



GULAI AMPAI: SIMBOL PERJUANGAN DAN KECERDASAN PEREMPUAN PRA DAN PASCA KEMERDEKAAN

Desy Arisandi¹, Satinem²

^{1,2}Universitas PGRI Silampari, Lubuklinggau, Indonesia

ARTICLE INFORMATION	A B S T R A C T
Received: 17 April 2025 Revised: 5 Mei 2025 Available online: 12 Juli 2025	<p>Penelitian ini berjudul <i>Gulai Ampai: Simbol Kecerdasan dan Perjuangan Perempuan Pra Kemerdekaan dan Pasca Kemerdekaan</i>. Melalui penelitian ini, penulis berupaya mengkaji lebih dalam hubungan gulai ampai dengan kecerdasan dan perjuangan perempuan dalam memenuhi kebutuhan gizi keluarganya ditengah penindasan dan patriarki penjajah dan pribumi. Adapun tujuan khusus dari penelitian ini meliputi: 1) mendeskripsikan hubungan gulai ampai dengan perjuangan dan kecerdasan perempuan. 2) mendeskripsikan manfaat dari bahan-bahan sederhana dalam gulai ampai. 3) nilai-nilai yang terkandung dalam gulai ampai. Subjek pada penelitian ini adalah Musi Rawas, Lubuklinggau, Muratara, khususnya para tokoh adat, dan anggota keluarga yang masih memasak gulai ampai. Objek Penelitian: gulai ampai yang terdapat di Musi Rawas dan Muratara.</p>
KEYWORDS	
<i>Gulai Ampai, Perjuangan, Kecerdasan Perempuan</i>	
CORRESPONDENCE	
E-mail: desyarisandi.arnas@gmail.com	

INTRODUCTION

Menyusuri sejarah sebuah daerah dapat melalui makanannya. Ada banyak makanan khas yang membuat sebuah daerah dikenal karena kebudayaannya. Termasuklah gulai ampai. Sayur bening yang sederhana menjadi ciri khas kecerdasan perempuan di tengah serba kekurangan pangan. Sayur bening menjadi representasi atas ketangguhan kaum perempuan yang harus berperan di dua panggung yang kejam: kolonialisme yang tak pandang gender dan rumah tangga yang meletakkannya sebagai properti domestik. Gulai Ampai seakan hanya masakan rumahan. Ia hadir ke ruang publik apalagi dikemas secara komersial karena sebagai temuan rakyat biasa (Freedman & Ling, 2019). Namun dari temuan yang dianggap biasa menjadikan perempuan di Musi Rawas dapat memenuhi gizi keluarga dengan bahan-bahan sederhana.

Arnas (2016:12) menyatakan bahwa Musi Rawas dalam kurun waktu 1922-1934 merupakan masa perang gerilya. Salah satunya di Binjai, dusun di bantaran anak Sungai Musi, pribumi hidup berdampingan dengan kompeni (Belanda). Kompeni menjadikan perempuan-perempuan pribumi pilihan mereka di kabupaten ini sebagai gundik, kata ganti untuk tempat pelampiasan pria dikala mereka merindukan istri di Belanda, menjadi bantal guling kala malam tumpah, dan menjadi juru



masak agar perut tak keroncongan ketika bekerja dan lengan senantiasa kuat untuk mengokang senjata ketika ada pribumi yang membuat ulah.

Perempuan-perempuan, di mana pun berada, adalah orang-orang yang paling dekat dengan aktor antagonis sejarah. Mereka kerap dianggap sebagai properti sekaligus aksesori. Para perempuan di pra kemerdekaan hanya menjadi objek kekuasaan, menjadi selir penghibur, pembantu, atau pekerja domestik yang hanya dihitung dengan angka. Sementara para laki-laki dari golongan rakyat jelata adalah penonton dari ketakberdayaan pasangan atau ibu atau anak perempuan mereka. Dalam kesempatan yang ironi, laki-laki biasa akan menjelma elit dalam lingkaran domestik. Perempuan, bagaimanapun posisinya, akan selalu di bawah, akan selalu tersiksa (Rahayu, 2017).

Ketika laki-laki dipaksa membangun rel kereta api yang telah melintas dari Palembang ke Lubuklinggau, para perempuan akan sibuk mempersiapkan bekal yang cukup untuk para suami dan anak laki-laki. Masa itu, sayur ampai menjadi bekal wajib bagi mereka. Dengan alasan sederhana: kuahnya bisa membuat nasi lebih gurih dan daun-daun sayur yang jadi bahannya membuat makan siang kaya serat.

