

## Pemanfaatan Lahan Pekarangan Dalam Upaya Penguatan Pangan Keluarga Dan Pencegahan Stunting

Vivi Hendrita<sup>1</sup>, Juli Supriyanti<sup>2</sup>, Refika Komala<sup>3</sup>, Fildza Arief<sup>4</sup>

<sup>1234</sup>Prodi Departemen Agroindustri, Faklutas MIPA, Universitas Negeri Padang, Indonesia

\*Corresponding-Author. Email: vivihendrita86@gmail.com

### Abstrak

Pangan merupakan kebutuhan pokok manusia yang harus terpenuhi setiap harinya. Namun pemenuhan pangan keluarga terkadang masih sulit terpenuhi oleh sebagian masyarakat terutama masyarakat yang berpenghasilan rendah khususnya dipedesaan. Kekurangan pangan dapat berdampak terhadap kelaparan dan Gizi buruk dan bahkan kematian. Upaya Pemenuhan kebutuhan pangan dapat dilakukan mulai dari rumah tangga. Salah satu upaya memenuhi kebutuhan pangan dirumah tangga dapat dilakukan dengan memanfaatkan lahan pekarangan. Berdasarkan analisis situasi dan kondisi yang dilakukan di Desa talawi Mudiak Kecamatan talawi Kotas sawahlunto didapatkan masih banyaknya lahan-lahan pekarangan yang menjadi lahan menganggur dan masih kurangnya pemahaman warga tentang Budidaya tanaman, masih banyak masyarakat yang belum mengerti bahwa budidaya tidak memerlukan banyak tempat dan biaya yang besar dan bahkan dengan memanfaatkan lahan pekarangan dapat mencukupi kebutuhan pangan serta menambah pendapatan rumah tangga selain itu juga diketahui bahwa ada 9 anak-anak di Desa Talawi Mudiak terindikasi gejala stunting. Untuk menjawab permasalahan tersebut maka kegiatan pengabdian ini dilakukan dengan tujuan memberikan pemahaman kepada masyarakat akan pentingnya memanfaatkan lahan pekarangan dengan membudidayakan tanaman untuk pemenuhan pangan rumah tangga. Metode yang digunakan dalam kegiatan PKM ini adalah sosialisasi, dan penyuluhan serta demonstrasi cara pembudidayaan tanaman yang baik.

**Kata Kunci:** lahan pekarangan, penguatan pangan, stunting

### Abstract

*Food is a basic human need that must be met every day. However, the fulfillment of family food is sometimes still difficult for some people, especially people with low incomes, especially in rural areas. Food shortages can have an impact on hunger and malnutrition and even death. Efforts to meet food needs can be done starting from the household. One of the efforts to meet household food needs can be done by utilizing the yard. Based on the analysis of the situation and conditions carried out in Talawi Mudiak Village, Talawi Kotas Sawahlunto District, it was found that there were still many yards that became idle land and there was still a lack of understanding of residents about plant cultivation, there were still many people who did not understand that cultivation did not require a lot of space and costs It is also known that 9 children in Talawi Mudiak Village have indications of stunting. To answer this problem, this community service activity is carried out with the aim of providing an understanding to the community of the importance of utilizing their backyard by cultivating plants to fulfill household food needs. The methods used in this PKM activity are outreach, and counseling as well as demonstrations of good plant cultivation methods.*

**Keywords:** culture, reyog ponorogo, migrant workers

## PENDAHULUAN

Pangan merupakan kebutuhan pokok manusia yang harus terpenuhi setiap harinya (Chaireni et al., 2020). Namun pemenuhan pangan keluarga terkadang masih sulit terpenuhi oleh sebagian masyarakat terutama masyarakat yang berpenghasilan rendah khususnya dipedesaan. Kekurangan pangan dapat berdampak terhadap kelaparan dan Gizi buruk dan bahkan kematian (Imansari, 2020). Upaya Pemenuhan kebutuhan pangan dapat dilakukan mulai dari rumah tangga. Salahsatu upaya memenuhi kebutuhan pangan di rumah tangga dapat dilakukan dengan memanfaatkan lahan pekarangan.

Pekarangan adalah taman rumah yang bersifat pribadi, yang merupakan sistem yang terintegrasi dengan hubungan yang erat antara manusia, tanaman, dan hewan (Pratiwi, Syahfitri & Andesta, 2021). Lahan pekarangan memiliki fungsi multiguna, karena dari lahan yang relatif sempit ini, bisa menghasilkan bahan pangan seperti umbi-umbian, sayuran, buah-buahan, bahan tanaman rempah dan obat, serta bahan pangan hewani yang berasal dari unggas, ternak kecil maupun ikan. Manfaat yang akan diperoleh dari pengelolaan pekarangan antara lain dapat: memenuhi kebutuhan konsumsi dan gizi keluarga, menghemat pengeluaran, dan juga dapat memberikan tambahan pendapatan bagi keluarga (Ramadhan, Barbara & Yamani, 2022).

