

USAHA PRODUKSI LE-MUSH (LEMPENG MUSHROOM) DARI JAMUR TIRAM SEBAGAI MAKANAN ALTERNATIF MSG (MURAH, SEHAT, DAN GIZI TINGGI)

Erik Yustari*, Heza Sridevi, Elysa Aulia Rahmah, dan Muhammad Sodikin

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lambung Mangkurat Banjarmasin
*erikyustari26@gmail.com

Abstract

Banjar Plates is a very well known Banjarmasin communities in Southern Borneo region but not yet have a sale value. Based on facts, oyster mushroom contains some nutritions for our health. But, in culinary industry oyster mushroom is really few. Actually, oyster mushroom is just made for soup or additional ingredients for beverage and this thing make oyster mushroom has less value for society. In this part, we made a new kind of food from oyster mushroom that is delicious, interesting, and innovative plate and also has more usage for society. Mushroom plate has 2 main flavours, chilly and sweet. Each of flavour, we also made some variant flavours, original, cheese, sausage, beef shredded, chicken shredded, cheese + sausage, and also has a good price Rp6.000,00 for original, Rp7.000,00 for cheese, sausage, beef shredded, Rp8.000,00 for chicken shredded and cheese + sausage. Our marketing method is selling alongside of the road or in a store and the customer that want to buy just choose the variant and wait for 5 minutes and Plate is ready to serve in place or their could take home. After we sold it for 4 months, we realized that the customer really appreciated our product. This thing also supported by the chart that always grew up for each month. And finally, we really sure that this product will be famous in the future.

Keywords: *Oyster mushroom, variant, innovative, nutrition*

1. PENDAHULUAN

Lempeng merupakan jajanan tradisional rumahan masyarakat Kalimantan Selatan yang sangat terkenal. Jajanan ini biasa dibuat untuk dimakan bersama-sama keluarga atau menjadi hidangan saat santai. Meskipun jajanan ini cukup terkenal, akan tetapi masyarakat jarang ada yang memanfaatkannya untuk dijadikan suatu usaha.

Pada mulanya Lempeng tradisional dibuat ketika terbatasnya bahan makanan. Masyarakat memanfaatkan tepung gandum menjadi olahan Lempeng yang sangat sederhana yang hanya terdiri atas adonan tepung, telur, garam, gula dan air. Lempeng tersebut dinamakan masyarakat setempat *Lempeng Bungul*, yang dalam Bahasa Indonesia Bungul berarti tidak pintar.

Seiring berjalannya waktu, olahan Lempeng pun berkembang dengan menambahkan pisang ke dalam adonan,

yang kemudian diberi nama Lempeng Pisang.



Gambar 1. Lempeng Bungul

Lempeng tersebut dibuat dari adonan tepung terigu yang sama dengan *Lempeng Bungul* dicampur pisang kemudian digoreng dengan sedikit minyak dan dibuat tipis saat memasak seperti membuat martabak manis. Karena bahan olahan Lempeng yang begitu sederhana dan mudah didapat serta keinginan untuk

mengembangkan *Lempeng Bungul* menjadi olahan Lempeng yang lebih modern dan memiliki daya jual, maka kami berinisiatif untuk mengembangkan bahan-bahannya agar lebih bernilai gizi dan membuat jajanan lempeng khas Kalimantan Selatan lebih dikenal masyarakat luas.

Jamur tiram (*Pleurotus ostreatus*) merupakan bahan makanan bernutrisi dengan kandungan protein tinggi, kaya vitamin dan mineral, rendah karbohidrat, lemak dan kalori. Jamur ini memiliki kandungan nutrisi seperti vitamin, fosfor, besi, kalsium, karbohidrat, dan protein. Untuk kandungan proteinnya, lumayan cukup tinggi, yaitu sekitar 10,5-30,4%. Komposisi dan kandungan nutrisi setiap 100 gram jamur tiram adalah 367 kalori, 10,5-30,4 persen protein, 56,6 persen karbohidrat, 1,7-2,2 persen lemak, 0,20 mg thiamin, 4,7-4,9 mg riboflavin, 77,2 mg niacin, dan 314,0 mg kalsium. Kalori yang dikandung jamur ini adalah 100 kJ/100 gram dengan 72 persen lemak tak jenuh. Serat jamur sangat baik untuk pencernaan. Kandungan seratnya mencapai 7,4- 24,6 persen sehingga cocok untuk para pelaku diet.



