

Intensifikasi Pekarangan Dalam Menyediakan Gizi Keluarga Pada Masa Pandemi Covid-19 di Desa Liang Anggang

Riza Adrianoor Saputra¹, Hairu Suparto², Akhmad Gazali³, Akhmad Rizali⁴, Antar Sofyan⁵, Nurlaila⁶, Tuti Heiriyani⁷, Jumar⁸, Rabiatul Wahdah⁹, Noorkomala Sari¹⁰, Nukhak Nufita Sari¹¹, Rila Rahma Apriani¹², Komala Aminda Putri¹³, Muhammad Rusdiansyah¹⁴, Wahyuni¹⁵, Hikma Ellya^{16*}
¹⁻¹⁴Program Studi Agroekoteknologi, Fakultas Pertanian Universitas Lambung Mangkurat
Jl.A. Yani Km.36 Kota Banjarbaru Provinsi Kalimantan Selatan Indonesia
e-mail: *hikma.ellya@ulm.ac.id

Abstrak

Tujuan dari kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat adalah untuk mengenalkan dan meningkatkan pengetahuan serta keterampilan masyarakat khususnya di Desa Liang Anggang Kecamatan Bati-Bati mengenai intensifikasi pekarangan guna memenuhi kebutuhan gizi pada masa pandemic Covid-19. Metode yang dilakukan berupa penyuluhan atau ceramah kepada masyarakat desa Liang Anggang. Pengetahuan masyarakat tentang pemanfaatan pekarangan dalam pemenuhan gizi keluarga semakin bertambah. Pemanfaatan pekarangan perlu ditata dengan mengedepankan keberagaman spesies untuk kebutuhan dapur, sehingga dapat memenuhi kebutuhan gizi dan memperbaiki gizi keluarga di masa pandemi covid 19.

Kata kunci: covid-19, gizi, pekarangan

1. PENDAHULUAN

Masyarakat melakukan sebagian besar aktivitas atau pekerjaan sehari-hari dari rumah masing-masing selama masa pandemi Covid-19. Hal ini mengharuskan setiap orang harus kreatif untuk mengurangi kejenuhan selama di rumah. Aktivitas yang dilakukan masyarakat selama pandemi tidak terlepas dari mempertahankan imunitas tubuh. Salah satu kegiatan yang diminati masyarakat untuk mengurangi kejenuhan sekaligus untuk pemenuhan gizi keluarga adalah dengan berkebun [1].

Pemenuhan gizi keluarga merupakan salah upaya dalam menjaga imunitas tubuh dan meningkatkan kesehatan masyarakat. Upaya peningkatan gizi masyarakat salah satunya dengan program Usaha Perbaikan Gizi Keluarga (UPKG). Kegiatan UPKG harus didukung oleh semua sector seperti kesehatan dan pertanian. Sector pertanian berkaitan erat dengan kegiatan pokok UPKG berupa peningkatan gizi keluarga dengan pemanfaatan pekarangan [2].

Pemenuhan gizi keluarga dapat dimulai dengan memanfaatkan lahan pekarangan di sekitar tempat tinggal [3]. Pekarangan dimanfaatkan dengan budidaya berbagai komoditas tanaman yang dikonsumsi oleh keluarga. Selain itu, hasil dari budidaya tanaman tersebut juga dapat dijual untuk meningkatkan pendapatan keluarga. Sehingga, bersamaan dengan peningkatan gizi terjadi juga peningkatan ekonomi di masyarakat.

Peningkatan ekonomi dari pekarangan dapat dilakukan dengan sosialisasi budidaya tanaman. Budidaya tanaman di pekarangan dengan luas lahan terbatas, sehingga harus dipilih komoditas yang lebih selektif dibandingkan dengan lahan yang luas. Komoditas yang dapat memenuhi gizi keluarga, mudah dibudidayakan di pekarangan, dan bernilai ekonomis seperti sayuran dan tanaman obat keluarga [4]. Sosialisasi di Desa Liang Anggang Kecamatan Bati-

bati Kabupaten Tanah Laut dilakukan untuk menambah wawasan masyarakat dalam pemanfaatan pekarangan rumah dengan pemilihan jenis sayuran yang tepat dan alternatif teknik budidaya di lahan sempit. Salah satu teknik budidaya yang dapat diaplikasikan di des aini adalah dengan system hidroponik.

