOGA untuk mengatasi stunting dan menjaga ketahanan pangan.

Kata kunci: Bayam Brazil, Stunting.

Socialization of Brazilian Spinach Cultivation and Utilization with Family Medicinal Plants in Randuacir Village, Salatiga

ABSTRACT

The objective of this study is to provide socialization and cultivation of Brazilian spinach and TOGA to the community in Randuacir Village, Salatiga City, to know and prevent stunting, as well as promote its utilization in maintaining family health. The methods used included interactive socialization and direct training with 40 PKK people. The result showed that many participants actively engaged in Q&A during the socialization and learned skills to process Brazilian spinach into nutritious foods such as snacks, clear soup, stir-fry, salad, and nuggets, which are abundant in critical nutrients for children's growth to prevent stunting. The use of medicinal plants such as lemongrass, red ginger, butterfly pea flower, turmeric and aloe vera was also introduced to enhance family health. The technique of composting household organic waste was instructed to promote sustainable agriculture. The conclusion showed that activity successfully educated the community on processing Brazilian spinach and TOGA to overcome stunting and maintain food security.

Keyword: Brazilian Spinach, Stunting.

*Corresponding Author:

Email : edi.sutarmanto27@gmail.com

Alamat : Jalan Joko Tingkir, Kec. Tingkir
Kota Salatiga, Jawa Tengah, 50745

Hal: 111-116

This Journal is licensed under a Creative
Commons Attribution ShareAlike 4.0



PENDAHULUAN

Ketahanan pangan dan kesehatan keluarga menjadi pilar utama dalam mewujudkan kualitas sumber daya manusia yang unggul, khususnya di Indonesia. Permasalahan gizi kronis seperti stunting masih menjadi tantangan serius di berbagai wilayah, Kota Salatiga, dengan prevalensi stunting mencapai 5,99% pada tahun 2024, sedangkan angka nasional sebesar 19,8% (Dinkes Jateng, 2023). Stunting berdampak serius pada perkembangan anak, tidak hanya pada pertumbuhan fisik, tetapi juga pada aspek kognitif, motorik, dan kesehatan di masa mendatang, berpotensi mengurangi prestasi akademik dan produktivitas di masa dewasa. Dalam upaya mendukung program tersebut, pemanfaatan sumber daya lokal seperti bayam Brazil (*Alternanthera sissoo*) dan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) menawarkan solusi yang prospektif dan berkelanjutan. Bayam Brazil telah terbukti kaya akan nutrisi esensial seperti protein, zat besi, vitamin A, dan serat yang sangat penting untuk pertumbuhan anak dan pencegahan anemia (Kumala dkk, 2024). Sementara itu, TOGA merupakan tanaman berkhasiat obat yang dapat dibudidayakan di pekarangan rumah, berfungsi sebagai "Apotek Hidup" yang menyediakan akses mudah dan terjangkau untuk pengobatan tradisional dan peningkatan imunitas keluarga (Syarifah dkk, 2025). Berdasarkan survei yang dilakukan, di Kelurahan Randuacir terdapat 2 kasus stunting pada awal tahun 2025, dan yang menjadi permasalahan utama dalam kasus stunting ini adalah kurangnya pemahaman ibu rumah tangga dan masyarakat sekitar di Kelurahan Randuacir tentang stunting serta cara pemanfaatan tanaman berbasis sumber daya lokal yang bisa diolah menjadi makanan yang bergizi bagi anak-anak. Tujuan utama dari kegiatan ini adalah untuk mensosialisasikan penggunaan bayam Brazil dan TOGA serta praktik budidaya tanaman tersebut bagi ibu-ibu rumah tangga di Kelurahan Randuacir dan juga manfaat pengolahannya menjadi makanan bergizi berbasis pemanfaatan bayam Brazil dan TOGA sebagai upaya preventif dan kuratif untuk mengatasi stunting pada anak-anak.

