

## **PEMANFAATAN PEKARANGAN MELALUI KEGIATAN KEBUN GIZI DI DESA SUMBER MALANG BONDOWOSO**

### *LAND UTILIZATION THROUGH NUTRITIONAL GARDENS IN SUMBER MALANG VILLAGE BONDOWOSO*

<sup>1)</sup> **Aprilya Fitriani**, <sup>2)</sup> **Siti Muawanah**

<sup>1)</sup>Dosen Prodi Manajemen Dakwah, <sup>2)</sup>Mahasiswa Prodi Sejarah Peradaban Islam  
Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Jember

Jl. Mataram No.1, Kelurahan Mangli, Kecamatan Kaliwates, Kabupaten Jember

<sup>1)</sup> [apriilya.fitriani@gmail.com](mailto:apriilya.fitriani@gmail.com), <sup>2)</sup> [sitimuawanah288@gmail.com](mailto:sitimuawanah288@gmail.com)

#### **ABSTRAK**

*Kebun Gizi merupakan program berbasis masyarakat dalam memenuhi kebutuhan buah dan sayur dengan memanfaatkan lahan pekarangan maupun media lain seperti hidroponik. Mahasiswa mengadakan penyuluhan dan sosialisasi kepada masyarakat untuk memperkenalkan kebun gizi di Desa Sumber Malang. Tujuan penyuluhan dan sosialisasi kebun gizi adalah mengajak masyarakat desa untuk hidup sehat, memanfaatkan lahan yang sempit, dan membantu pertumbuhan ekonomi masyarakat yang ada di Desa Sumber Malang. Metode pelaksanaan kegiatan diawali dengan penyampaian materi dan penanaman tanaman hidroponik dan pupuk cair, selanjutnya praktek langsung kepada perangkat desa dan beberapa masyarakat Desa Sumber Malang mengenai cara mengelola kebun gizi yang baik dan benar. Hasil penyuluhan dan sosialisasi kebun gizi diharapkan memberikan motivasi bagi masyarakat untuk memulai hidup sehat dan bersih, memanfaatkan lahan sempit serta dapat membantu pertumbuhan ekonomi masyarakat Desa Sumber Malang.*

**Kata Kunci : Kebun Gizi, Penyuluhan, Sosialisasi, Hidroponik**

#### **ABSTRACT**

*Nutritional Gardens is a community-based program in meeting the needs of fruit and vegetables by utilizing yard land and other media such as hydroponics. Students held counseling and outreach to the community to introduce nutrition gardens in Sumber Malang Village. The purpose of counseling and socialization of nutrition gardens is to invite rural communities to live healthy lives, utilize limited land, and help the economic growth of communities in Sumber Malang Village. The method of implementing the activity begins with the delivery of materials and planting hydroponic plants and liquid fertilizer, then direct practice to village officials and some people in Sumber Malang Village on how to manage a good and correct nutrition garden. The results of counseling and socialization of nutrition gardens are expected to provide motivation for the community to start a healthy and clean life, utilize narrow land and help the economic growth of the people of Sumber Malang Village.*

**Keywords : Nutritional Gardens, Counseling, Socialization, Hydroponic**

## **PENDAHULUAN**

Desa Sumber Malang merupakan salah satu desa yang berada di Kecamatan Wringin, Kabupaten Bondowoso, Jawa Timur. Secara Geografis Desa Sumber Malang berada pada ketinggian 458 sampai dengan 516 meter di atas permukaan laut. Topografi Desa Sumber Malang terdiri dari persawahan dan pegunungan. Sebagian besar penduduk berprofesi sebagai petani dan peternak. Dalam melakukan usaha budidaya pertanian, masyarakat desa bergantung kepada curah hujan dan air sungai untuk mengairi daerah perkebunan. Dalam upaya meningkatkan dan mencukupi kebutuhan masyarakat, perlu mengoptimalkan dan memanfaatkan lahan pekarangan yang kosong untuk ditanami sayuran atau tumbuhan lain menjadi kebun gizi, sehingga dapat menambah penghasilan dan mencukupi kebutuhan masyarakat.

Kebun gizi merupakan perkebunan dengan konsep tumbuhan yang ditanam memiliki nilai gizi bagi manusia. Program ini memanfaatkan lahan sebagai akses pemenuhan gizi keluarga. Harapan melalui program ini semakin banyak masyarakat yang bisa mengonsumsi makanan bergizi (minimal sayur atau buah). Indonesia kaya akan sumber daya alamnya, namun tidak menutup kemungkinan bahwa rendahnya ketahanan pangan dan rendahnya daya beli masyarakat Indonesia rentan terjadi. Sehingga akan menimbulkan masalah yang memerlukan bantuan dan dukungan dari pemerintah khususnya masyarakat. Dalam Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 36 Tahun 2009 tentang kesehatan, Bab VIII yang membahas masalah gizi, Pasal 141, Ayat (2) Menyatakan bahwa peningkatan mutu gizi dilakukan melalui :

- a. Perbaikan pola konsumsi makanan yang sesuai dengan gizi seimbang
- b. Perbaikan perilaku sadar gizi, aktivitas fisik dan kesehatan
- c. Peningkatan akses dan mutu pelayanan gizi yang sesuai dengan kemajuan ilmu dan teknologi, dan
- d. Peningkatan sistem kewaspadaan pangan dan gizi.