Dengan memanfaatkan lahan pekarangan maka kebutuhan pangan keluarga dapat terpenuhi sehingga diharapkan juga dapat mencegah stunting dengan kebutuhan gizi yang terpenuhi. Menurut data kementerian kesehatan diketahui 8 juta anak Indonesia mengalami pertumbuhan yang tidak maksimal dan 1 dari 3 dari anak Indonesia terkena stunting (Putri, Irawan & Mukono, 2021). Salah satu rumusan penting dalam penurunan stunting yaitu dengan peningkatan produksi dan diversifikasi pangan serta pemenuhan gizi di tingkat keluarga (Anjani et al., 2022).

Selama ini banyak lahan pekarangan masyarakat yang belum dimanfaatkan secara baik dan maksimal, hal ini dikarenakan kurangnya pemahaman masyarakat untuk memanfaatkan lahan yang mereka miliki dengan menanam tanaman yang produktif sehingga banyak lahan pekarangan yang menjadi lahan menganggur.

Perumusan konsep pada pengabdian masyarakat adalah ingin merubah pandangan masyarakat akan pentingnya kebutuhan pangan dan gizi keluarga dengan memanfaatkan lahan pekarangan yang mereka miliki melalui kegiatan pengabdian pada masyarakat dimana Kegiatan Pengabdian Masyarakat merupakan salah satu bagian dari Tri Dharma Perguruan Tinggi dengan tujuan meningkatkan Sumber Daya Manusia.

Strategi yang dilakukan adalah dengan melakukan survei lapangan kepada tokoh masyarakat dan perangkat desa. Dari survey diketahui bahwa umumnya masyarakat di Desa Talawi Mudiak memiliki lahan pekarangan yang belum dimanfaatkan dengan baik sehingga banyak yang menjadi lahan menganggur. Hal ini dikarenakan kurangnya pemahaman masyarakat akan arti penting lahan pekarangan yang mereka miliki selain itu juga kurangnya minat dan motivasi masyarakat untuk menanam tanaman produktif.

## METODE

### Sasaran Kegiatan

Sasaran kegiatan pengabdian tentang Pemanfaatan lahan Pekarangan dalam Upaya Penguatan Pangan keluarga Dan Pencegahan Stunting ini adalah ibu-ibu PKK dan Kader Posyandu yang ada di Desa Talawi Mudiak Kecamatan Talawi Kota Sawahlunto dengan jumlah peserta sekitar 35 orang. Pada kegiatan ini menggunakan narasumber dari dosen Departemen Agroindustri Fakultas MIPA UNP Kampus Sijunjung.

### Waktu Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan pengabdian masyarakat di Desa Talawi Mudiak Kecamatan Talawi Kota Sawahlunto dilaksanakan pada tanggal 28-29 Desember Tahun 2022 bertempat di balai Desa Talawi Mudiak.

### Metode Pelaksanaan

Pendekatan untuk pelaksanaan kegiatan pengabdian pada masyarakat ini meliputi metode ceramah, diskusi, dan demonstrasi. Metode ceramah dan diskusi dilaksanakan pada kegiatan sosialisasi yaitu bagaimana memanfaatkan potensi yang ada. Melalui kegiatan demonstrasi ini diharapkan dapat menyelesaikan permasalahan yang dihadapi oleh pihak mitra. Berikut tabel 1, menampilkan solusi sebagai penyelesaian rumusan permasalahan yang ada.

Tabel 1. Rancangan Solusi

No	Permasalahan	Solusi
1	Masih banyak lahan pekarangan yang menganggur dan belum dimanfaatkan	1. Sosialisasi (presentasi) 2. Diskusi dan tanya jawab
2	Masih kurangnya pemahaman warga tentang pentingnya gizi dan gejala stunting	1. Penyuluhan (materi) 2. Diskusi dan tanya jawab
3	Pembudidayaan tanaman	1. Penyuluhan 2. Demonstrasi 3. Diskusi dan tanya jawab

Berikut tahapan pelaksanaan kegiatan

#### 1. Persiapan kegiatan meliputi :

- a) Survei awal melihat situasi dan kondisi tempat pengabdian masyarakat sesuai permintaan dari pengurus PKK desa Talawi Mudiak.
- b) Pengurusan administrasi di Kampus UNP Sijunjung untuk izin pengabdian masyarakat (surat-

menyurat)

- c) Persiapan alat dan bahan serta akomodasi
- d) Persiapan tempat penyuluhan yang difasilitasi oleh pengurus desa Talawi mudiak.