METODE

Kegiatan sosialisasi budidaya bayam Brazil dan TOGA ini menggunakan pendekatan partisipatif pada seluruh masyarakat di Kelurahan Randuacir. Metode utama yang diterapkan adalah sosialisasi interaktif berupa pemberian informasi dan pembagian bibit tanaman bayam Brazil dan TOGA dalam pemanfaatannya untuk mengatasi stunting. Sosialisasi mencakup penyuluhan mengenai pembuatan kompos, pembudidayaan bayam Brazil, TOGA, dan pemanfaatan bayam Brazil dan TOGA sebagai makanan atau minuman. Kegiatan Sosialisasi dilakukan di Balai Kelurahan Randuacir, Kecamatan Argomulyo, Kota Salatiga, Provinsi Jawa Tengah, Indonesia. Jumlah peserta kegiatan sebanyak 40 ibu-ibu PKK Kelurahan Randuacir. Kegiatan dilaksanakan Hari Jumat 16 Mei 2025, Pukul 08.00-13.00 WIB di Balai kelurahan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan sosialisasi dan pelatihan di Kelurahan Randuacir, Kota Salatiga, menunjukkan antusiasme yang sangat tinggi dari masyarakat. Sebanyak 40 ibu PKK berpartisipasi aktif dalam sesi sosialisasi berupa tanya jawab. Banyaknya interaksi dan pertanyaan yang di tanyakan saat sesi sosialisasi berlangsung dan penjelasan menunjukkan bahwa bahwa metode pelatihan interaktif dan praktik

langsung sangat efektif dalam pemahaman masyarakat tentang pengolahan pangan bergizi dan pentingnya gizi dalam mencegah stunting yang ditandai dengan praktek langsung pada media tanah yang dibuat. Manfaat utama tambahan dari kegiatan ini, yaitu terlihat dari keterampilan ibu-ibu dan warga sekitar Kelurahan Randuacir dalam mengolah bayam Brazil dan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) menjadi makanan bergizi, dan menarik bagi anak-anak yang juga dapat mengatasi kasus stunting (Hikmah, 2024). Salah satu inovasi yang disosialisasikan adalah pengolahan bayam Brazil menjadi cemilan, sayur bening, tumis, lalapan dan nugget bayam Brazil. Temuan ini konsisten dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa penyediaan makanan yang mengandung sayuran dalam bentuk menarik dapat meningkatkan preferensi dan konsumsi sayuran pada anak-anak. Nugget bayam Brazil kaya akan nutrisi penting seperti protein, zat besi, dan vitamin A, yang esensial untuk pertumbuhan anak. Bayam Brazil (*Alternanthera versicolor*) dikenal sebagai raja sayuran karena kandungan gizinya yang tinggi, termasuk vitamin A, B kompleks, C, E, K, karoten, mangan, kalsium, dan yodium (Sari dkk., 2025). Kandungan zat besi yang relatif tinggi pada bayam Brazil sangat berguna untuk mencegah anemia, yang merupakan salah satu faktor risiko utama penyebab stunting karena dapat menghambat pertumbuhan fisik dan perkembangan kognitif. Selain itu, ekstrak daun bayam Brazil mengandung *tocopheryl acetate* (isoform vitamin E) dan fitokimia seperti *alkaloid*, *flavonoid*, *tanin*, *saponin*, dan *steroid*, yang dapat meningkatkan sistem kekebalan tubuh (Ikram dkk., 2022).