Pada Ayat (3) dinyatakan bahwa pemerintah daerah dan atau masyarakat bersamasama menjamin tersedianya bahan makanan yang mempunyai nilai gizi yang tinggi secara merata dan terjangkau. Dan pada Pasal 142 Ayat (1) Menyatakan bahwa upaya perbaikan gizi dilakukan pada seluruh siklus kehidupan sejak dalam kandungan sampai dengan lanjut usia dengan prioritas kepada kelompok rawan yaitu bayi dan balita, remaja perempuan, dan ibu hamil dan menyusui. Pemerintah Pusat melalui Kementerian Kesehatan, juga pernah mengenalkan istilah *Kadarzi* (Keluarga Sadar Gizi). *Kadarzi* merupakan suatu keluarga yang mampu mengenal, mencegah dan mengatasi masalah gizi setiap anggota keluarganya. Salah satu indikator yang ada dalam *Kadarzi* adalah suatu keluarga mampu mengonsumsi makanan yang beraneka ragam untuk memenuhi kebutuhan gizi mereka.

Pendampingan terhadap masyarakat Desa Sumber Malang dalam mewujudkan kebun gizi sangat penting untuk dilakukan. Karenanya hal ini akan berpengaruh terhadap

ketahanan pangan masyarakat, sehingga kesehatan masyarakat tetap stabil karena gizi yang terpenuhi. Upaya pengoptimalan aset-aset yang ada di masyarakat ini diharapkan mampu mengoptimalkan fungsi lahan pekarangan masyarakat tidak hanya sebagai penyedia kebutuhan pangan, namun sekaligus menjadi sarana edukasi bagi masyarakat untuk memahami manfaat serta kandungan gizi dari apa yang dikonsumsi sesuai dengan yang dibutuhkan oleh masing-masing anggota keluarga. Sehingga kegiatan ini mampu mempercepat serta menunjang usaha perbaikan gizi yang selama dilakukan oleh Pemerintah Kabupaten Bondowoso, maupun oleh masyarakat sendiri.

Program pengabdian ini memiliki tujuan untuk memanfaatkan lahan pekarangan milik individu yang belum dimanfaatkan oleh masyarakat. Selain itu menumbuhkan kesadaran masyarakat mengenai kesehatan terutama menurunnya kandungan gizi bagi masyarakat di Desa Sumber Malang Kecamatan Wringin Kabupaten Bondowoso. Hal ini dilakukan dengan cara memberikan pengetahuan kebun gizi melalui penyuluhan dan sosialisasi pada masyarakat, yang selanjutnya mempraktikkan pembuatan kebun gizi bersama masyarakat.

## **METODE PELAKSANAAN KEGIATAN**

### **Waktu dan Tempat**

Kegiatan penanaman kebun gizi dilaksanakan pada Jum'at, 19 Februari 2021. Bertempat di Dusun Sempol, Desa Sumber Malang, kecamatan Wringin, Kabupaten Bondowoso, Jawa Timur.

### **Pendekatan Mitra**

Metode awal pelaksanaan penanaman kebun gizi dilakukan dengan sistem pelatihan kepada perangkat desa dan sebagian warga desa Sumber Malang yang berprofesi sebagai petani. Sebelum dilakukan pelatihan, terlebih dahulu dilakukan pendekatan kepada masyarakat melalui silaturahmi, dan diawali diskusi dengan warga setempat mengenai potensi yang ada di desa Sumber Malang tersebut, dilihat sebagian besar mayoritas penduduk desa Sumber Malang berprofesi sebagai petani. Setelah dilakukan pendekatan, kemudian diikuti dengan sosialisasi tentang kebun gizi dan manfaat yang akan di terima oleh masyarakat. Pelaksanaan kegiatan penanaman kebun gizi dilakukan oleh masyarakat dengan dibantu fasilitator sebagai pengarah dan pembimbing terkait cara penanaman yang benar sehingga masyarakat mampu melakukannya sendiri.

### **Prosedur Pelaksanaan**

Pelaksanaan kegiatan dimulai dengan silaturahmi dengan perangkat desa dan staf desa lainnya, serta sebagian warga yang berprofesi sebagai petani yang berperan penting selama kegiatan berlangsung. Adanya Silaturahmi tersebut bertujuan untuk menyampaikan

maksud dan tujuan diadakannya kegiatan penanaman kebun gizi serta meminta bantuan dan kerja sama agar kegiatan penanaman kebun gizi dapat berlangsung.