#### 2. Kegiatan Penyuluhan, Edukasi dan Demonstrasi

- a) Sosialisasi dan edukasi tentang stunting, penyebab dan upaya pencegahannya kepada masyarakat dimana kegiatan ini dihadiri oleh ibu-ibu anggota PKK desa Talawi Mudiak
- b) Penyuluhan tentang pemanfaatan lahan pekarangan
- c) Demonstrasi penanaman sayur-sayuran
- d) Sesi diskusi/tanya jawab dengan peserta pengabdian masyarakat
- e) Penutupan.

### HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil yang diperoleh, pemanfaatan pekarangan oleh masyarakat Desa Talawi Mudiak belum berjalan optimal. Ini bisa dilihat dalam bentuk tanah berumput, di mana pekarangan orang hampir kosong tanpa tanaman. Masyarakat umumnya mengolah lahan pertanian di kebun masyarakat di belakang desa. Melalui pengabdian masyarakat ini, masyarakat bisa mendapatkan gambaran tentang manfaat mengelola pekarangan mereka.

Berbagai keuntungan diperoleh dengan memanfaatkan pekarangan menjadi produktif secara konseptual adalah sebagai berikut: a) Banyak yang tidak menyadari akan potensi pekarangan sebagai penghasil (tambahan), seperti bahan pangan atau bahan obat-obatan bahkan ternak untuk kebutuhan hidup sehari-hari dalam rangka

hidup sehat, murah dan mudah. b) Pemanfaatan pekarangan merupakan bagian dari pembangunan hutan kota, guna lingkungan yang nyaman, sehat dan indah, sangat mendukung pembangunan yang berkelanjutan dan berwawasan lingkungan (suistana-ble development), karena pemanfaatan pekarangan merupakan pelestarian ekosistem yang sangat baik. c) Jika setiap rumah mempunyai pekarangan yang indah serta terpelihara, sekaligus akan meningkatkan pembangunan hutan kota yang berbentuk menyebar dengan struktur yang berstrata akan meningkatkan kualitas lingkungan yang sejuk, sehat dan indah. D) Dengan membuat taman pekarangan, ini berarti akan dapat menyalurkan segala kreatifitas dan kesenangan ataupun hobi semua anggota keluarga. e) Unsur utama dalam pemanfaatan pekarangan adalah tanaman, apakah itu tanaman hortikultura, obat-obatan, bumbu-bumbuan, rempah-rempah dan lainnya. f) Pemanfaatan pekarangan dengan taman pekarangan yang konseptual akan memberikan kenyamanan serta dapat memenuhi kebutuhan jasmaniah dan rohaniah terutama anggota keluarga, maupun siapa saja yang lewat disekitar rumah kita. g) Pemanfaatan pekarangan mengandung nilai pendidikan khususnya dapat mendidik anggota keluarga cinta lingkungan, juga pekarangan dapat menjadi laboratorium hidup

Selama ini banyak masyarakat yang kurang memahami akan manfaat dari lahan yang dibisa diperuntukan untuk pembudidayaan, selain itu kesadaran dan keinginan untuk melakukan pembudidayaan tanaman dipekarangan juga masih kurang sehingga banyak dari lahan pekarangan hanya dibiarkan begitu saja.

Padahal jika dimanfaatkan banyak memberikan dampak positif bagi rumah tangga. Adapun tahapan yang dapat

dilakukan dalam pembudidayaan tanaman di pekarangan dapat dilakukan dengan cara :

### 1) **Persiapan Media Tanam**

Tahap ini merupakan tahap awal dalam berkebun. Jika pekarangan luas lahan perlu dibersihkan dari tanaman liar. Upayakan pembersihan lahan tidak menggunakan bahan kimia karena residunya dalam tanah akan mengurangi produktivitas tanah. Media tanam untuk bertanam sayur harus mengandung unsur-unsur mineral dan bahan organik. Bila tanah berwarna gelap dan gembur, kita hanya perlu memberikan pupuk tambahan pada saat penanaman. Sedangkan bila tanah berwarna agak terang, pucat, dan padat maka kita perlu mengolahnya secara intensif dengan mencangkul untuk mengemburkan tanah dilanjutkan dengan memberikan pupuk organik (pupuk kandang atau kompos) dan pupuk kimia (TSP, KCl, dan Urea) secara berimbang (Awali, Kiswari & Singgih, 2020). Untuk lahan sempit penanaman dalam pot dan vertikultur dapat menjadi alternatif. Yang perlu dilakukan adalah memilih pot yang sesuai dengan karakteristik tanaman, sehingga ukuran dan porositas pot perlu diperhatikan.

