

Inovasi Kebun Gizi dalam Upaya Pemenuhan Zat Gizi Keluarga di Desa Lanta

¹⁾Muammar Iksan, ²⁾Kasmar

¹Program Studi Gizi, Fakultas Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Bima, Indonesia

²Program Studi Ilmu Hukum, Fakultas Hukum, Universitas Muhammadiyah Bima, Indonesia

Email: ¹muammariksan31@gmail.com*, ²kasmaridris@gmail.com

INFORMASI ARTIKEL

Submit: 17-Nov-2022

Review: 22-Nov-2022

Publish: 23-Nov-2022

ABSTRAK

Kata Kunci:

Kebun Gizi
Gizi Keluarga
Pengabdian Masyarakat
Sayuran
Vitamin dan Mineral

Persoalan kekurangan gizi masih dianggap sebagai isu penting dan kritis bagi masyarakat Indonesia hari ini. Bahkan hampir semua daerah menghadapi hal serupa dan merasakan kerugian-kerugian akibat dari masalah kurang gizi seperti stunting dan kurang energi kronik, termasuk di desa-desa yang memiliki keterbatasan pada akses sumber zat gizi yang beranekaragam. Tujuan dari program pengabdian masyarakat ini adalah pemanfaatan lahan kosong untuk inovasi kebun gizi dalam mengupayakan pemenuhan gizi keluarga di desa Lanta. Diharapkan ketahanan pangan keluarga dapat terjaga, derajat kesehatan dan kesadaran gizi masyarakat meningkat, sekaligus meningkatkan penghasilan ekonomi masyarakat setempat. Metode yang digunakan dalam pelaksanaan program ini yaitu menggunakan pendekatan Asset Based Community Development, suatu pengembangan masyarakat berbasis pendayagunaan potensi aset yang ada. Diawali dengan pendekatan silaturahmi dengan tokoh kunci seperti perangkat desa, Bumdes, dan masyarakat yang sebagian besar berprofesi sebagai petani bawang merah. Kemudian diikuti dengan Forum Group Discussion, survei lahan kosong dan penanaman sayuran di area kebun gizi. Hasil inovasi kebun gizi menunjukkan bahwa masyarakat sangat antusias bergotong royong dan memberi tanggapan positif untuk mewujudkan kebun gizi dengan lancar di desa Lanta. Kebun gizi dengan skala yang lebih luas perlu diadakan untuk mendapatkan hasil kebun yang lebih optimal sehingga kemudian sama-sama bisa dimanfaatkan oleh mitra program di sisi ekonomi, terutama juga untuk memenuhi kebutuhan gizi harian masyarakat di desa Lanta.

ABSTRACT

Keywords:

Nutrition Garden
Family Nutrition
Vegetable
Community Service
Vitamins and Minerals

The problem of malnutrition is still considered an important and critical issue for Indonesian society today. In fact, almost all regions face the same thing and feel losses as a result of malnutrition problems such as stunting and lack of chronic energy, including in areas that have limited access to various sources of nutrients. The purpose of this community service program is to use vacant land for nutritional garden innovations in seeking to fulfill family nutrition in Lanta village. It is hoped that family food security can be maintained, the health status and nutrition awareness of the community will increase while increasing the economic income of the local community. The method used in implementing this program is using the Asset Based Community Development approach, a community development based on the utilization of existing asset potential. Starting with a friendly approach with key figures such as village officials, BUMDes, and the community, most of whom work as shallot farmers. Then followed by a Forum Group Discussion, a survey of vacant land, and planting vegetables in the nutrition garden area. The results of the nutrition garden innovation showed that the community was very enthusiastic about working together and giving positive responses to realize the nutrition garden smoothly in Lanta village. A nutrition garden on a wider scale needs to be held to obtain more optimal garden yields so that later it can be equally utilized by program partners on the economic side, especially also to meet the daily nutritional needs of the people in Lanta village

This is an open access article under the [CC-BY-SA](#) license.



