

PERENCANAAN KEBUN SAYUR BERBASIS RAMIS (RAMAH, AMAN, MANDIRI, SEHAT) DI BORISALLO, GOWA

Ella Andayanie¹, Ikhram Hardi², Arni Rizqiani Rusydi^{3*}, Yuliati⁴

^{1,2,3,4} Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muslim Indonesia
e-mail: arni.rizqiani@umi.ac.id

Abstrak

Lingkungan merupakan sebuah kondisi yang terikat langsung antara siapa saja yang menempati daerah tersebut dan seluruh aspek yang berada di dalamnya. Lingkungan adalah sebuah kondisi fisik di mana seluruh keadaan sumber daya alam seperti tanah, air, energi beserta seluruh flora dan fauna yang ada dan menggunakan lingkungan fisik tersebut (Fitriani et al. 2022; Muslimin et al. 2020). Selama ini pekarangan identic dengan bunga, semak, dan rerumputan. Suasannya asri dan bisa mempercantik tampilan rumah secara keseluruhan. Tapi, ada juga pemilik rumah yang ingin tamannya lebih bermanfaat sehingga dibuatlah kebun mini dengan cara menanam aneka sayuran (Sugiarti 2013). Memenuhi kebutuhan sayur sehari-hari, sebuah rumah tangga dapat memiliki kebun sayur keluarga di pekarangan yang tidak perlu luas. Apabila tamannya berukuran luas, tanaman sayur dan buah-buahan bisa langsung ditanam di tanah. Sedangkan untuk taman mungil, bisa memanfaatkan pot untuk menanam buah. Di Asia bagian timur 87% konsumsi sayur masyarakat mencapai 715 g/kapita/hari, ASIA bagian barat 56% konsumsi sayur mencapai 423 g/kapita/hari, Central ASIA sebesar 59% konsumsi sayur mencapai 423 g/kapita/hari, dan bagian ASIA selatan konsumsi sayur 71% mencapai 171 g/kapita/hari. Konsumsi sayuran minimal yang diperlukan untuk diet seimbang ialah sebesar 200g/kapita/hari (Chadha et al. 2012). Kebun sayur dimaksudkan untuk meningkatkan pengetahuan tentang sayuran, sehingga akan terbiasa mengkonsumsi berbagai jenis sayuran (Cita Eri Ayuningtyas, Septian Emma Dwi Jatmika 2020). Budidaya sayuran sangat bermanfaat untuk mengenalkan jenis sayuran baru, meningkatkan minat untuk mengkonsumsi sayuran, dan mengurangi pengeluaran untuk membeli makanan bergizi. Berdasarkan hasil observasi lapangan yang telah dilakukan, pada umumnya mata pencarian masyarakat Desa Borisallo adalah berkebun, dengan kemampuan tersebut tidaklah sulit bagi masyarakat disana dalam mewujudkan kebun sayur di lingkungan tempat tinggalnya. Rendahnya minat masyarakat dalam memanfaatkan pekarangan dilingkungan rumah mereka dan rendahnya pengetahuan masyarakat mengenai manfaat dari menanam sayuran dapat menjadi dasar pentingnya dilakukan kegiatan PkM ini. Tujuan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah Meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai manfaat sayur mayur serta manfaat berkebun di pekarangan rumah. Selain itu juga bertujuan untuk meningkatkan *skill* masyarakat mengenai perencanaan dalam membuat kebun sayur di lingkungan pekarangan rumah. Hasil kegiatan pengabdian ini menunjukkan peningkatan pengetahuan masyarakat sebesar 9,38 %. Peningkatan ini menunjukkan tingkat pemahaman masyarakat yang bertambah setelah diberikan edukasi mengenai manfaat sayuran bagi kesehatan. Hasil pengabdian ini juga di dukung oleh beberapa hasil penelitian yang menyatakan pentingnya pengetahuan mengenai manfaat sayuran bagi kesehatan (Khoirunnisa and Kurniasari 2022; Tia et al. n.d.). Setelah dilaksanakannya kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, diharapkan kepada masyarakat khususnya ibu-ibu PKK untuk dapat mengaplikasikan pengetahuan dan *skill*nya mengenai pemanfaatan kebun sayur di lingkungan sekitar pemukiman mereka secara konsisten atau berkesinambungan.