Penentuan lokasi penanaman kebun gizi pertama bertempat di balai desa agar menjadi acuan atau contoh kepada masyarakat jika penanaman kebun gizi tersebut tumbuh dan berkembang baik, bila ditinjau dari lokasi balai desa yang setiap waktu akan di kunjungi oleh warga. Yang kedua lokasi penanaman kebun gizi bertempat di dusun Sempol sendiri tepatnya di salah satu rumah warga yang memang memiliki akses penanaman bibit pohon sengon. Pelaksanaan kegiatan penanaman kebun gizi melibatkan warga yang berprofesi sebagai petani dan perangkat desa. Kegiatan tersebut dibantu oleh fasilitator yang mengarahkan dan mengajarkan para warga selama kegiatan berlangsung.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan Pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan di desa Sumber Malang di Kecamatan Wringin tepatnya di Dusun Sempol. Produk yang dihasilkan dari kegiatan pengabdian ini adalah Program Kebun Gizi dengan cara hidroponik menggunakan lahan pekarangan untuk ditanami sekitar 20 *polybag* tanaman. Program berbasis masyarakat ini menjadi upaya untuk memenuhi kebutuhan pangan seperti sayur-sayuran ditengah masyarakat dengan memanfaatkan lahan pekarangan maupun media lainnya. Tujuan dari produk ini adalah mengajak masyarakat desa untuk hidup sehat, pemanfaatan lahan yang sempit, juga dapat meringankan dan membantu perekonomian masyarakat di Desa Sumber Malang.

Lahan pekarangan sendiri merupakan sebidang tanah di sekitar rumah, baik itu berada di depan, di samping maupun di belakang. Pemanfaatan lahan pekarangan yang paling cocok dilakukan adalah dengan ditanami oleh tanaman sayur atau buah-buahan. Lahan pekarangan juga dapat dimanfaatkan untuk budidaya tanaman buah dan sayuran. Iklim di Indonesia yang tropis juga sangat cocok untuk pembudidayaan tanaman sayuran yang merupakan salah satu dari tanaman kebutuhan konsumsi masyarakat. Penanaman tanaman sayur sebagai upaya pemanfaatan lahan pekarangan dapat menjadi salah satu penyedia gizi sehat keluarga, apabila pemanfaatan lahan pekarangan ini bisa dijadikan sebagai usaha dan dikelola secara intensif maka dapat memberikan sumbangan pendapatan untuk meringankan masalah ekonomi keluarga.

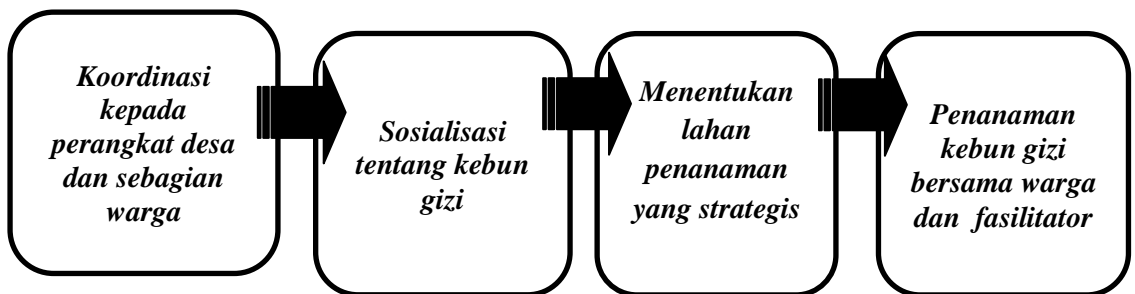
Lahan pekarangan memiliki banyak manfaat, antara lain sebagai sumber bahan pangan tambahan, sumber pendapatan keluarga, sumber keindahan (estetika), dan wahana kegiatan bagi kaum wanita. Komoditi yang dapat diusahakan untuk lahan pekarangan sebaiknya disesuaikan dengan komoditi unggulan daerah yang bersangkutan, peluang pasar, dan nilai guna meliputi:

- 1) Sayuran dan buah: a. sayuran buah seperti cabai besar, cabai rawit, tomat, terong, mentimun, pare dan paprika. b. sayuran daun seperti kangkung, caisim, bawang daun,

bawang, kubis, kemangi, seledri, selada dan sawi. c. sayuran bunga seperti kol, brokoli dan bunga papaya. d. sayuran umbi seperti wortel, kentang, bawang merah, bawang putih, dan lobak serta tanaman bumbu dan empon-emponan seperti kencur, serai, lengkuas, temu kunci, kunyit dan lain-lain.

- 2) Ternak: unggas dan kambing.
- 3) Ikan: ikan hias, ikan produksi daging, pembenihan dan lain-lain.