I. PENDAHULUAN

Ciri masyarakat yang maju berkaitan erat dengan derajat kesehatan, intelektual, dan performa kerja yang tinggi. Ketiganya sangat ditentukan oleh kondisi gizi. (Permenkes, 2014). Oleh karenanya kebutuhan zat gizi merupakan hal yang sangat mendasar bagi kelangsungan hidup di masyarakat. Apabila terjadi kekurangan zat gizi seperti protein, vitamin, mineral, dan serat pangan secara otomatis dapat memicu kasus kurang energi kronik dan masalah gizi *stunting*. Angka Prevalensi *stunting* Nasional, Provinsi NTB, dan Kabupaten Bima sebesar 24,4%, 31,4%, dan 30,4% secara berurutan (SSGI, 2021). Salah satu penyebab utama masalah ini ialah rendahnya konsumsi aneka ragam sayuran dan buah. Menurut laporan pusat data informasi kementerian kesehatan, anjuran internasional secara umum mengenai jumlah konsumsi sayuran dan buah-buahan yaitu 400 gram perhari, dengan porsi 250 gram sayur dan 150 gram buah untuk kelangsungan diet harian yang sehat. Sedangkan untuk konsumsi sayur dan buah secara nasional, dianjurkan mengkonsumsi 300-400 gram bagi anak-anak, lalu bagi remaja dan dewasa sebesar 400-600 gram (Infodatin, 2018).

Data Riset Kesehatan Dasar menyebutkan bahwa masyarakat Indonesia yang kurang mengkonsumsi sayuran dan buah-buahan persentasenya sebesar 95%. Sedangkan untuk provinsi Nusa Tenggara Barat angkanya mencapai sebesar 97%. Ini artinya pemenuhan zat gizi

sesuai kebutuhan harian masih sangat minim, padahal poin untuk mengkonsumsi zat gizi beraneka ragam termasuk dalam pesan pokok gizi seimbang Indonesia (Risesdas, 2018).

Kebun Gizi pada pokoknya merupakan suatu program yang berbasis pada pemanfaatan aset lahan tidur dengan melibatkan peran masyarakat untuk pelaksanaannya. Tentu pola komunikasi yang baik pada komunitas masyarakat sangat diharapkan agar program berjalan secara efektif dan efisien (Triyono & Yidistiro, 2017). Sejalan dengan temuan pengabdian sebelumnya, pelatihan dan pendampingan program dapat membantu meningkatkan efektifitas hasil program, yang diupayakan serta diharapkan dapat terus berkelanjutan di tangan masyarakat setempat (Ayuningtyas, Dwi Jatmika, & Yulianti, 2020). Sebagai penguat pentingnya kebun gizi, pendayagunaan lahan pekarangan sebagai kebun gizi sudah memberi dampak positif di berbagai daerah. Hasil penelitian Candra, et al, 2021, menyebutkan bahwa keberadaan kebun gizi memberi manfaat yang cukup signifikan untuk memangkas anggaran belanja keluarga.

Adapun tujuan pengabdian masyarakat ini adalah untuk memanfaatkan lahan kosong baik di area desa maupun pekarangan warga untuk inovasi kebun gizi dalam mengupayakan pemenuhan gizi keluarga di desa Lanta. Maka dari itu, berangkat dari temuan persoalan dan uraian singkat yang sudah menggambarkan situasi dan kondisi daerah sasaran, program pengabdian masyarakat berupa pembuatan kebun gizi menjadi sangat penting untuk dilaksanakan.

II. MASALAH

Berdasarkan survei awal di lingkungan masyarakat oleh tim pengabdian, Desa Lanta di Kecamatan Lambu, Kabupaten Bima merupakan salah satu daerah yang dikelilingi oleh area sawah bawang merah dan bukit-bukit kecil. Sebagian besar masyarakat fokus bekerja sebagai petani bawang. Desa Lanta termasuk memiliki keterbatasan akses ke sumber zat gizi vitamin dan mineral, pertimbangannya karena jarak dan keberada'an pasar cukup jauh. Namun di sisi lain, banyak juga potensi lahan kosong yang belum dimaksimalkan fungsinya, padahal bisa digunakan untuk menanam sayuran dan buah bernilai gizi tinggi, ditambah dengan profesi mayoritas masyarakat sebagai petani bawang, akan lebih cepat mendukung terwujudnya program kebun gizi. Ragam bentuk kebun gizi bervariasi sesuai kebutuhan dan strategi pemilihan yang cocok dengan kondisi geografis serta sumber daya yang ada. Hal ini ditentukan dari kesepakatan dengan mitra sasaran program pengabdian.