Kata kunci: Kebun Sayur, Ramah, Aman, Mandiri, Sehat

Abstract

The environment is a condition that is directly related to anyone who occupies the area and all aspects that are in it. (Fitriani et al. 2022; Muslimin et al. 2020). So far, the yard is synonymous with flowers, shrubs and grass. The atmosphere is beautiful and can beautify the overall appearance of the house. However, there are also homeowners who want their garden to be more useful, so a mini garden is created by planting various vegetables (Sugiarti 2013). To fulfill daily vegetable needs, a household can have a family vegetable garden in the yard which does not need to be large. If the garden is large, vegetable and fruit plants can be planted directly in the ground. Meanwhile, for a small garden, you can use pots to plant fruit. In eastern Asia 87% of people's vegetable consumption reaches 715 g/capita/day, in western ASIA 56% consumes vegetables reaching 423 g/capita/day, Central ASIA

59% consumes vegetables reaching 423 g/capita/day, and the ASIA share South, 71% vegetable consumption reaches 171 g/capita/day. The minimum consumption of vegetables needed for a balanced diet is 200 g/capita/day (Chadha et al. 2012). The vegetable garden is intended to increase knowledge about vegetables, so that they will get used to consuming various types of vegetables (Cita Eri Ayuningtyas, Septian Emma Dwi Jatmika 2020). Cultivating vegetables is very beneficial for introducing new types of vegetables, increasing interest in consuming vegetables, and reducing spending on buying nutritious food. Based on the results of field observations that have been made, in general the livelihood of the people of Borisallo Village is gardening, with this ability it is not difficult for the people there to create a vegetable garden in their neighborhood. The low interest of the community in utilizing the yard in their home environment and the low knowledge of the community regarding the benefits of growing vegetables can be the basis for the importance of carrying out this PkM activity. The purpose of this community service activity is to increase public knowledge about the benefits of vegetables and the benefits of gardening in the yard. In addition, it also aims to improve community skills regarding planning in making a vegetable garden in the yard of the house. The results of this community service activity showed an increase in community knowledge of 9.38%. This increase shows the level of public understanding has increased after being given education about the benefits of vegetables for health. The results of this dedication are also supported by several research results which state the importance of knowledge about the benefits of vegetables for health (Khoirunnisa and Kurniasari 2022; Tia et al. n.d.). After carrying out this community service activity, it is hoped that the community, especially PKK women, will be able to apply their knowledge and skills regarding the use of vegetable gardens in the environment around their settlements consistently or continuously.

Keywords: Vegetable Garden, Friendly, Safe, Independent, Healthy

PENDAHULUAN

Lingkungan merupakan sebuah kondisi yang terikat langsung antara siapa saja yang menempati daerah tersebut dan seluruh aspek yang berada di dalamnya. Lingkungan adalah sebuah kondisi fisik di mana seluruh keadaan sumber daya alam seperti tanah, air, energi beserta seluruh flora dan fauna yang ada dan menggunakan lingkungan fisik tersebut. Dengan tersedianya sebuah sistem yang mengharuskan setiap lingkungan untuk menjaga kebersihan dari lingkungan maka bisa didapatkan sebuah kondisi lingkungan yang kondusif dan tertata dengan baik. Agar lingkungan tetap sehat ada beberapa cara yang dapat kita lakukan. Hal yang dapat kita lakukan adalah dengan menjaga kebersihan lingkungan sekitar rumah kita (Lestari et al. 2022).