Progam kebun gizi mampu memberikan dampak dan manfaat yang positif untuk masyarakat khususnya mengenai perilaku hidup bersih dan sehat berkaitan dengan kebiasaan makan sayur, manfaat aspek ekonomi, ketahanan pangan dan partisipasi masyarakat. Keberadaan kebun gizi memiliki manfaat dalam aspek fisik dan manfaat sosial yang mempengaruhi gizi di masyarakat hingga manfaat ekonomi yaitu pendapatan masyarakat maupun penghematan anggaran belanja rumah tangga. Ketersediaan pangan merupakan syarat untuk mencapai status ketahanan pangan yang baik.



Gambar 1. Prosedur pelaksanaan kegiatan

Kebun gizi sendiri yaitu program yang berbasis masyarakat sebagai upaya pemenuhan kebutuhan buah dan sayur dengan memanfaatkan lahan pekarangan maupun media lain seperti hidroponik ataupun menggunakan media paralon. Dalam melakukan kegiatan kebun gizi mahasiswa mengadakan penyuluhan dan sosialisasi yang bertempat di balai Desa Sumber Malang yang dihadiri masyarakat dan perangkat desa, sedangkan untuk peletakan tanaman dan praktiknya dilakukan di Dusun Sempol dan balai Desa Sumber Malang.

Dalam melaksanakan penyuluhan dan sosialisasi kepada masyarakat Desa Sumber Malang ada beberapa tahapan: *Pertama*, silaturahmi kerumah parangkat dan staf desa serta warga yang berprofesi sebagai petani yang bertujuan untuk menyampaikan maksud dan tujuan diadakannya program kebun gizi, juga meminta bantuan dan kerja sama agar kegiatan penanaman kebun gizi dapat berlangsung. *Kedua*, penentuan tempat sosialisasi dan tempat penanaman kebun gizi adapun untuk tempat sosialisasi dan praktik didalai desa Sumber Malang, serta penanaman dan peletakan tanaman di Dusun Sempol. *Ketiga*,

pelaksanaan kegiatan penyuluhan dan sosialisasi pada tanggal 24 Februari 2021 di Balai Desa Sumber Malang yang dihadiri oleh 15 mahasiswa, 15 perangkat desa, dan 5 warga. Sosialisasi kebun gizi ini diawali dengan penyampaian materi penanaman tanaman hidroponik dan pembuatan pupuk cair. Kegiatan ini dikemas dengan dialog interaktif antara narasumber dengan perangkat desa dan beberapa masyarakat.



Gambar 2 . Penyuluhan Dan Sosialisasi Kebun Gizi

Beberapa tahapan dalam melakukan penanaman bibit kebun gizi yaitu: pemilihan benih yang akan ditanam, penyemaian benih, penyiapan media tanam seperti: tanah, *polybag* dan pupuk organik, mengisi *polybag* dengan tanah yang sudah dicampur dengan unsur hara, menaburkan benih ke dalam *polybag* yang sudah terisi tanah, memindahkan tanaman yang sudah berkecambah, pemeliharaan dan perawatan seperti mengairi tanaman yang berada didalam *polybag*, memberikan pupuk dengan kadar yang cukup tidak berlebihan, dan pemanenan. Dengan adanya penyuluhan dan sosialisasi tersebut dapat membuka inisiatif masyarakat untuk bisa mengembangkan kebun gizi.

Teknik dan media tanam untuk dipekarangan. Media tanam yang baik dapat menunjang pertumbuhan tanaman, terutama tanaman yang memiliki hasil produksi yang cukup menjanjikan seperti sayuran dan buah. Media tanam secara fisik, biologi, dan kimia harus mampu menyediakan kebutuhan tanaman, sehingga media tanam tersebut dikatakan baik. Media tanam yang baik memiliki beberapa karakteristik antara lain :

- 1) Menyediakan ruang tumbuh bagi akar tanaman, sehingga media tanam harus kuat menopang tanaman.
- 2) Memiliki porositas yang baik, yaitu air dapat terserap kedalam tanah, memiliki kemampuan oksigen dan kelembapannya sesuai.
- 3) Memiliki unsur hara yang dibutuhkan oleh tanah untuk pertumbuhan. Hal ini disebabkan oleh pupuk dan atau mikroorganisme di dalam tanah.
- 4) Tidak mengandung bibit penyakit sehingga tanaman bebas hama dan penyakit.

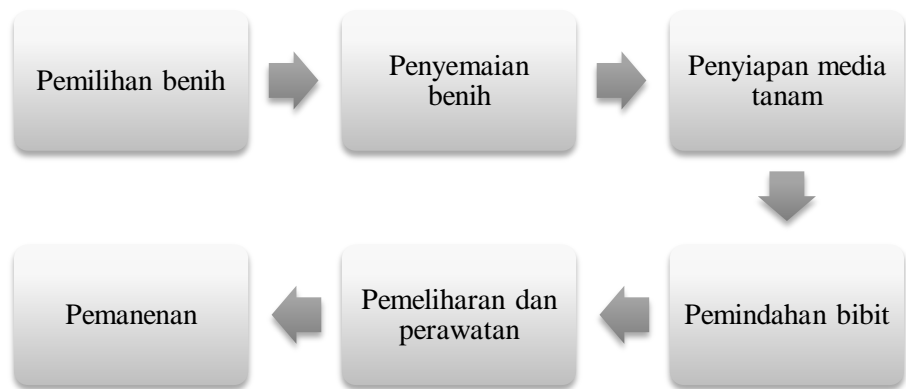
Cara yang dapat dilakukan dalam penanaman sayuran dan buah dipekarangan

dimulai dari pemilihan benih hingga pemanenan. Berikut ini adalah langkah-langkahnya :