Selain bayam Brazil, sosialisasi ini juga mencakup pemanfaatan tanaman TOGA seperti sereh, jahe merah, dan bunga telang. Tanaman obat seperti serai (*Cymbopogon citratus*) memiliki sifat antioksidan dan antimikroba. Jahe merah (*Zingiber officinale Roscoe*) dikenal luas khasiatnya sebagai agen anti-inflamasi, pereda mual, dan peningkat kekebalan tubuh. Bunga telang (*Clitoria ternatea*) kaya akan antioksidan, terutama antosianin, yang bermanfaat untuk kesehatan mata dan memiliki sifat anti-inflamasi. Kunyit (*Curcuma longa*) mengandung kurkumin, senyawa yang memiliki aktivitas antioksidan dan anti-inflamasi yang kuat, serta berperan dalam meningkatkan imunitas. Lidah buaya (*Aloe vera*) juga merupakan TOGA yang umum dimanfaatkan untuk penyembuhan luka dan memiliki sifat anti-inflamasi. Pemanfaatan TOGA ini dapat diolah menjadi infuse water atau diseduh untuk mendapatkan air rebusannya, serta dapat diolah menjadi obat herbal berupa jamu (Diana dkk., 2024). Kegiatan ini mendukung konsep “Apotek Hidup” di pekarangan rumah yang bertujuan untuk menyediakan akses mudah dan terjangkau untuk pengobatan tradisional dan peningkatan imunitas, yang sangat penting bagi keluarga (Ikram dkk., 2022).

Pemanfaatan limbah organik rumah tangga untuk praktik pembuatan kompos juga merupakan aspek penting dari kegiatan ini. Praktik ini tidak hanya mengajarkan masyarakat tentang pengelolaan sampah yang berkelanjutan, tetapi juga menyediakan pupuk organik yang dapat digunakan untuk budidaya bayam Brazil dan TOGA (Rahayu dkk., 2025). Hal ini mengurangi ketergantungan pada pupuk kimia dan mendukung pertanian keluarga yang lebih ramah lingkungan dan berkelanjutan (Yusuf, 2021). Kegiatan pembuatan kompos di praktikan langsung oleh perwakilan dari Kursus Pertanian Taman Tani Salatiga (KPTT) dengan menggunakan alat peraga berupa limbah rumah tangga, penampungan kompos hingga bakteri pengurai sampah. Pada kegiatan itu juga di lakukan

pembagian bibit bayam Brazil yang dapat di tanam langsung di pekarangan rumah, pembagian bibit bayam Brazil dapat dilihat pada gambar 1.

Dalam jangka panjang, kegiatan ini diharapkan dapat memperkuat ekonomi lokal. Program pelatihan juga mencakup aspek kewirausahaan, yang memungkinkan ibu-ibu rumah tangga untuk memasarkan produk olahan dari bayam Brazil dan TOGA, seperti nugget, dimsum beku, atau olahan herbal siap saji. Ini dapat menciptakan peluang pendapatan tambahan dan lapangan kerja baru bagi masyarakat. Pendekatan berbasis komunitas dan pemanfaatan sumber daya lokal yang telah terbukti efektif di berbagai wilayah menjadi dasar kuat untuk keberlanjutan program ini di Kelurahan Randuacir. Sinergi yang baik antara tim pengabdian, pemerintah daerah, dan masyarakat setempat merupakan kunci keberhasilan dan keberlanjutan program pengabdian masyarakat. Sosialisasi dan budidaya tanaman bayam Brazil dan TOGA ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan kepada masyarakat dan juga berkontribusi pada pemberdayaan masyarakat, sejalan dengan Tujuan Pembangunan Berkelanjutan (SDGs) (Ritonga dkk., 2023).



Gambar 1
Penyerahan Bibit Bayam Brazil Secara Simbolis



Gambar 2
Peserta Kegiatan Sosialisasi

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang berfokus pada sosialisasi pembudidayaan dan pemanfaatan bayam Brazil serta Tanaman Obat Keluarga (TOGA) di Kelurahan Randuacir, Kota Salatiga, telah berhasil secara memberikan pengetahuan tentang manfaat tanaman dan keterampilan pengolahan tanaman dimulai dari budidaya sampai kepada pengolahannya, baik bagi masyarakat setempat, terkhususnya ibu-ibu PKK, dalam menyediakan makanan bergizi berbasis sumber daya lokal. Program ini secara langsung berkontribusi pada upaya pemerintah dalam menekan angka stunting. Untuk keberlanjutan dampak positif ini, disarankan agar kegiatan sosialisasi dan pelatihan serupa dilaksanakan secara rutin dan berkesinambungan. Perluasan jenis produk olahan dari bayam Brazil dan TOGA, serta dukungan lebih lanjut dari pemerintah daerah dan pemangku kepentingan terkait-baik dalam hal pendanaan, tenaga penyuluh, maupun akses pasar akan sangat krusial. Dengan demikian, model pemberdayaan masyarakat ini dapat direplikasi di wilayah lain, memperkuat ketahanan pangan, kesehatan, dan kesejahteraan masyarakat secara menyeluruh.