Selama ini pekarangan identik dengan bunga, semak, dan rerumputan. Suasannya asri dan bisa mempercantik tampilan rumah secara keseluruhan. Tapi, ada juga pemilik rumah yang ingin tamannya lebih bermanfaat sehingga dibuatlah kebun mini dengan cara menanam aneka sayuran (Memenuhi kebutuhan sayur sehari-hari, sebuah rumah tangga dapat memiliki kebun sayur keluarga dipekarangan yang tidak perlu luas. Apabila tamannya berukuran luas, tanaman sayur dan buah-buahan bisa langsung ditanam di tanah. Sedangkan untuk taman mungil, bisa memanfaatkan pot untuk menanam buah. Khusus untuk tanaman sayur, Apabila menanam sayur dan buah sendiri di rumah, pestisida sangat mungkin untuk dihindari. Pasalnya jumlah tanaman hanya sedikit sehingga lebih mudah mengontrol hama. Sebagian penduduk mengkonsumsi buah-buahan dan sayuran lebih rendah dari yang direkomendasikan oleh Organisasi Pangan dan Pertanian (FAO). Di Asia bagian timur 87% konsumsi sayur masyarakat mencapai 715 g/kapita/hari, ASIA bagian barat 56% konsumsi sayur mencapai 423 g/kapita/hari, Central ASIA sebesar 59% konsumsi sayur mencapai 423 g/kapita/hari, dan bagian ASIA selatan konsumsi sayur 71% mencapai 171 g/kapita/hari. Konsumsi sayuran minimal yang diperlukan untuk diet seimbang ialah sebesar 200g/kapita/hari (Chadha et al., 2012). Tingkat konsumsi sayur penduduk Indonesia masih di bawah standar kecukupan (Cita Eri Ayuningtyas, Septian Emma Dwi Jatmika 2020).

Kebun sayur dimaksudkan untuk meningkatkan pengetahuan tentang sayuran, sehingga akan terbiasa mengkonsumsi berbagai jenis sayuran (Cita Eri Ayuningtyas, Septian Emma Dwi Jatmika, 2020). Budidaya sayuran sangat bermanfaat untuk mengenalkan jenis sayuran baru, meningkatkan minat untuk mengkonsumsi sayuran, dan mengurangi pengeluaran untuk membeli makanan bergizi (Innovation et al. 2022). Kebun sayur ini dapat dirancang di lahan sempit, karena di Indonesia sebagian besar keluarga tidak memiliki area pekarangan yang luas. Pendekatan untuk mengatasi

masalah kekurangan gizi membutuhkan jumlah protein yang cukup, karbohidrat serta mikronutrien yang memadai di dalam bahan pangan. Dengan berkebun dan bercocok tanam, dapat menanam dan memelihara tanaman yang kamu sukai, mulai dari beraneka jenis bunga, sayur, hingga buah. Tujuan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah Meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai manfaat sayur mayur serta manfaat berkebun di pekarangan rumah. Selain itu juga bertujuan untuk meningkatkan *skill* masyarakat mengenai perencanaan dalam membuat kebun sayur di lingkungan pekarangan rumah (Wicaksono and Soelistyo 2020).

Desa Borisallo Kecamatan Parangloe, merupakan salah satu Desa binaan UMI yang pada saat ini dimekarkan menjadi dua desa yakni Desa Bonto Kassi dan Desa Borisallo dan administrasi desa masih dilaksanakan oleh Desa Bontokassi, menjadi lokasi program kemitraan kepada masyarakat sebagai wujud pengabdian kepada masyarakat untuk pemberdayaan Masyarakat Pedesaan dari kekurangan pendidikan, dan keterampilan. Untuk mewujudkan impian tersebut dipandang penting untuk memberikan bimbingan dan pelatihan kewirausahaan bagi masyarakat melalui Program Kemitraan Kepada Masyarakat (PkM), untuk membuka wawasan mereka dalam menghadapi kehidupan dan berwirausaha sehingga dapat berubah kearah yang positif, artinya mereka sedapat mungkin berpikir untuk hidup mandiri melalui kegiatan usaha sebagai sebuah kegiatan yang dapat membantu meningkatkan pendapatan, pemanfaatan potensi alam yang sangat luas untuk dimanfaatkan dalam berusaha.