1) Pemilihan benih :

Bertujuan untuk mensortasi / memilih benih dengan kualitas bagus. Benih yang akan digunakan harus memiliki persyaratan sebagai berikut :

- a) Dihasilkan dari induk yang baik dan sehat
- b) Biji / benih harus murni tidak tercampur dengan benih tanaman lain
- c) Bebas dari penyakit yang mengganggu dan hama
- d) Mempunyai daya kecambah dan daya tumbuh yang cukup tinggi



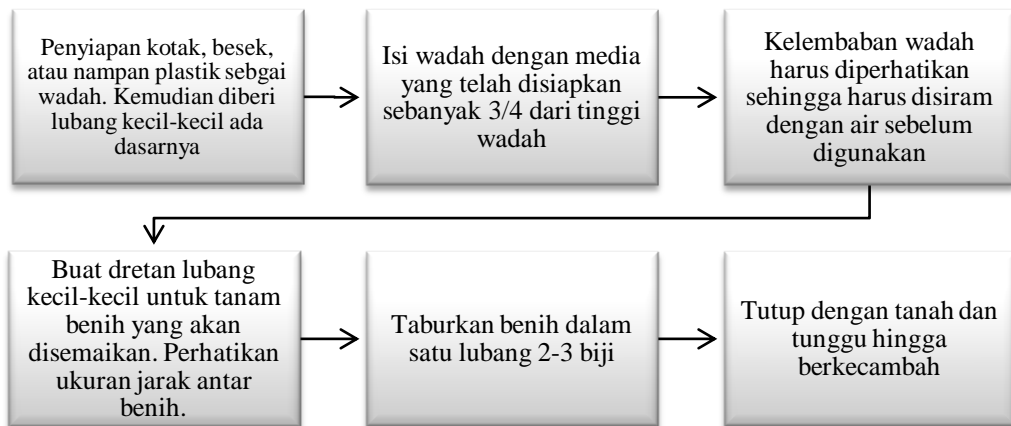
Gambar 3. Proses Penanaman Sayuran dan Buah

2) Penyemaian benih :

Beberapa benih tidak melalui proses penyemaian benih. Benih yang besar tidak melalui proses ini. Proses ini sebenarnya ditujukan untuk menyeleksi pertumbuhan benih agar benih yang didapat memiliki kualitas yang bagus dan siap untuk di tanam. Penyemaian benih ini dapat dilakukan di dalam polybag berukuran kecil, daun pisang, baki persemaian atau petakan tanah. Cara yang paling gampang adalah benih disemai di dalam baki yang berisikan tanah. Jarak persemaian harus diatur agar tidak saling berebut unsur hara. Tanaman yang sudah siap di pindah ke media yang lebih besar adalah yang sudah berumur 3-4 minggu atau memiliki daun 3-4 helai. Pembuatan persemaian bertujuan sebagai berikut:

- a) Melindungi benih yang sedang berkecambah dari gangguan seperti serangga, hama, dan pengaruh lainnya seperti hujan dan sinar matahari yang terlalu terik.
- b) Memusatkan benih pada tempat yang mudah dilakukan perawatan secara intensif
- c) Menghasilkan bibit yang baik

Langkah-langkah dalam penyiapan persemaian benih yaitu :



Gambar 4. Proses penyemaian benih.

4) Penyiapan media tanam :

Media seperti *polybag*, pot plastik atau sejenisnya dapat disiapkan ketika benih sudah tumbuh dan siap dilakukan pemindahan benih ke dalamnya. Media ini biasanya merupakan campuran dari tanah dan pupuk dengan perbandingan tertentu. Seperti tanah, pasir halus dan pupuk kandang dengan perbandingan 1:1:1.

5) Pemindahan bibit :

Bibit yang telah siap dipindah dapat dipindahkan ke media. Pemindahan dilakukan dengan hati-hati dan diusahakan masih ada tanah yang menempel. Akar diusahakan agar tidak rusak, dan tidak tertekuk, dan sedapat mungkin lurus dan seluruhnya masuk ke dalam lubang tanam.

5) Pemeliharaan dan perawatan :

Perawatan tanaman bisa dilakukan dengan pemupukan secara teratur, penyiraman air, pemotongan daun atau tunas agar buahnya rimbun. Pemeliharaan ini dilakukan rutin untuk mendapatkan hasil yang maksimal. Pada saat pemeliharaan dapat pula dilakukan penyiangan atau pembersihan terhadap tanaman pesaing yang mungkin dapat mengganggu pertumbuhan tanaman.