DAFTAR PUSTAKA

- Diana, S. N., Octavia, P., Azizah, V. A., Firmani, U., Rahim, A. R., Widiharti., Sukaris. (2024). Sosialisasi Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga untuk Pencegahan Stunting. *DedikasiMU : Journal of Community Service*, 6(1), 105 - 111. <https://doi.org/10.30587/dedikasimu.v6i1.7497>.
- DINKES JATENG. (2023). *Profil Kesehatan Jawa Tengah Tahun 2023*. Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah.
- Ikram, E. H. K., Nasir, W. D. N. W. M., & Ikram, N. K. K. (2022). Antioxidant Activity and Total Phenolics Content of Brazilian Spinach (*Alternanthera*) and Spinach Cultivar in Malaysia. *Malaysian Journal of Medicine and Health Sciences*, 18(8), 221-229. <https://doi.org/10.47836/mjmhs18.8.29>.
- Hermanto, H., Devi, N. U. K., Supraptiningsih, L. K., Haris, A. (2024). Inovasi Dapur Sehat Atasi Stunting (DASHAT) Berbasis Pemanfaatan Sumber Daya Lokal Nugget Bayam Brazil dalam Mencegah Stunting di Kelurahan Kademangan. *Lambung Inovasi Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 9(3), 599-610.
- Yusuf, N., Pongoliu, Y. I. D., Hamim, D. I. (2021). Pemanfaatan Limbah Rumah Tangga menjadi Pupuk Kompos di Desa Mamungaa Kecamatan Bulawa Kabupaten Bone Bolango. *GANESHA : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(1), 111-117.

- Rahayu, M. A., Rohma, Y. N., Fitria, N., Vitrianingsih, Y., Issalillah, F., Mardikaningsih, R., Nuraini, R., Khayru, R. F., Herisasono, A., Hariani, M. (2025). Optimalisasi Lahan Pekarangan Sebagai Penggunaan Tanaman Obat Keluarga (Toga) untuk Meningkatkan Kesehatan Masyarakat di Desa Balung Anyar Kecamatan Lekok. *JAMARAT : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(2), 181-191.
- Ritonga, A. H., Harahap, H. Y., Herlina, H., Harefa, K., Sitorus, R. S. (2023). Socialization of Medicinal Plant Utilization and its Development Potential for Students of Private Vocational School Al Razi Sinar Harapan Medan. *Jurnal Pengmas Kestra (JPK)*, 3(2), 174-181.
- Sari, W. E., Vanda, H., Hambal, M., Riandi, L. V., Salim, M. N., Damora, A., Zikria, V., Kamaly, N., Yuliansyah, D., Jufrizal. (2025). Optimalisasi Gizi Keluarga melalui Gerakan Menanam Tanaman Obat Keluarga Kelor Pegagan Murbei (TOGA KPM) dan Inovasi Nugget Ikan Tempe sebagai Upaya Cegah Stunting di Gampong Bukloh, Aceh Besar. *Jurnal Pengabdian Aceh*, 5(2), 75-82.
- Syarifah, H., Putri, E. F. S., Rahmawati, O. F., Wulandari, F., Hariyana, N. (2025). Planting Family Medicinal Plants (TOGA) to Enhance the Immune System of the Lojejer Village Community 49) Planting Family Medicinal Plants (TOGA) to Enhance the Immune System of the Lojejer Village Community. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 6(1), 48-54.
- Wikipedia. (2024). *Blang Bebangka, Kec Pegasing, Kab Aceh Tengah*. Wikipedia.