Berdasarkan hasil observasi lapangan yang telah dilakukan, pada umumnya mata pencarian masyarakat Desa Borisallo adalah berkebun, dengan kemampuan tersebut tidaklah sulit bagi masyarakat disana dalam mewujudkan kebun sayur di lingkungan tempat tinggalnya. Melalui pengabdian kepada Masyarakat dengan penerapan Program Kemitraan bagi Masyarakat (PkM) diharapkan dapat merubah *mineset* dalam mengolah dan memanfaatkan sumberdaya alam yang tersedia secara luas.

METODE

Metode yang dilakukan pada kegiatan pengabdian ini adalah sebagai berikut.

1. Pelatihan yang bertujuan untuk merencanakan kebun sayur yang berlokasi di lingkungan rumah masyarakat. Pelatihan ini di pimpin oleh ketua pengabdian yang dianggap menguasai materi mengenai perencanaan dalam membuat kebun sayur.
2. Program edukasi dan penyuluhan yang bertujuan untuk menumbuhkan minat masyarakat mengenai manfaat mengkonsumsi sayuran secara rutin bagi kesehatan. Penyuluhan ini dilakukan oleh perwakilan dari Dosen FKM UMI dan dibantu oleh mahasiswa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat Internal Dosen Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia, yang didanai oleh Lembaga Pengabdian Kepada Masyarakat (LPkM) UMI kerjasama ibu PKK Desa Borisallo Kec. Parangloe Kab Gowa, sukses diselenggarakan oleh tim dosen pengabdian yang diketua oleh Ella Andyanie, SKM., M.Kes dan Dr. Ikhrum Hardi, SKM., M.Kes sebagai anggota tim.



Gambar1. Foto Bersama Ibu-Ibu PKK Desa Borisallo

Program pengabdian pada masyarakat ini mengusung tema “Perencanaan Kebun Sayur dan Edukasi Gizi Berbasis Ramis (Ramah, Aman, Mandiri dan Sehat). Kegiatan ini di hadiri oleh 17 orang

ibu-ibu PKK Desa Borisallo yang diketuai oleh Hamsinah, S.Pd. Pengabdian pada masyarakat ini dilaksanakan di kantor Desa Borisallo pada tanggal 26 November 2022.

Ketua pengabdian memberikan materi pengabdian mengenai manfaat konsumsi sayuran bagi kesehatan tubuh, sehingga penting untuk di lakukan perencanaan kebun sayur dengan memanfaatkan pekarangan rumah. Selain bernilai sehat, perencanaan kebun sayur ini juga dapat bernilai ekonomis karena ibu-ibu tidak lagi harus ke pasar untuk membeli sayur mayur, cukup dengan memanfaatkan hasil kebun sayur mereka nantinya.



Gambar 2. Pemaparan Materi Oleh Ketua Tim Pengabdian

Kegiatan pengabdian masyarakat ini juga mengukur tingkat pengetahuan masyarakat mengenai manfaat sayur-mayur bagi kesehatan, sehingga tim pengabdian memberikan pre dan post tes pada saat sebelum dan setelah penjelasan materi dari ketua tim pengabdian. Hasil dari pre post test tersebut dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 1. Distribusi Tingkat Pemahaman Masyarakat Mengenai Manfaat Sayur-Mayur Bagi Kesehatan di Desa Borisallo Kec. Parangloe Kabupaten Gowa

Pengukuran	Salah		Benar		Total	
	n	%	n	%	n	%
Pre test	24	25	72	75	96	100
Post test	15	15,63	81	84,38	96	100

Berdasarkan tabel tersebut, diketahui bahwa terjadi peningkatan pengetahuan masyarakat sebesar 9,38 %. Peningkatan ini menunjukkan tingkat pemahaman masyarakat yang bertambah setelah diberikan edukasi mengenai manfaat sayuran bagi kesehatan. Hasil pengabdian ini juga di dukung oleh beberapa hasil penelitian yang menyatakan pentingnya pengetahuan mengenai manfaat sayuran bagi kesehatan (Khoirunnisa and Kurniasari 2022; Tia et al. n.d.)

Di akhir kegiatan, tim pengabdian memberikan cenderamata kepada ketua PKK sebagai bentuk ucapan terima kasih karena telah berkenan dan memberikan kesempatan kepada Dosen FKM UMI untuk melaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat di wilayahnya.