6) Pemanenan :

Dilakukan setelah tanaman tumbuh dan berbuah, serta untuk sayuran daun sudah cukup umur untuk dipanen. Teknik dan media yang dapat digunakan untuk menanam tanaman di pekarangan antara lain :

1) Pot dan *Polybag*

Pot merupakan media yang paling umum digunakan untuk menanam. *Polybag* juga merupakan media yang sering digunakan dalam pembibitan dan bertanam karena dapat menghemat lahan. *Polybag* merupakan plastik yang biasanya berwarna hitam yang terdapat



lubang kecil untuk sirkulasi air. *Polybag* digunakan untuk mengganti pot. Kelebihan menggunakan *polybag* antara lain adalah mudah digunakan, harga murah, tidak mudah karatan, tahan lama dan ringan. Sayuran dan buah yang dapat ditanam dengan *polybag* antara lain bayam, cabai, tomat, sawi, dll. Beberapa cara perlu dikembangkan untuk membuat tanaman dalam pot cepat berbuah, yaitu :

- (a) Pemilihan jenis tanaman yang sesuai dengan ketinggian tempat
- (b) Pemilihan bibit tanaman diikuti dengan pemilihan media tanam dan pot serta pemupukan dan perawatan yang rutin
- (c) Menyiapkan media tanam dan pot. Pot sebaiknya mengandung tanah 50%, pasir 20%, dan bahan organik 30%.
- (d) Pemupukan tidak boleh melebihi dosis yang dianjurkan karena dapat merusak tanaman
- (e) Pengendalian hama dan penyakit yang menyerang dengan pemangkasan Hasil yang didapatkan dari adanya kegiatan kebun gizi ini menghasilkan buah dan sayuran yang higienis, bersih dan sehat karena prosesnya tanpa menggunakan bahan kimia seperti pupuk pestisida. Dari adanya lahan sempit didesa Sumber Malang dapat dimanfaatkan sebagai kebun gizi yang bisa meringankan dan membantu perekonomian masyarakat setempat.

#### a. Vertikultur

Vertikultur berasal dari bahasa Inggris yaitu *vertical* dan *culture*. Maksudnya sendiri di dalam dunia pertanian merupakan teknik bercocok tanam di ruang sempit dengan memanfaatkan bidang vertikal sebagai tempat bercocok tanam yang bertingkat. Di negara maju, vertikultur sudah menjadi gaya hidup karena terbatasnya lahan pekarangan. Kelemahan dan kelebihan menggunakan teknik ini antara lain media yang digunakan untuk menanam harus mampu menyerap air agar air tidak menggenang. Selain itu, dalam satu rangkaian berbagai macam sayuran dapat sekaligus ditanam. Adapun kelemahan dari teknik ini antara lain apabila tanaman di bawahnya tertutupi tanaman yang di atasnya, maka tidak akan terkena sinar matahari, dan investasi awal dari pembuatan rak ini membutuhkan cukup banyak uang. Sistem *vertikultur* dapat ditempatkan dimana saja asalkan tanaman dapat terkena sinar matahari.

Penempatan di teras yang sempit ataupun di dalam ruangan tidak menjadi masalah pada teknik ini. Yang harus diperhatikan adalah pengendalian hama yang mungkin menyerang pada tanaman haruslah dilakukan dengan cara yang tidak membahayakan. Sistem ini juga memungkinkan tumbuhnya rumput dan gulma lebih kecil dan mempermudah pemeliharaan. Jenis tanaman yang dapat ditanam secara *vertikultur* adalah sawi, kucai, pokcoi, kangkung, bayam, *caisim*, selada bokor, seledri dan bawang daun. Teknik *vertikultur* cukup mudah untuk dibuat. Pembuatannya diawali dengan merangkai rak yang akan digunakan sebagai kerangkanya. Rak tersebut dapat disusun dari talang air,

bambu, kaleng bekas, botol bekas ataupun pot susun. Kemudian untuk media tanamnya dapat dibuat dari campuran tanah, kompos dan sekam bakar dengan perbandingan 1:1:1. Setelah media dibuat, tanah dimasukkan kedalam rak dengan tidak memadatkan tanah tersebut karena dapat membuat air tidak akan mengalir.

b. Hidroponik

Hidroponik merupakan lahan budidaya pertanian tanpa menggunakan media tanah, yaitu dijalankan dengan menggunakan air sebagai media untuk menggantikan tanah. Teknik ini dapat dimanfaatkan untuk lahan pekarangan yang sempit. Sayuran yang dapat ditanam dengan sistem hidroponik antara lain selada, sawi, tomat, cabai, brokoli, asparagus, dll.