Gambar 1.Lokasi Kebun Gizi di Desa Lanta

III. METODE

Pengabdian ini bertempat di Desa Lanta, Kecamatan Lambu, Kabupaten Bima, NTB. Lebih spesifik di area pekarangan BUMDes dan dilaksanakan pada tanggal 12 Agustus 2022. Mitra kegiatan yaitu BUMDes, perangkat desa dan warga desa setempat yang ditentukan melalui pendekatan *small forum group discussion*. Komponen kelompok sasaran ini dipilih dengan pertimbangan bahwa pengadaan kebun gizi punya hubungan erat dengan langkah pemenuhan gizi harian keluarga. Selain itu kebun gizi mengandung nilai ekonomis yang dapat dimanfaatkan oleh mitra kegiatan sebagai sumber penghasilan tambahan. Kegiatan ini menggunakan metode *Asset Based Community Development* yaitu sebuah pendekatan yang mendayagunakan aset, sumber daya, dan potensi yang ada dalam rangka mengembangkan masyarakat.

Secara umum kegiatan dilaksanakan dalam 3 tahapan yang meliputi tahap persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Keberhasilan kegiatan dapat dilihat dengan terwujudnya kebun gizi percontohan di lahan kosong kantor BUMDes yang kedepannya diikuti oleh masyarakat setempat di pekarangan rumah mereka. Untuk mengukur keberhasilan kegiatan bisa diketahui melalui observasi dan tanggapan/umpan balik secara langsung dari mitra setelah adanya kebun gizi. Evaluasi dan kontrol tetap dilakukan secara berkelanjutan oleh mitra bersama dengan tim pengabdian.

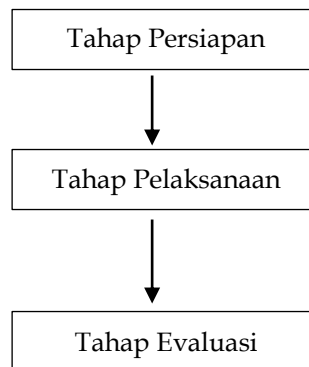


Diagram 1. Tahapan Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian

IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari kegiatan ini menunjukkan bahwa program inovasi kebun gizi berjalan lancar dan mendapat respon yang baik dari masyarakat, mitra kegiatan sangat antusias dan mendukung penuh inovasi kebun gizi di Desa Lanta. Mitra juga merasa terbantu karena diberikan pengetahuan baru terkait dengan pemanfaatan lahan kosong agar lebih produktif. Selain itu, kesadaran akan kesehatan yang dalam hal ini pengetahuan tentang gizi dan sumber-sumber zat gizi meningkat, dari tidak tahu menjadi turut aktif bergotong royong dalam pengadaan kebun gizi untuk berupaya memenuhi kebutuhan gizi harian mereka.

Adapun langkah-langkah pelaksanaan kegiatan pengabdian diuraikan sebagai berikut:

1. Tahap Persiapan

Tahap persiapan pada awalnya mitra diberikan informasi mengenai inovasi kebun gizi dengan menghidupkan kembali lahan tidur yang ada, pengenalan cara-cara penanaman sayuran dan buah, serta gambaran manfaat-manfaat kebun gizi baik dari segi kesehatan maupun dari segi ekonomi. Kemudian mitra dan tim pengabdian melakukan survei lokasi yang cocok untuk penanaman isi kebun gizi. Disepakati bersama bahwa lokasi kebun gizi

dimulai dari area kantor BUMDes sebagai percontohan. Bibit sayuranpun disiapkan bersama dengan media tanam *polybag* dan pupuk. Peralatan seperti cangkul kecil, parang, selang air, ember, dan gayung dikumpulkan di satu area. Sedangkan sebagai tempat untuk menyusun *polybag* tanaman, beberapa bambu, kayu, tali, kawat, paku, dan palu juga disediakan semua agar pengerjaannya bisa efektif.

2. Tahap Pelaksanaan

Lahan kosong seluas 3x4 m² digarap sesuai dengan kebutuhan dan dipagari keliling agar tidak diganggu oleh hewan-hewan yang berkeliaran. Media tanam dibuat menjadi dua macam yaitu media tanah biasa dan yang kedua dengan *polybag*. Pertama-tama, tanah dibentuk menggunakan alat-alat yang sudah disediakan sebelumnya, seperti bukit kecil memanjang hingga beberapa bentukan tanah berhasil dibuat. Selanjutnya, beberapa bambu dan kayu dipaku dan diikat dengan kawat serta tali agar terbentuk tempat-tempat untuk menyusun *polybag*, hal ini menyesuaikan dengan jumlah *polybag* sebanyak 20 buah. Media tanam *polybag* dan bibit tanaman gizi yang bagus kemudian diletakkan di area kebun gizi hingga berjejer rapi. Bibit tanaman gizi yang terdiri dari sawi, bayam, seledri, tomat, dan cabai ditanam dan disiram air secara rutin setiap hari selama waktu pengabdian hingga nanti masa panen tiba. Proses ini dilakukan secara bersama oleh tim pengabdian dengan mitra kegiatan.