### 2). **Menentukan Jenis Tanaman**

Pilihlah jenis tanaman yang bermanfaat bagi keperluan rumah tangga baik untuk obat atau kesehatan (kunyit, jahe, temulawak, mengkudu) dan keperluan dapur (cabe, tomat, sereh, sayuran,) serta pelengkap gizi keluarga (pepaya, pisang, jeruk dan lain-lain). Upayakan menanam beragam jenis tanaman dengan maksud untuk mencegah adanya serangan hama dan penyakit pada tanaman.

### 3).Tata Letak Tanaman

Pada prinsipnya semua tanaman memerlukan sinar matahari yang cukup sepanjang hari. Tempatkan jenis-jenis yang berukuran kecil mulai dari bagian Timur dan tempatkan jenis tanaman yang berukuran besar seperti buah-buahan di bagian sebelah Barat. Hal ini dimaksudkan agar jenis tanaman yang besar tidak menaungi/menghalangi sinar matahari terhadap tanaman yang kecil. Demikian pula kerapatan dan populasi tanaman perlu diperhatikan karena mempengaruhi efisiensi penggunaan cahaya matahari serta persaingan antar tanaman dalam menggunakan air dan unsur hara. Aturlah tata letak sedemikian rupa yang disesuaikan dengan kondisi lingkungan misalnya jangan sampai menghalangi jalan masuk, menghalangi pandangan, dan sebagian tanaman atau kotoran masuk ke areal kebun tetangga (Widyastuti, Sugianthara & Semarajaya, 2020).

### 4) Pemeliharaan

Tahap pemeliharaan baik untuk lahan maupun tanaman merupakan hal yang harus selalu diperhatikan. Pemeliharaan tanaman meliputi beberapa aspek yang harus diperhatikan yaitu penyiangan, penyiraman, pemupukan serta pengendalian hama dan penyakit. Pemberian air dengan cara penyiraman secara kontinyu sangat penting terutama pada tanaman yang berumur muda dan baru tumbuh, untuk selanjutnya aktivitas penyiraman ini dapat disesuaikan dengan kondisi lingkungan lahan pekarangan apakah kekeringan atau basah (lembab). Tetapi umumnya tanaman sayur disiram 1-2 kali per hari untuk tanaman sayur dalam pot.

Pemupukan bertujuan untuk memberikan suplai unsur hara tambahan pada tanaman. Sebaiknya bahan pupuk yang digunakan bersifat organik, misalnya pupuk organik cair, kompos dan pupuk kandang (Kurniasari, 2023).

Pengendalian hama penyakit lebih mudah dilakukan dalam kegiatan pemanfaatan pekarangan dengan tanaman sayur ini. Untuk tanaman di pot kemungkinan penularan penyakit melalui akar jarang terjadi karena akar dibatasi oleh pot. Pada lahan pekarangan yang sempit kita bisa mengendalikan hama dan penyakit secara manual sehingga penggunaan bahan kimia dapat dibatasi. Hal ini akan membuat sayuran yang dihasilkan dari pekarangan lebih sehat untuk dikonsumsi, karena merupakan sayuran organik.

### 5). Pemanenan

Sayuran perdu yang di petik daunnya sudah dapat dipetik hasilnya pada umur 35-40 hari. Pemanenan dapat dilakukan dengan selang 3-4 hari. Namun berbeda dengan bayam cabut dan kangkung darat dilakukan secara langsung dengan mencabut tanaman beserta akarnya. Jenis sayuran seperti kol, sawi, selada dipanen umur 2-3 bulan. Kacang-kacangan dipanen dengan melihat kondisi polong kacangnya. Cabe dan tomat dapat dipanen umur 45-50 hari setelah tanam. Labu siam dipanen antara 3-5 bulan setelah tanam. Tanaman yang tidak sekali panen jika pemeliharaannya baik dapat terus dipanen dalam waktu yang lama (Nurdin, Lembang & Kasmawati, 2019).

Sebelum melakukan kegiatan penyuluhan, pemateri memperkenalkan diri terlebih dahulu kemudian mencoba menggali pengetahuan masyarakat

khususnya ibu-ibu PKK tentang pangan dan gizi keluarga serta bagaimana cara mereka memanfaatkan lahan pekarangan yang mereka miliki selama ini. Setelah menggali pengetahuan dasar kemudian pemateri mulai memaparkan materi edukasi mengenai pangan dan gizi keluarga serta tentang upaya pencegahan stunting melalui pemanfaatan lahan pekarangan dengan menanam tanaman sayur-sayuran dan tanaman produktif lainnya untuk mencukupi pangan dan gizi keluarga seperti terlihat pada gambar 1.