Terkadang ukuran sayuran tidak sama antara yang ditanam di tingkat atas dan bawah pada model hidroponik. Hal ini dapat terjadi karena proporsi nutrisi dan sinar matahari yang tidak merata. Tanaman bagian atas menerima nutrisi awal sehingga pertumbuhannya maksimal, sedangkan tanaman yang berada pada tingkat bawahnya menerima sisa nutrisi yang dialirkan ke bawah. Keuntungan menggunakan hidroponik sebagai salah satu alternatif pemanfaatan pekarangan antara lain :

- 1) Keberhasilan tanaman untuk tumbuh dan berproduksi lebih terjamin
- 2) Perawatan lebih praktis dan gangguan hama terkontrol
- 3) Pemakaian pupuk lebih hemat
- 4) Tanaman yang mati lebih mudah diganti dengan tanaman baru
- 5) Tidak butuh banyak tenaga dalam perawatan
- 6) Tanaman tumbuh lebih cepat dan tidak kotor
- 7) Hasil produksi lebih tinggi dibandingkan yang ditanam di tanah
- 8) Harga jual produk hidroponik lebih tinggi dibandingkan yang lain
- 9) Beberapa tanaman dapat dibudidayakan di luar musim
- 10) Tidak ada risiko banjir, erosi, kekeringan atau ketergantungan dengan alam

Hidroponik menjadi salah satu tren di keluarga di perkotaan bagi yang tidak memiliki lahan luas. Namun, dibalik kelebihanannya, hidroponik memiliki kelemahan yaitu investasi awal yang mahal, memerlukan keterampilan khusus untuk menimbang bahan kimia dan ketersediaan dan pemeliharaan perangkat hidroponik agak sulit.

Jenis pupuk yang dapat digunakan. Perawatan pada tanaman sayur dan buah perlu dilakukan pemupukan. Pupuk ini berguna bagi pertumbuhan tanaman karena tanaman juga memerlukan unsur hara untuk pertumbuhannya. Berikut ini adalah zat yang diperlukan tanaman untuk tumbuh:

1) Nitrogen (N)

Unsur nitrogen merupakan zat yang berguna bagi pertumbuhan pucuk daun dan bagian vegetatif lainnya. Pemberian pupuk nitrogen dapat menghasilkan daun yang berukuran besar dan berwarna hijau. Tanda-tanda tanaman yang kekurangan unsur nitrogen antara lain laju pertumbuhan lambat, daun berwarna kuning, berukuran kecil dan hasil

produksi rendah. Pupuk yang mengandung unsur nitrogen yaitu ZA, Urea, pupuk hijau, pupuk kandang, kotoran burung.

2) Phosphor (p)

Unsur ini diperlukan bagi pertumbuhan generatif tanaman yaitu dalam pembentukan bunga, buah dan biji. Selain itu juga untuk merangsang pertumbuhan akar agar lebih kuat. Kekurangan phosphor dapat menyebabkan pertumbuhan yang lambat dan daun tidak rimbun, buah kecil dan sangat sedikit, daun berwarna coklat. Pupuk yang mengandung unsur ini antara lain DS, TPS, pupuk hijau, pupuk kandang, kotoran burung.

3) Kalium (K)

Unsur kalium dalam pertumbuhan zat tepung (gula) pada tanaman, memperkuat tanaman sehingga tidak rebah dan tahan terhadap penyakit. Tanaman yang kekurangan unsur ini dapat dilihat dengan cirri-ciri antara lain daun paling bawah berwarna coklat, tepi pucuk coklat kering, hasil buah dan daun berkurang, rentan terhadap penyakit. Jenis pupuk yang mengandung unsur ini antara lain ZK, KCl, paten kali, abu kayu.

Hasil dari sosialisasi kebun gizi baik dan lancar. Kelebihan dari kebun gizi adalah Desa Sumber Malang mempunyai tempat atau dataran yang strategis sehingga untuk tanaman bisa berkembang lebih cepat dan baik. Untuk hal pemupukan sangatlah mudah untuk didapatkan karena kebanyakan masyarakat desa Sumber Malang memelihara hewan ternak seperti sapi, kambing, ayam dan kotoran dari hewan tersebut dapat digunakan sebagai pupuk yang berbahan organik. Dan untuk kekurangannya sendiri dalam kegiatan kebun gizi lahan disetiap pekarang berbeda-beda sehingga pertumbuhan dari tanaman kebun gizi sedikit lama. Oleh karena itu, untuk mempermudah penggunaan lahan yang sempit dapat menggunakan rak bambu bertingkat sebagai tempat penataan *polybag* yang disebut vertikultur yang dipadukan menggunakan *polybag*.