RESEARCH METHOD

Metode penelitian yang digunakan adalah etnografi. Menurut James dan Spradley (2007:54) menyatakan bahwa metode ini bertujuan untuk mendapatkan deskripsi dan analisis mendalam tentang kebudayaan berdasarkan penelitian lapangan yang memungkinkan peneliti untuk terlibat langsung dalam kehidupan sosial masyarakat, mengamati, serta mendokumentasikan praktik budaya secara mendalam.

Menurut Ramdiani (2014:59) menyatakan bahwa suatu bentuk penelitian yang berfokus pada makna sosiologi melalui observasi lapangan tertutup dari fenomena sosiokultural. Penelitian etnografi termasuk bahasa, ritual, struktur ekonomi dan politik, tahap kehidupan, interaksi dan gaya komunikasi. Untuk memahami pola etnografis suatu kelompok, etnografer biasanya menghabiskan waktu yang cukup lama untuk melakukan wawancara, mengamati, dan mengumpulkan dokumen tentang kelompok tersebut untuk memahami budaya mereka termasuk berbagai perilaku, keyakinan dan bahasa yang digunakan oleh kelompok tersebut.



Melalui pendekatan ini, peneliti dapat menangkap nilai-nilai, makna simbolik, serta perspektif masyarakat lokal yang sering kali tidak tertulis namun hidup dalam tradisi. Penelitian ini menekankan pada pemahaman simbol gulai ampai pada sejarah, bahan-bahan dan nilai-nilai yang terkandung dari gulai ampai.

RESULTS AND DISCUSSION

Sejak 1800-an, gandum dan daging senantiasa tersedia di dapur para pejabat Belanda. Susu juga selalu dalam keadaan segar. Tak jarang, untuk memenuhi kebutuhan pangan itu, kompeni rela menunggu kiriman dari Batavia. Siapa yang bertanggung jawab terhadap urusan dapur itu? Perempuan pribumi akhirnya mahir membuat roti dan menggoreng atau memanggang daging dengan garam dan atau lada hitam saja sebagai bumbunya. Namun, mereka tak diperkenankan merasakan seperti apa lembut-manisnya roti dan atau kenyal-gurahnya daging sapi panggang. Mereka diharuskan menghafal resep. Keliru menakar dan mengolah, alamat nasib dalam siksa dan bahaya.

Di Era Orde Baru, ketika pertanian digalakkan atas alasan swasembada beras, penanaman padi di ladang di bukit dan tengah hutan (bukan hanya di sawah) turut memberi sumbangsih pada lestarnya sayur ampai. Sayur ampai kerap dimasa dan dihidangkan untuk para peladang ketika membuka lahan, *nugal*, dan memanen, aktivitas ladang yang dilakukan bergotong-royong.



Gambar 1. Gulai Ampai Ikan Salai. Sumber: Dokumentasi pribadi (2025)

a. Tedawan Lebek

Tedawan berasal dari kata *cendawan* alias jamur. Sementara *lebek* berasal dari kata *lembek* yang berarti kurang keras dan berair. Dengan demikian meskipun jamur kuping tumbuh di mana



pun. Namun, gulai ampai hanya menggunakan *tedawan lebek* alias jamur kuping yang masih basah. Ini tentu sangat berbeda dengan jamur kuping yang banyak beredar (termasuk di mal atau supermarket di kota) yang keringkan terlebih dahulu sebelum dikemas (diplastikkan).

Bagi masyarakat Musi Rawas, gulai ampai tanpa ikan asap masih sah disebut gulai ampai. Namun, gulai ampai tanpa *tedawan lebek* adalah sayur bening biasa.



Gambar 2. Tedawan Lebek

Manfaat tedawan lebek pada gulai ampai adalah membantu merawat sel-sel tubuh, di dalam kandungannya, *tedawan lebek* alias *tedawan lebek* memiliki sedikit kalori dan lemak, tapi tinggi protein. Satu gelas *tedawan lebek* menyediakan 80 kalori dengan lemak kurang dari 1 gram dan 2,6 gram protein.

b. Daun Katuk



Gambar 3. Daun Katuk.

Di Musi Rawas, perempuan yang habis melahirkan dianjurkan untuk banyak makan sayur bening karena kuahnya dipercaya dapat memperlancar air ASI. Gulai ampai akan selalu menjadi



sajian rumahan di rumah yang dihuni perempuan atau ibu yang baru melahirkan. Gulai ampai menjadi alternatif. Selain untuk memperkaya rasa dan variasi hidangan makanan, gulai ampai biasanya dimasak dengan memperbanyak sayur katuk di dalamnya.

c. Ruku-Ruku

Tanaman daun ruku-ruku juga diolah ke dalam gulai ampai. Peranan daun ruku-ruku di dalam gulai ampai adalah memberikan aroma yang segar di dalam gulai ampai. Rasa mint ketika mengigit daun ini memberikan sensasi pedas ketika menghirup.