Gambar 1. Sosialisasi Dan Pemaparan Materi Tentang Pentingnya Dalam Upaya Mencegah Stunting

Selanjutnya kegiatan dilanjutkan dengan pemaparan materi tentang pembudidayaan tanaman yang baik, mulai dari tahap pengenalan media tanam, pemilihan jenis tanaman, tataletak, pemeliharaan dan pemanenan. Seperti terlihat pada gambar 2 dan 3.



Gambar 2. Pemaparan Materi Tentang Pembudidayaan Tanaman



Gambar 3. Demonstrasi Proses Penyiapan Media Tanam

Kegiatan pengabdian dengan tema “Pemanfaatan lahan pekarangan dalam upaya penguatan pangan keluarga dan pencegahan stunting” secara umum berjalan dengan lancar. Pengurus TP-PKK beserta perangkat desa turut membantu dan memfasilitasi mempersiapkan tempat dan mengkoordinir peserta pengabdian. Adapun Output yang didapat dari kegiatan pengabdian masyarakat ini diantaranya :

- Sasaran pengabdian mendapatkan pengetahuan
- Dari hasil pengabdian, peserta pengabdian memahami mengenai isi materi dan diakhir sesi diberikan waktu tanya jawab.

Di akhir kegiatan ditutup dengan foto bersama seperti terlihat pada gambar berikut:



Gambar 4. Foto Bersama peserta kegiatan PKM

## KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat “Pemanfaatan Lahan Pekarangan Dalam Upaya Penguatan Pangan Keluarga Dan Pencegahan Stunting” ini telah terlaksana dengan baik, dengan sosialisasi dan penyuluhan yang telah diberikan diharapkan bertambah pemahaman masyarakat akan pentingnya pemanfaatan lahan dengan pembudidayaan tanaman produktif sehingga dapat meningkatkan kebutuhan dan ketahanan pangan rumah tangga serta dapat mencegah stunting.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anjani, S., Anggraini, F. D. P., Setyawati, V. A. V., Aprianti, A., & Indriati, A. N. (2022). Efektivitas metode edukasi berbasis Mobile Edu App sebagai upaya intervensi penurunan stunting dengan pendekatan asuh, asih, asah. *Jurnal Eduscience*, 9(1), 143-151.
- Awali, D. N., Kiswari, L., & Singgih, S. (2020). Pengaruh Media Tanam Terhadap Pertumbuhan dan Perkembangan Daun Bawang (*Allium fistulosum* L.) Bibit Anakan. *Agrifor: Jurnal Ilmu Pertanian Dan Kehutanan*, 19(2), 275-280.
- Chaireni, R., Agustanto, D., Wahyu, R. A., & Nainggolan, P. (2020). Ketahanan Pangan Berkelanjutan. *Jurnal Kependudukan dan Pembangunan Lingkungan*, 1(2), 70-79.
- Imansari, N. I. (2020). Praktikum Mengenai Kebutuhan Atau Utilitas Dalam Kehidupan Sehari-Hari. *Jurnal Masharif Al-Syariah: Jurnal Ekonomi dan Perbankan Syariah*, 5(2), 12-25.
- Kurniasari, K. A. (2023). Pelatihan Pemupukan Berimbang Bagi Kelompok Petani Di Desa Sukomulyo. *KARYA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1), 336-339.
- Pratiwi, N., Syahfitri, J., & Andesta, M. (2021). Penyuluhan Sistem Pertanian Terpadu Dan Pemanfaatan Lahan Kosong Di Pekarangan Rumah Bagi Masyarakat Di Kabupaten Bengkulu Tengah. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kuliah Kerja Nyata (JIMAKUKERTA)*, 1(1), 69-73.
- Putri, M. G., Irawan, R., & Mukono, I. S. (2021). Hubungan Suplementasi Vitamin A, Pemberian Imunisasi, dan Riwayat Penyakit Infeksi Terhadap Kejadian Stunting Anak Usia 24-59 Bulan di Puskesmas Mulyorejo, Surabaya. *Media Gizi Kesmas*, 10(1), 72-79.
- Ramadhan, I., Barbara, B., & Yamani, H. Z. (2022). Kontribusi Pemanfaatan Lahan Pekarangan Terhadap Pendapatan Keluarga Dikelurahan Kalampangan Kecamatan Sebangau Kota Palangka Raya. *Journal Socio Economics Agricultural*, 17(2), 90-98.