Kegiatan pengabdian masyarakat, dengan materi pemilihan komoditas yang tepat di pekarangan dan pengenalan hidroponik, diharapkan dapat diterapkan masyarakat selama pandemi dan jangka Panjang Ketika pasca pandemi. Selain itu, masyarakat juga diharapkan dapat mentrasfer pengetahuan dari hasil kegiatan pengabdian ini kepada masyarakat lain di sekitar Desa Liang Anggang. Dengan demikian, setiap keluarga akan berkebun di lahan pekarangan masing-masing, sehingga dapat mendukung kemandirian pangan dalam rumah tangga.

Tujuan dari kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat adalah untuk mengenalkan dan meningkatkan pengetahuan serta keterampilan masyarakat khususnya di Desa Liang Anggang Kecamatan Bati-Bati mengenai intensifikasi pekarangan guna memenuhi kebutuhan gizi pada masa pandemic Covid-19.

2. METODE

Kegiatan pengabdian ini terdiri dari beberapa tahapan, meliputi tahapan persiapan, pelaksanaan, dan penyusunan laporan. Kegiatan tahapan persiapan berupa (a) pembagian tugas tim pengabdian; (b) penyusunan materi terkait dengan intensifikasi pekarangan terkait pemenuhan gizi keluarga; (c) penyusunan agenda kegiatan; dan (d) persiapan berkas yang mendukung pelaksanaan kegiatan seperti daftar hadir dan lain-lain.

Tahapan Pelaksanaan. Pengabdian kepada Masyarakat (P2M) berupa penyuluhan oleh Tim Program Studi Agroekoteknologi Fakultas Pertanian ULM Banjarbaru. Kegiatan bertempat di Kediaman Ketua RT 10 Desa Liang Anggang Kabupaten Tanah Laut Propinsi Kalimantan Selatan. Kegiatan berlangsung selama \pm 2 jam, dimulai pukul 10.00 sampai dengan 12.00 WITA, dengan dihadiri oleh 13 orang staf dosen agroekoteknologi, 1 orang staf administrasi agroekoteknologi, 3 orang mahasiswa agroekoteknologi, dan masyarakat desa.

Kegiatan penyuluhan ini dimulai dengan perkenalan Tim P2M Program Studi Agroekoteknologi Fakultas Pertanian ULM oleh MC, dilanjutkan sesi sambutan oleh Ketua Tim P2M, Ketua Jurusan Agroekoteknologi, Kepala Desa Liang Anggang Kecamatan Bati-bati, dan penyerahan kenang-kenangan dari Jurusan Agroekoteknologi untuk Desa Liang Anggang khususnya RT 10, kemudian dilanjutkan dengan pemaparan materi oleh narasumber dan diskusi terkait materi, diakhiri dengan sesi foto bersama serta makan bersama.

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan dengan metode sebagai berikut:

1. Metode ceramah, digunakan untuk menyampaikan pengetahuan tentang intensifikasi pekarangan dalam penenuhan gizi keluarga dengan judul materi:
 - Pemanfaatan Lahan Pekarangan dalam Menyediakan Gizi Keluarga
 - Sistem Hidroponik Wick
2. Metode tanya jawab, digunakan untuk memberikan umpan balik pada peserta sekaligus untuk mendapatkan tanggapan peserta tentang materi yang telah disampaikan selama kegiatan.
3. Tahapan terakhir yaitu penyusunan laporan, pada tahap ini dilakukan penyusunan laporan kegiatan pengabdian sesuai dengan uraian materi yang disampaikan pada saat pelaksanaan pengabdian.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kabupaten Tanah laut merupakan salah satu wilayah di Provinsi Kalimantan Selatan yang secara geografis terletak pada koordinat $3^{\circ}30'33''$ – $4^{\circ}11'38''$ LS dan $114^{\circ}30'20''$ – $115^{\circ}23'31''$ BT, dengan Ibukota Kabupaten berada di Kota Pelaihari yang berjarak sekitar 60 Km dari Kota Banjarmasin sebagai Ibukota Provinsi Kalimantan Selatan. Secara administrasi, Kabupaten Tanah laut terdiri dari 11 wilayah kecamatan dengan jumlah desa/kelurahan sebanyak 135 desa/kelurahan dengan luas wilayah $3.631,35$ Km² atau 363.135 Ha. Desa

Liang Anggan merupakan salah satu desa yang berada di wilayah Kecamatan Bati-Bati Kabupaten Tanah Laut [3].