3. Tahap Evaluasi

Dipantau dari observasi dan respon mitra kegiatan yang terlibat langsung di lapangan, mereka sudah punya komitmen yang berkelanjutan untuk menjalankan program kebun gizi. BUMDes dan mitra lain akan bertanggungjawab terkait pengelolaan, penjagaan, dan pemanfaatan hasil dari kebun gizi kedepannya. Antusiasme mitra yang baik dengan mewujudkan kebun gizi di area BUMDes menjadi indikator keberhasilan program ini, tanpa hambatan serta rintangan yang berarti.



Gambar 2. Pemaparan Program Pengabdian



Gambar 3. Penanaman Bibit Sayuran



Gambar 4. Polybag Kebun Gizi

V. KESIMPULAN

Program inovasi kebun gizi sendiri baru ada dan diwujudkan ketika masyarakat dan tim pengabdian saling bertemu. Ini merupakan sejarah baru bagi desa Lanta karena masyarakat belum menyadari inovasi kebun gizi sebelumnya hingga tim memberikan informasi dan penyadaran untuk memenuhi kebutuhan zat gizi. Antusiasme yang tinggi untuk bergotong royong, respon yang positif, dan kelancaran dalam mewujudkan inovasi kebun gizi sudah menentukan keberhasilan program ini. Pemanfaatan lahan kosong untuk kebun gizi diharapkan menjadi *trending* bagi masyarakat setelah adanya kebun gizi percontohan di area BUMDes. Untuk pengadaan kebun gizi dengan skala yang lebih luas juga harus digalakkan di masa yang akan datang agar hasil kebun lebih banyak dinikmati kebermanfaatannya di tengah masyarakat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima Kasih kami ucapkan kepada Universitas Muhammadiyah Bima atas fasilitas dan media penghubung antara tim pengabdian dengan mitra program di desa Lanta, serta dukungan penuh baik materil maupun moril demi kelancaran program pengabdian masyarakat ini sampai diterbitkan menjadi bentuk jurnal pengabdian kepada masyarakat (PKM).

DAFTAR PUSTAKA

- Ayuningtyas, C. E., Jatmika, S. E. D., & Yulianti, R. (2020). Peningkatan Gizi Keluarga melalui Kebun Sayur. *Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 5(1), 221–226. doi:10.30653/002.202051.277
- Candra, A., Ardiaria, M., Probosari, E., Murbawani, E. A., Puruhita, N., Sulchan, M., & Subagio, H. W. (2021). KEBUN GIZI UNTUK MEMBANTU MEMENUHI KEBUTUHAN ZAT GIZI MASYARAKAT. *JNH (Journal of Nutrition and Health)*, 9(2), 25–30. doi:10.14710/jnh.9.2.2021.25-30
- Infodatin. (2018). *Konsumsi Makanan Penduduk Indonesia*. Retrieved from Kemkes.go.id website: <https://www.kemkes.go.id/article/view/19011500010/konsumsi-makanan-penduduk-di-indonesia-edisi-2018.html>
- Permenkes. (2014). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014 Tentang Pedoman Gizi Seimbang*. Retrieved from: http://hukor.kemkes.go.id/uploads/produk_hukum/PMK%20No.%2041%20ttg%20Pedoman%20Gizi%20Seimbang.pdf
- SSGI. (2021). *Buku Saku Hasil Studi Status Gizi Indonesia*. Retrieved from <https://www.litbang.kemkes.go.id/buku-saku-hasil-studi-status-gizi-indonesia-ssgi-tahun-2021/>
- Triyono, A., & Yudistiro, S. E. (2017). Efektifitas Komunikasi Penyuluh dalam Implementasi Program Kebun Gizi Mandiri oleh Rumah Zakat. *URECOL*, 151–166. Retrieved from <https://journal.unimma.ac.id/index.php/urecol/article/view/1539>