Gambar 4. Daun ruku-ruku.

Tanaman berdaun kecil ini, menurut Bibitbunga.com, memiliki khasiat yang jarang diketahui. Kandungan Vitamin A dan C, zat besi, klorofil, zinc dan kalsium di dalamnya membuat mereka yang mengonsumsinya merasa tenang karena daun ini, ketika dimasak, mengeluarkan aroma yang bersifat antidepresan. Selain itu, daun ini juga menjaga kesehatan lambung karena bersifat menurunkan asam lambung dan menangani luka dan melawan infeksi.

d. Daun Kunyit

Di dalam gulai ampai, daun kunyit digunakan sebagai bumbu masakan. Uniknya gulai ampai tidak menggunakan rimpangnya. Selain memberikan rasa getir pada kuah, rimpang (kunyit) akan membuat kuah gulai ampai seperti gulai pada umumnya. Seperti yang kita ketahui, gulai ampai adalah sayur berkuah bening.

Penggunaan daun kunyit pada gulai ampai tak terlalu banyak. Biasanya hanya 1-2 lembar. Meskipun begitu, sensasi daun kunyit yang diberikan di dalam gulai ampai akan memberikan aroma segar yang berpadu dengan citarasa daun ruku-ruku.



Gambar 5. Daun kunyit

Daun kunyit dalam membuat gulai ampai berkhasiat memperlancar pencernaan. Keberadaan antioksidan serta antiradang kurkumin dalam kunyit membuat saluran pencernaan tidak sensitif terhadap bakteri atau gangguan lainnya. Dengan demikian, daun kunyit menjadi bahan pengobatan alami yang mudah didapatkan.

Kalau kunyit dan jahe hanya digunakan bagian daunnya. Hal yang berbeda dengan lengkuas. Rimpang maupun daunnya tidak digunakan, sebab gulai ampai hanya menghendaki batang mudanya sebagai bumbu.

CONCLUSION

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan maka dapat disimpulkan bahwa Gulai ampai ternyata sudah dikenal sejak dulu kala sebagai sajian harian masyarakat Melayu, khususnya mereka yang memiliki ladang atau tinggal di bantaran (anak) Sungai Musi. Hal ini menunjukkan bahwa gulai ampai adalah hidangan yang tak bisa dilepaskan secara sejarah, kebudayaan, dan kebiasaan dalam hidup masyarakatnya. Lalu, disadari atau tanpa disadari oleh masyarakat waktu itu, bahan-bahan membuat gulai ampai itu sendiri ternyata memancarkan nilai-nilai yang selaras dengan perikehidupan masyarakat Melayu Musi Rawas, Lubuklinggau dan Muratara yakni: nilai kesederhanaan dan kebermanfaatannya.

REFERENCES

Asnan, G. (2016). *Sungai dan Sejarah Sumatra*. Penerbit Bamboe. Jakarta.



Bai. Wawancara Gulai Ampai. Desa Taba Renah. 25 Maret 2025.

Benarkah Jamur Jadi Rahasia Awet Muda? <https://www.cnnindonesia.com/gaya-hidup/20160118155624-277-105099/>

Christensen, M. (2017). *“Jelly Ear and Its Hidden Miracles”*. Queensland Report. Queensland.

Freedman, P., & Ling, K. S. (2019). *Budaya dan Kuliner: Memoar Tentang Peranakan Dapur China Peranakan di Jawa Timur*. Gramedia Pustaka Utama.

Janika, Mulia. (1996) *Gulai Ampai, “Sayur atau Sup”*. Makalah. Universitas Sriwijaya, Palembang.

James P. Spradley. (2007). *Metode Etnografi*. Yogyakarta: Tiara Wacana, . Edisi II

Rahayu, A. (2017). *Ketidakadilan Gender pada Novel Midah Si Manis Bergigi Emas Karya Pramoedya Ananta Toer dalam Perspektif Alquran dan Hadis serta Implikasinya terhadap Pembelajaran Bahasa dan Sastra Indonesia di Sekolah* (Bachelor's thesis, Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan).

Ramdiani, S. (2014). *Pelestarian Nilai-nilai Kearifan Lokal Upacara Adat Ngalaksa Dalam Upaya Membangun Karakter Bangsa (Studi Pada Masyarakat Rancakalong Kabupaten Sumedang)*. (Tesis). Sekolah Pascasarjana, Universitas Pendidikan Indonesia.