Pada kegiatan pengabdian ini tidak dilakukan praktek pemanfaatan pekarangan, tim pengabdian hanya mengajak peserta untuk memanfaatkan pekarangan dalam rangka pemenuhan gizi keluarga dimasa pandemi covid- 19 dan dapat menjadi contoh di lingkungan sekitar dalam memanfaatkan pekarangan. Metode yang dilakukan adalah dengan ceramah, penyuluhan dan diskusi tentang pentingnya intensifikasi pekarangan untuk pemenuhan gizi keluarga.

Pelaksanaan penyuluhan dimulai dengan perkenalan TIM P2M yang berhadir langsung dalam kegiatan yang berjumlah 12 orang, yaitu 8 orang dosen, 1 orang tendik, dan 3 orang mahasiswa. Mahasiswa yang terlibat merupakan mahasiswa berprestasi yang mendapatkan dana kewirausahaan dari KEMENDIKBUD yang sedang mengembangkan usaha hidroponik sayuran dengan system wick.

Warga RT.10 Desa Liang Anggang sangat antusias dengan kedatangan staf dosen agroekoteknologi dengan menyajikan berbagai jenis camilan dan makanan untuk disantap. Tim pengabdian lewat sambutan ketua tim berharap adanya keberlanjutan kegiatan dengan Desa Liang Anggang kedepannya baik dalam hal P2M maupun penelitian dan kegiatan lainnya dalam pengembangan sumber daya masyarakat (Gambar 1).



Gambar 1. Sambutan oleh ketua pelaksana P2M

Ketua program studi Agroekoteknologi, Bapak Ir. Antar Sofyan, M.P berharap kegiatan salah satu Tri Dharma Perguruan Tinggi yang dilaksanakan ini memberikan manfaat bagi masyarakat Desa Liang Anggang terutama masyarakat RT.10 dalam hal memanfaatkan lahan pekarangan untuk pemenuhan gizi keluarga. Dalam kesempatan itu juga ketua jurusan mengharapkan adanya keberlanjutan kegiatan kedepannya tidak hanya pengabdian akan tetapi juga penelitian dan kerjasama. Tidak lupa ketua jurusan mengucapkan terimakasih banyak kepada masyarakat desa atas kesediaan dan antusias mereka untuk menimba ilmu dari jurusan agroekoteknologi dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat (Gambar 2).



Gambar 2. Sambutan ketua jurusan agroekoteknologi

Sasaran pengabdian ini adalah masyarakat desa setempat baik bapak/ibu maupun para remaja. Pelaksanaan pengabdian ini bertujuan untuk mengajak masyarakat untuk memenuhi gizi keluarga melalui pemanfaatan pekarangan. Dimasa pandemi covid-19 aktivitas masyarakat terbatas karena adanya penerapan PKKM, sehingga masih banyak waktu luang untuk berkebun beraneka ragam sayuran dan tanaman obat keluarga. Masyarakat juga diajak seluas-luasnya untuk mengembangkan sumber daya lingkungan khususnya tanaman. Pengembangan sumber daya lingkungan yang berkaitan dengan tanaman berkaitan erat dengan keanekaragaman hayati, sehingga lingkungan rumahnya penuh dengan beranekaragam tanaman pangan yang dapat memperbaiki gizi keluarga.

Penyampaian materi pertama disampaikan oleh Bapak Dr.Ir. H. Hairu Suparto (Gambar 3), M.Si dengan judul “Pemanfaatan Lahan Pekarangan dalam Penyediaan Gizi Keluarga”. Isi dari materi yang disampaikan oleh narasumber adalah:

- Latar belakang terkait pemanfaatan lahan pekarangan guna mendukung ketahanan pangan nasional dalam memenuhi gizi keluarga, terutama di masa pandemic covid-19
- Definisi mengenai apa itu pekarangan dari berbagai sumber
- Bentuk dan pola penanaman di pekarangan, yaitu dapat langsung menanam di lahan, teras/atap rumah, menanam dalam pot, polybag, system vertikutur, maupun hidroponik, dan
- pentingnya pekarangan ditanami dengan jenis sayur-sayuran beserta gizinya.