Gambar 2. Jamur tiram

Kandungan gizi jamur tiram menurut Direktorat Jenderal Hortikultura Departemen Pertanian. Protein rata-rata 3,5 – 4 % dari berat basah. Berarti dua kali lipat lebih tinggi dibandingkan asparagus dan kubis. Jika dihitung berat kering. Kandungan proteinnya 10,5-30,4%. Sedangkan beras hanya 7,3%, gandum 13,2%, kedelai 39,1%, dan susu sapi 25,2%. Jamur tiram juga mengandung 9 macam asam amino yaitu lisin, metionin, triptofan, threonin, valin,

leusin, isoleusin, histidin, dan fenilalanin. 72% lemak dalam jamur tiram adalah asam lemak tidak jenuh sehingga aman dikonsumsi baik yang menderita kelebihan kolesterol (hiperkolesterol) maupun gangguan metabolisme lipid lainnya. 28% asam lemak jenuh serta adanya semacam polisakarida kitin di dalam jamur tiram diduga menimbulkan rasa enak. Jamur tiram juga mengandung vitamin penting, terutama vitamin B, C dan D. vitamin B1 (tiamin), vitamin B2 (riboflavin), niasin dan provitamin D2 (ergosterol), dalam jamur tiram cukup tinggi. Mineral utama tertinggi adalah Kalium, Fosfor, Natrium, Kalsium, dan Magnesium. Mineral utama tertinggi adalah: Zn, Fe, Mn, Mo, Co, Pb. Konsentrasi K, P, Na, Ca dan Me mencapai 56-70% dari total abu dengan kadar K mencapai 45%. Mineral mikroelemen yang bersifat logam dalam jamur tiram kandungannya rendah, sehingga jamur ini aman dikonsumsi setiap hari.

Melihat kandungan nutrisi jamur tiram yang sangat baik bagi kesehatan, maka kami berinisiatif membuat olahan makanan yang terbuat dari jamur tiram berupa lempeng jamur tiram yang belum ada dimasyarakat dan sekaligus meningkatkan nilai jual lempeng tradisional masyarakat Banjarmasin.

Adapun tujuan dari kegiatan ini adalah: (a) Membuat makanan lempeng yang enak, murah, sehat dan bergizi, (b) Memperkenalkan makanan khas Banjarmasin dengan inovasi dan rasa yang khas, (c) Sebagai makanan alternatif yang bernilai gizi tinggi, (d) Dengan adanya LE-MUSH diharapkan akan dapat meningkatkan nilai jual lempeng serta membuat makanan lempeng menjadi lebih digemari masyarakat luas.

2. METODE

Pada minggu pertama sampai minggu ke-tiga bulan Maret 2013, dilakukan kegiatan tahap persiapan. Hal-hal yang dilakukan pada tahap persiapan ini meliputi persiapan perlengkapan seperti alat dan bahan, persiapan tempat usaha, pembagian

kerja (*job description*), serta persiapan media dan sasaran promosi.

Aktivitas persiapan perlengkapan dan pembelian bahan baku meliputi: pemesanan gerobak dagang *Le-Mush*, pembelian alat dan bahan yang di butuhkan untuk usaha, mencari sasaran tempat usaha yang cocok, pembuatan spanduk, *exbanner*, dan sticker sebagai media promosi.

Persiapan tempat usaha dilakukan dengan mencari tempat usaha yang strategis dan memadai. Melalui berbagai pertimbangan, akhirnya diputuskan tempat usaha *Le-Mush* berada di wilayah Sultan Adam, tepatnya di Jl. Sultan Adam No 15 RT 46 Banjarmasin. Tempat usaha ini merupakan tempat yang strategis, yang mana kami mendapat lokasi di halaman ruko yang berada di pinggir jalan raya, sebelah kanan terdapat Bakso Bandara yang cukup terkenal di Banjarmasin, di sebelah kiri terdapat Toko Sepatu dan Warnet, dan di seberang kami terdapat ponsel.

Banyak pelanggan kami yang merupakan pelanggan Bakso Bandara dan Pengunjung warnet sehingga kami dapat dengan mudah mendapat pelanggan baru dengan adanya usaha dagang yang berada di sekeliling kami.

Kegiatan penjualan di Sultan Adam hanya berlangsung selama sebulan, karena pemilik ruko tempat kami berjualan berpindah tangan, dan pemilik ruko yang baru tidak mengizinkan kami untuk melakukan kegiatan di tempat tersebut. Akhirnya kami pun mencari tempat baru dan diputuskan untuk pindah ke Jl. Sungai Jingah di samping Mesjid Jami Banjarmasin dengan menyewa sebuah kios untuk berjualan sampai sekarang.

Sebagai informasi, Mesjid Jami merupakan salah satu mesjid besar di Banjarmasin dan di sekelilingnya banyak kios-kios tempat orang yang berdagang. Di tempat ini banyak pelanggan kami yang merupakan jemaah mesjid sehingga wilayah ini pun cukup strategis sebagai tempat usaha.