## **SIMPULAN**

Pemanfaatan lahan pekarangan yang paling cocok dilakukan adalah dengan ditanami oleh tanaman sayur atau buah-buahan. Lahan pekarangan juga dapat dimanfaatkan untuk budidaya tanaman buah dan sayuran. iklim di Indonesia yang tropis juga sangat cocok untuk pembudidayaan tanaman sayuran yang merupakan salah satu dari tanaman kebutuhan konsumsi masyarakat. Progam kebun gizi mampu memberikan dampak dan manfaat yang positif untuk masyarakat khususnya mengenai perilaku hidup bersih dan sehat berkaitan dengan kebiasaan makan sayur, manfaat aspek ekonomi, ketahanan pangan dan partisipasi masyarakat. Dalam melakukan kegiatan kebun gizi ini mahasiswa mengadakan penyuluhan dan sosialisasi yang bertempat di balai Desa Sumber Malang yang dihadiri sebagian masyarakat dan perangkat desa, sedangkan untuk peletakan tanaman dan praktiknya dilakukan di Dusun Sempol dan balai Desa Sumber Malang.

Terdapat beberapa tahapan dalam melakukan penanaman bibit kebun gizi yaitu:

menyiapkan benih yang akan ditanam, dan juga tanah, mengisi *polybag* dengan tanah yang sudah dicampur dengan unsur hara, menaburkan benih ke dalam *polybag* yang sudah terisi tanah, memindahkan tanaman yang sudah berkecambah, mengairi tanaman, memberikan pupuk dengan kadar yang cukup tidak berlebihan. Tujuan dari adanya penyuluhan dan sosialisasi tersebut diharapkan dapat membuka inisiatif masyarakat untuk bisa mengembangkan kebun gizi, mengajak masyarakat desa untuk hidup sehat, memanfaatkan lahan yang sempit, lebih dari itu dapat meringankan dan membantu perekonomian masyarakat yang ada di Desa Sumber Malang.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Ahmad, Faqih. (2020). Pemberdayaan Perempuan Melalui Pemanfaatan Dan Penataan Pekarangan. *ABDIMAS GALUH*, 2(1).
- Ashari, Saptana, Purwanti. (2016). Potensi Dan Prospek Pemanfaatan Lahan Pekarangan Untuk Mendukung Ketahanan Pangan. *Inforum Penelitian Agro Ekonomi*, 30(1).
- Ayuningtyas, Cita Eri, Septian Emma Dwi J. (2019). *Pemanfaatan Lahan Pekarangan Untuk Meningkatkan Gizi Keluarga*. Yogyakarta: Penerbit K-Media.
- Dewi, Prita Sari, Ida Widyawati. (2019). Pengenalan Teknologi Budidaya Tanaman Obat Sebagai Upaya Pemanfaatan Lahan Pekarangan Di Kelurahan Pabuwaran Purwokerto, Jawa Tengah. *Jurnal Panrita Abdi*, 2(2).
- Humayrah, Wardina, Megah Stefani, Laila Febriana. (2020). Prokimas (Program Kebun Gizi Masyarakat) Di Komunitas BGJ, Tempat Pembuangan Sampah Terpadu (TPST), Bantar Gebang, Bekasi, Jawa Barat. *Jurnal Industri Kreatif dan Kewirausahaan*, 3(2).
- Mailina B, Octora G, Novrianti E. Budidaya Sayuran Secara Vertikultur. BTPT Lampung. <http://lampung.litbang.pertanian.go.id/ind/index.php/berita/4-info-aktual/760-budidaya-sayuran-secara-vertikultur>. Published 2016. Accessed 12 Maret 2021.
- Munawaroh, Dewi Amalia. (2019). *Optimalisasi pekarangan sebagai Kebun Gizi Keluarga: pendampingan masyarakat di Desa Ngadirejo Kecamatan Rengel Kabupaten Tuban*. Thesis. UIN Sunan Ampel Surabaya.
- Nadiyah, Nurfadhilah, Nurul Aisyah, Nurwahdania. (2021). Sosialisasi Rumah Bibit Model Kebun Gizi Pada Kelompok Roo Jao Mandiri Sebagai strategi Ketahanan Pangan Keluarga Di Kelurahan Jatiwangi Kota Bima. *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA*, 4(1).
- Sutarminingsih CL. (2007). *Vertikultur Pola Bertanam Secara Vertikal*. 5th ed. Yogyakarta: Penerbit Kanisius
- Taufik A., Muhammad, Anjas Madisah, Aji Hermawan DKK. (2019). Pemanfaatan Lahan Tidur Melalui Kegiatan Kebun Gizi Di Desa Salut, Kecamatan Kayangan, Kabupaten Lombok Utara, Nusa Tenggara Barat. *Jurnal Pusat Inovasi Masyarakat*, 1(2).  
<https://www.scribd.com/document/326120661/Kebun-Gizi> (diakses pada Hari Rabu, 10 maret 2021 pukul 15.44 WIB)  
<http://www.depkes.go.id> (diakses pada Hari Rabu, 10 maret 2021 pukul 16.14 WIB)  
<http://gizi.depkes.go.id/wp-content/uploads/2012/05/ped-ops-Kadarzi.pdf> (diakses pada hari Rabu 10 maret 2021 pukul 16.33 WIB)