Gambar 3. Penyampaian materi oleh narasumber

Materi disampaikan langsung dengan bantuan powerpoint agar peserta lebih mudah memahami maksud dari narasumber. Alat bantu pengajaran mempunyai fungsi untuk meningkatkan persepsi, pengertian, transfer ilmu, ingatan, dan memberikan penguatan terhadap hasil belajar [6].

Masyarakat di Desa Liang Anggang sebenarnya sudah memanfaatkan pekarangan rumah mereka, terlihat saat memasuki jalan menuju tempat kegiatan berjejer polibag-polibag yang ditanam dengan berbagai jenis tanaman (Gambar 4) seperti cabe, jahe, kemangi, sereh, lengkuas, jahe, kunyit, dll. Jadi pengabdian ini dapat digunakan sebagai tambahan informasi dalam memanfaatkan pekarangan dengan menanam tidak hanya menggunakan polybag akan tetapi juga dapat memanfaatkan barang-barang bekas untuk dijadikan pot, selain itu juga dengan pola tanam yang berbeda-beda sesuai dengan luas pekarangan seperti yang dijelaskan oleh narasumber Bapak Dr. Hairu Suparto dalam pemaparannya.



Gambar 4. Pemanfaatan pekarangan oleh masyarakat di Desa Liang Anggang

Pengabdian ini membekali peserta tentang usaha pemenuhan gizi keluarga melalui pemanfaatan pekarangan. Menumbuhkan kesadaran masyarakat agar mau dan mampu memanfaatkan lahan pekarangan menjadi sumber pangan untuk pemenuhan gizi keluarga apalagi dimasa pandemi yang serba sulit. Intensifikasi pekarangan merupakan salah satu tindakan yang mendukung program kegiatan Usaha Kegiatan Perbaikan Gizi Keluarga (UPKG) yang salah satu kegiatan pokoknya adalah pemanfaatan pekarangan untuk meningkatkan gizi keluarga. Pada hakikatnya UPKG merupakan suatu teknologi pada masyarakat. Teknologi dimaksud adalah kegiatan UPKG yang antara lain berupa penyuluhan gizi terarah dan pemanfaatan pekarangan [7,8].

Pekarangan dapat dimanfaatkan sebagai penghasil pangan sekaligus sumber pendapatan tambahan bagi keluarga. Penanaman sumber pangan untuk pemenuhan gizi seperti sayuran dapat ditanam pada pot-pot yang berasal dari barang bekas. Sehingga juga dapat mengurangi limbah di lingkungan keluarga. Selain bertanam sayuran, pekarangan dapat dimanfaatkan untuk budidaya ikan dalam ember yang tidak memerlukan kolam besar.

Materi kedua disampaikan oleh mahasiswa Jurusan Agroekoteknologi Muhammad Rusdiansyah yang berjudul “Hidroponik Sistem Wick” (Gambar 5). Hidroponik system wick ini adalah cara menanam tanaman tanpa menggunakan media tanah yaitu air dengan penambahan nutrisi berupa cairan sebagai unsur hara tanaman. Adapun materi yang disampaikan oleh narasumber antara lain :

- Pentingnya sayuran dalam pemenuhan gizi keluarga
- Bagaimana mendapatkan sayuran murah, bersih, dan sehat
- Kenapa harus bertanam dengan hidroponik, dan
- Selain dengan system wick juga dijelaskan mengenai sistemlainnya seperti DFT (*Deep Flow Technique*), NFT (*Nutrient Film Technique*), dan rakit apung.