Penentuan *job description* dibedakan atas *job description* untuk aktivitas tahap persiapan dan *job description*

untuk aktivitas pelaksanaan kegiatan. Tugas persiapan meliputi pembelian alat dan bahan, pembuatan spanduk, *exbanner*, sticker, serta pembuatan alur kerja usaha *Le-Mush*. Berdasarkan alur kerja yang dibuat, selanjutnya ditentukan *job description* bagi masing-masing anggota tim untuk aktivitas pelaksanaan kegiatan. Pada saat penentuan *job description* ini diupayakan untuk dapat melibatkan teman-teman mahasiswa FKIP Unlam untuk membantu mempromosikan produk jajanan *Le-Mush* ini.

Adapun persiapan media dan sasaran untuk promosi dilakukan dengan membagikan SMS kepada teman-teman FKIP Unlam dan meminta mereka untuk menyebarkan SMS tersebut. Selain itu, dirancang facebook dengan nama Page: *Lempeng Mushroom Lemush* dan twitter dengan akun *@lempengmushroom*. Selain itu sasaran promosi melibatkan mahasiswa dan masyarakat umum.



Gambar 3. Halaman Facebook dan Twitter Lempeng Mushroom

Untuk menghindari kejenuhan di lidah konsumen terhadap produk kami, maka dibuatlah *Le-Mush* dengan berbagai varian rasa. Saat ini terdapat dua rasa utama yaitu rasa pedas dan rasa manis. Masing-masing rasa tersebut memiliki varian rasa berupa *Le-Mush* original, *Le-Mush* sosis, *Le-*

Mush Keju, *Le-Mush* abon sapi, *Le-Mush* abon ayam, dan *Le-Mush* keju sosis. Adapun harga yang ditawarkan untuk *Le-Mush* original sebesar Rp 6.000,00. *Le-Mush* sosis, keju, dan abon sapi sebesar Rp 7.000,00. Dan untuk *Le-Mush* abon ayam dan keju sosis sebesar Rp 8.000,00.

Pada bulan kedua sampai bulan kelima, setiap akhir bulan dilakukan evaluasi secara berkesinambungan atas program kerja yang telah dilaksanakan. Pada kesempatan ini ditentukan juga rencana pelaksanaan dan pengembangan kegiatan selanjutnya.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN Cara Membuat Lempeng Mushroom

Ada dua tahapan yang dilakukan dalam membuat lempeng mushroom yaitu tahap memasak isian jamur dan tahap memasak lempeng jamur.

Tahap Memasak Isian Jamur.

Pada tahap ini dilakukan pengolahan bahan utama berupa jamur tiram yang dimasak dengan bahan-bahan pelengkap lainnya seperti bawang merah, bawang putih, daging ayam, bawang bombay, daun bawang, cabai merah, cabai hijau, cabai rawit, dan tomat. Adapun proses pengolahannya adalah (1) Cuci jamur tiram sampai bersih kemudian disuir-suir menjadi kecil-kecil, (2) Blender bawang merah, bawang putih, dan cabai rawit, daging ayam dipotong kecil-kecil, daun bawang, bawang bombay, dan tomat dirajang kasar, cabai merah dan cabai hijau dicincang kasar.

- Tumis bawang merah, bawang putih, dan daging ayam sampai harum.
- Untuk rasa pedas, tambahkan cabai rawit, cabai merah, dan cabai hijau kemudian tambahkan jamur tiram dan bawang bombay dan tunggu sampai jamur matang sambil dibolak-balik.
- Untuk rasa manis langsung tambahkan jamur tiram dan bawang bombay kemudian tunggu sampai matang.
- Setelah jamur sudah cukup matang tambahkan gula, garam, dan penyedap sesuai selera kemudian tambahkan daun bawang dan tomat.

- Aduk sebentar dan isian jamur pun siap untuk di angkat.

Tahap Memasak Lempeng Jamur.

Pada tahap ini dilakukan proses pembuatan lempeng mushroom yang siap jual. Adapun proses pengolahannya adalah sebagai berikut:

- Buat adonan yang terdiri atas tepung terigu dan telur serta tambahkan sedikit garam.
- Panaskan teflon yang permukaannya datar diatas kompor dan oleskan sedikit mentega.
- Tuang adonan kedalam teflon sampai seluruh permukaan teflon tertutupi dengan ketebalan sekitar 1 cm.
- Tambahkan isian jamur tiram yang sudah dimasak sebelumnya pada seluruh permukaan adonan sesaat setelah adonan dituang diatas teflon.
- Bolak-balik lempeng tersebut sampai adonan terlihat sudah cukup matang
- Angkat dan lempeng mushroom pun siap dinikmati dengan cacapan mayonaise, saos tomat, atau saos sambal sesuai selera.



Gambar 3. *Le-Mush* Original

Untuk varian rasa keju, sosis, abon sapi, abon ayam dan keju+sosis cukup ditambahkan setelah lempeng matang pada bagian permukaannya sampai seluruh permukaan tertutupi kecuali sosis yang ditambahkan bersamaan dengan menambahkan isian jamur diatas adonan.