Gambar 3. Penyerahan Cenderamata Oleh Ketua Tim Pengabdian kepada Ketua PKK Desa Borisallo

Sebelum menutup kegiatan tersebut, selaku ketua PKK Desa Borisallo, bu Hamsinah memberikan apresiasi yang sangat besar terhadap pelaksanaan kegiatan tersebut.

SIMPULAN

1. Terjadi peningkatan pengetahuan masyarakat mengenai kandungan dan manfaat sayuran bagi kesehatan, sebesar 9,38 %.
2. Terdapat peningkatan *skill* masyarakat mengenai perencanaan dalam membuat kebun sayur di lingkungan pekarangan rumah.

SARAN

Setelah dilaksanakannya kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, diharapkan kepada masyarakat khususnya ibu-ibu PKK untuk dapat mengaplikasikan pengetahuan dan *skillnya* mengenai pemanfaatan kebun sayur di lingkungan sekitar pemukiman mereka secara konsisten atau berkesinambungan

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Lembaga Pengabdian kepada Masyarakat (LPkM) Universitas Muslim Indonesia yang telah memberikan kesempatan maupun dukungan finansial sehingga kegiatan pengabdian ini dapat terlaksana dengan lancar. Kami juga ucapkan banyak terima kasih kepada Fakultas Kesehatan Masyarakat yang telah memberikan motivasi dan dukungan kepada kami untuk melaksanakan kegiatan ini

DAFTAR PUSTAKA

- Chadha, M. L., R. Yang, S. K. Sain, C. Triveni, R. Pal, M. Ravishankar, and T. R. Ghai. 2012. "Home Gardens: An Intervention for Improved Health and Nutrition in Selected States of India." *Acta Horticulturae* 937:1049–55. doi: 10.17660/ActaHortic.2012.937.130.
- Cita Eri Ayuningtyas, Septian Emma Dwi Jatmika, Raffika Yulianti. 2020. "Peningkatan Gizi Keluarga Melalui Kebun Sayur." *Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat* 5(1):221–26.
- Fitriani, Uci Fida, Wilna Gebilya Tiboyong, Diaz Ardhani, and Azel Naufal. 2022. "Sosialisasi Dan Penerapan Perilaku Pola Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Sebagai Upaya Penurunan Angka Stunting Di Sekolah Dasar Desa Kunjorowesi." 1:1–8.
- Innovation, Journal Science, Wahyu Puji Lestari, Retna Dwi Lestari, Jurusan Agribisnis, Universitas Duta, Bangsa Surakarta, and Kabupaten Sukoharjo. 2022. "Budidaya Sayur Dengan Pemanfaatan Pekarangan Rumah Menggunakan Sistem Hidroponik 1 1,2." 2:1–6.
- Khoirunnisa, Safira, and Ratih Kurniasari. 2022. "Pemanfaatan Media Dalam Meningkatkan Pengetahuan Serta Konsumsi Buah Dan Sayur : Tinjauan Literatur." 6:1178–83.
- Lestari, Nunik, Khaidir Rahman, Ervi Novitasari, and Amiruddin Hambali. 2022. "Optimalisasi Fungsi Lahan Pekarangan Pada Permukiman Wilayah Pesisir Melalui Budidaya Tanaman Sayur-Sayuran (Optimization of Yard Functions in Coastal Settlements through Vegetable Cultivation)." 2(1):1–10.
- Muslimin, B., Abdul Gafur, Muh Azwar, and Dian Meiliani Yulis. 2020. "Pengetahuan Ibu Balita Dalam Pengendalian Stunting Di Sulawesi Selatan." 3(April):60–68.
- Sugiarti, Lia. 2013. "Pasirnanjung Kecamatan Cimanggung Kabupaten Sumedang."
- Tia, Salma, Rahmat Mamat, Fred Agung, Gumilar Mulus, and Jannah Eka Wardatul. n.d. "Edukasi Dengan Media Video Animasi Dan Powerpoint Sayur Dan Buah." 183–90.
- Wicaksono, Prasetyo Nugroho, and Aris Soelistyo. 2020. "Ibm - D." 8(2):212–20.