Gambar 5. Penyampaian materi oleh mahasiswa

Pada kesempatan ini peserta diberikan penjelasan bagaimana menanam sayuran menggunakan hidroponik tanpa menggunakan tanah seperti kebiasaan pada umumnya. Sistem wick yaitu sistem hidroponik paling sederhana yang memanfaatkan fungsi kapilaritas dari sumbu diujung pot hidroponik [7]. Selain karena biaya pembuatannya yang relatif rendah, sistem ini cukup mudah dilakukan. Metode penanaman hidroponik diharapkan mampu menarik perhatian masyarakat di Desa Liang Anggang sebagai alternatif untuk memanfaatkan lahan yang sempit di halaman atau pekarangan rumah.

Dalam pemaparannya narasumber menjelaskan secara detail pengertian dan tahapan menanam dengan system hidroponik mulai dari pengertian hidroponik, bahan-bahan dan alat yang digunakan untuk menanam sampai, cara mengolah, dan bagaimana cara mendapatkan bahan dan alat yang digunakan. Selain itu narasumber juga menayangkan secara langsung video budidaya tanaman sawi dengan system hidroponik sehingga menambah pemahaman peserta dalam menyerap ilmu mengenai system hidroponik.

Setelah kedua materi disampaikan oleh narasumber, sesi diskusi dibuka bagi peserta yang ingin bertanya (Gambar 6). Beberapa pertanyaan diajukan oleh tiga orang peserta dimana pertanyaan yang diajukan oleh peserta diantaranya adalah seputar bagaimana mengetahui unsur hara yang ada didalam tanah dan bagaimana mengetahui jumlah pupuk yang akan diberikan ke tanah, selain itu peserta juga menanyakan terkait bagaimana

memperoleh bahan dan alat serta biaya untuk menanam dengan system hidroponik. Pertanyaan terakhir seputar bagaimana cara memasarkan hasil produksi jika melimpah.



Gambar 6. Sesi tanya jawab peserta

Sesi tanya jawab atau diskusi berlangsung selama kurang lebih 1 jam, dimana semua pertanyaan yang diajukan oleh peserta dijawab langsung oleh narasumber. Sesi diskusi berjalan dengan sangat kondusif dan para peserta terlihat masih ingin bertanya akan tetapi waktu terbatas. Diakhir diskusi ada keinginan dari peserta agar nanti selanjutnya akan dilaksanakan kegiatan pelatihan mengenai system hidroponik dan para ibu-ibu KWT siap mensupport apa yang diperlukan dalam kegiatan tersebut. Tentunya ini menjadi nilai yang positif bagi Jurusan Agroekoteknologi untuk kedepannya dapat menjalin hubungan kerjasama dengan Desa Liang Anggang dalam bidang pengabdian.

Pekarangan dapat dioptimalkan dalam upaya peningkatan gizi dengan penanaman komoditas tanaman yang dapat memenuhi berbagai sumber nutrisi. Pekarangan dapat ditanami umbi-umbian dan jagung sebagai sumber karbohidrat, kacang-kacangan sebagai sumber protein nabati, dan budidaya ikan dalam ember sebagai sumber protein hewani [9]. Pemanfaatan pekarangan di Desa Liang Anggan diharapkan dapat menyediakan sumber pangan, sumber pendapatan, sumber gizi atau nutrisi keluarga, serta mencapai ketahanan pangan di masa pandemic [10].

Sumber pangan keluarga harus mengandung gizi yang lengkap berupa karbohidrat, protein, lemak, vitamin, mineral dan air. Setiap gizi tersebut memiliki peranan masing-masing dalam menjaga kesehatan tubuh manusia. Pengelolaan pekarangan yang baik akan mendukung terpenuhinya semua zat gizi tersebut [12]. Selain keenam zat gizi tersebut, serat juga diperlukan oleh tubuh. Serat merupakan karbohidrat yang lebih kompleks dan tidak dapat dicerna oleh tubuh, sehingga dimanfaatkan untuk kelancaran saluran pencernaan [13].

Diakhir kegiatan diskusi narasumber memberikan kenang-kenangan kepada perwakilan peserta berupa seperangkat bahan system hidroponik sederhana yang terdiri dari box styrofoam, net pot, nutrisi, dan tanaman selada yang sudah tumbuh seperti yang terlihat pada Gambar 7. Acara dilanjutkan dengan makan bersama, dan diakhiri dengan foto bersama TIM P2M Jurusan Agroekoteknologi dan para peserta (Gambar 8 dan 9).