Waktu dan Tempat Pelaksanaan

Proses produksi di mulai dari awal bulan April 2013 sampai dengan Juli 2013. Dalam kegiatan PKM-K ini kami telah melakukan kegiatan produksi dan penjualan selama 4 bulan.

Tempat pelaksanaan kegiatan yang kami gunakan terletak di Jl. Sultan Adam No. 15 Rt. 46, Banjarmasin. Akan tetapi pada bulan kedua tahap produksi dan pemasaran kami berpindah dan menyewa sebuah toko yang bertempat di Jl. Sungai Jingah sebelah kanan Masjid Jami Banjarmasin. Kegiatan penjualan produk jajanan Le-Mush dilaksanakan mulai bulan ke-2 dari kalender kegiatan PKM. Berikut adalah tabel ekspektasi dan realisasi target penjualan selama 4 bulan.

Dari Tabel 1 diatas terlihat bahwa realisasi penjualan selalu melebihi ekspektasi dan persentase kenaikan penjualan selalu menunjukkan hal yang positif. Hal ini dapat menjadi gambaran bahwa produk jajanan *Le-Mush* diterima dengan baik di masyarakat dan semakin

lama masyarakat semakin menyukai produk jajanan *le-Mush*.

Tabel 1. Ekspektasi dan Realisasi Target Penjualan

Bulan ke	Ekspektasi	Realisasi	Kenaikan Penjualan (%)
1	400 porsi	640 porsi	-
2	500 porsi	735 porsi	14,8
3	600 porsi	770 porsi	4,8
4	650 porsi	850 porsi	10,3

Berikut akan di jelaskan mengenai rincian pendapatan selama kegiatan penjualan produk jajanan *Le-Mush*.

Tabel 2. Rincian Pendapatan

Bulan ke	Banyaknya Penjualan	Rata-Rata Harga per Porsi (Rp)	HPP (Rp)	Pendapatan (Rp)	Laba (RP)
1	640	7.000	2.415.500	4.380.000	1.964.500
2	735	7.000	2.774.625	5.145.000	2.370.375
3	770	7.000	2.906.750	5.390.000	2.483.250
4	850	7.000	3.208.750	5.950.000	2.741.240
	Jumlah		11.305.625	20.865.000	9.559.365

Dari Tabel 2 diatas dapat dilihat bahwa selama 4 bulan penjualan keuntungan yang didapatkan telah mencapai BEP berdirinya usaha. Hal ini menunjukkan kemajuan yang cukup pesat mengingat produk kami merupakan produk baru dipasaran. Usaha pembuatan jajanan *Le-Mush* semacam ini merupakan jenis produk yang pertama dan satu-satunya di Kota Banjarmasin. Melihat tren perkembangannya yang positif, kami optimis di masa mendatang produk ini dapat berkembang dengan pesat. Meskipun demikian, sebagai langkah awal diperlukan

waktu yang cukup panjang untuk bisa meyakinkan masyarakat mengenai kualitas produk kami.

4. KESIMPULAN

Dari hasil diatas, telah dapat di ambil kesimpulan bahwa jamur tiram tidak hanya menjadi pelengkap masakan sayur, tetapi bisa di dimanfaatkan menjadi lempeng jamur tiram dengan berbagai varian rasa. Strategi pemasaran merupakan kunci utama dalam usaha oleh karena itu untuk memperkenalkan Lempeng mushroom

dengan berbagai varian rasa dan memerlukan media promosi berupa pamflet, penyebaran informasi dari mulut ke mulut, penjualan langsung ke masyarakat dan lingkungan kampus. Sebuah inovasi baru dalam pengolahan jamur tiram yaitu dengan adanya Lempeng mushroom merupakan peluang usaha baru yang dapat dikembangkan masyarakat sebagai mata pencaharian. Usaha ini mempunyai prospek yang menjanjikan karena belum ada di pasaran, hanya membutuhkan pengelolaan yang baik dan strategi pemasaran yang tepat guna memperkenalkan pada masyarakat. Usaha ini akan lebih maju jika dari pihak-pihak terkait berpartisipasi untuk mengembangkan dan terus melakukan suatu terobosan-

terobosan untuk kearah perbaikan dan kesempurnaan.

5. REFERENSI

- <http://bibit-jamur-tiram-sumbar.blogspot.com/2012/02/khasiat-nilai-gizi-jamur-tiram.html>
- <http://www.deherba.com/berbagai-manfaat-dari-jamur.html#ixzz2NsZftnYv>
- <http://jamurtanjungpinang.wordpress.com/2013/03/18/manfaat-dan-kandungan-gizi-dalam-jamur-tiram>
- <http://www.teruskan.com/20758/manfaat-dan-kandungan-gizi-jamur-tiram.html>