Gambar 7. Penyerahan bahan hidroponik oleh mahasiswa kepada warga



Gambar 8. Makan bersama peserta dan TIM P2M



Gambar 9. Foto bersama peserta dan TIM P2M

4. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian yang dilaksanakan memberikan manfaat berupa peningkatan pengetahuan masyarakat di Desa Liang Anggang dalam pemenuhan gizi keluarga dengan mengoptimalkan fungsi pekarangan. Warga di Desa Liang Anggang semakin menyadari tentang manfaat pekarangan pada masa pandemi Covid 19. Sehingga selain untuk mengisi waktu luang karena pembatasan aktivitas di luar rumah, warga juga dapat menyediakan pangan keluarga secara mandiri.

5. SARAN

Sebaiknya pengabdian kepada masyarakat tidak hanya semata berupa penyuluhan, akan tetapi ada pelatihan dan pendampingan masyarakat sehingga tercipta desa binaan yang menghasilkan suatu produk menuju desa yang mandiri.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Dekan Fakultas Pertanian Universitas Lambung Mangkurat dan Kepala Desa Liang Anggang Kabupaten Tanah Laut yang mendukung kegiatan pengabdian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Thesiwati, A.S. 2020. Pemanfaatan Lahan Pekarangan Sebagai Pangan Lestari di Masa Covid-19. *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat Dewantara* 3(2):25-30.
- [2] Moehji, S. 2009. Ilmu Gizi Penanganan Gizi Buruk. III. PT Bhrata Niaga Media, Jakarta, Indonesia.
- [3] Ellya, H., Nurlaila, Sari, N.N., Apriani, R.R., Mulyawan, R., Purba, F., Fithria, S. 2021. Pendampingan Introduksi Bayam Brazil sebagai Sayur Pekarangan di Kota Banjarbaru. *Logista* Vol 5(1), 253-258.
- [4] Siregar, N. N. dan Wahyuni, S. 2018. Optimalisasi pemanfaatan lahan pekarangan sebagai sumber pangan. *Amaliah : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 2 (1) : 146-149.
- [5] Badan Pusat Statistik Kabupaten Tanah Laut. (2020). Badan Pusat Statistik. Kalimantan Selatan.
- [6] Djamarah, S. B dan Zain, A. 2006. Strategi Belajar Mengajar. Rineka Cipta. Jakarta.
- [7] DepKes RI. 2001. Upaya Perbaikan Gizi Keluarga. Jakarta.
- [8] Sajogyo, 2004. Usaha Perbaikann Gizi Keluarga. Kementrian Kesehatan. Jakarta.
- [9] Jumar, Saputra, R.A., Aziza, N.L., Santoso, U., Nugraha, M.I., Putri, K.A. 2021. Pengenalan Budidaya Sayuran Hidroponik dan Pembuatan Pupuk Organik Fermentasi pada Kelompok Tani di Kecamatan Pelaihari. *ILUNG: jurnal Pengabdian Inovasi Lahan Basah Unggul*, Vol 1(1), 166-176. <https://doi.org/10.20527/ilung.v1i1.3622>.
- [10] H. S. Arifin. 2013. Pekarangan Kampung untuk Konservasi Agro-Biodiversitas dalam Mendukung Penganekaragaman dan Ketahanan Pangan di Indonesia. IPB. Bogor.
- [11] Kusmiyati et al. 2021. Melalui Pemanfaatan Pekarangan dimasa Pandemi Covid 19. *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA*, 2021, 4 (3): 242-247. <https://doi.org/10.29303/jpmpi.v3i2.967>
- [12] Adelia, F. A., Widajanti, L., Nugraheni, S. A. 2018. Hubungan Pengetahuan Gizi Ibu, Tingkat Konsumsi Gizi, Status Ketahanan Pangan Keluarga Dengan Balita Stunting (Studi Pada Balita Usia 24-59 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Duren Kabupaten Semarang). *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, 6(5), 361-369.
- [13] Almatsier, S. 2016. Prinsip dasar ilmu gizi. PT Gramedia Pustaka Utama. Jakarta.