

## PEMANFAATAN TANAMAN PEKARANGAN DI DESA PENIMBUNG, LOMBOK BARAT, SEBAGAI SALAH SATU BAHAN MAKANAN OLAHAN YANG DAPAT MEMPERBAIKI GIZI KELUARGA

Galuh Tresnani, Islamul Hadi\*, Yuliadi Zamroni, Sarkono

Program Studi Biologi FMIPA, Universitas Mataram

\*Corresponding-Author : [islamulh@unram.ac.id](mailto:islamulh@unram.ac.id)

**ABSTRAK.** Stunting adalah suatu kondisi dimana balita atau anak-anak memiliki pertumbuhan dan perkembangan yang kurang akibat gizi buruk, infeksi penyakit dan stimulasi fisik serta sosial yang kurang memadai. Desa Penimbung yang berada di Kabupaten Lombok Barat merupakan salah satu dari banyak desa di Pulau Lombok yang masih memiliki angka stunting sebesar 40%. Angka ini dapat diturunkan jika penduduk desa mampu memanfaatkan lahan pekarangan dan tanamannya dalam olahan makanan yang dapat meningkatkan gizi keluarga. Salah satu olahan makanan yang paling mudah adalah jajanan anak berupa roti isi dimana bahan isian dan pewarnanya merupakan hasil tanaman pekarangan. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk memberikan informasi dan pelatihan kepada warga Desa Penimbung mengenai pengolahan pangan sehat bagi keluarga. Kegiatan pengabdian dilakukan dalam 3 tahapan yaitu tahap survey lokasi, penyuluhan dan pelatihan. Penyuluhan dan pelatihan diberikan kepada ibu-ibu PKK dan wanita kelompok tani Desa Penimbung. Hasil dari kegiatan pengabdian ini berupa lahan pekarangan contoh yang telah ditanami dengan tanaman bermanfaat dan keterampilan ibu-ibu PKK dalam pembuatan pasta ubi serta roti dengan bahan pewarna alami.

*Kata Kunci: pekarangan, olahan, pangan, Penimbung*

**ABSTRACT.** Stunting is the impaired growth and development that children experience from poor nutrition, repeated infection, and inadequate psychosocial stimulation. Penimbung village in West Lombok subdistrict, is one of many villages in Lombok Island that have stunting number around 40%. This number can be reduced if the villager can make use of their own yard to plant vegetables which can improve their family nutrition. This devotion to community activity aims were to gave some information and small workshop for Penimbung villager about the use of yard and healthy food processing. The activities of the devotion to community consist of location survey, tutoring and small workshop which were done in Penimbung village government office. The tutoring and workshop will be given to women from Family Welfare Program and the peasant women in the Penimbung village. These devotion to community activities results the village example yards that already planted with useful plants and the skill for women in the Family Welfare Program to make sweet potato paste and steam bread with natural coloring food.

*Keywords: yard, process, food, Penimbung*

### PENDAHULUAN

Stunting atau yang dikenal juga dengan istilah anak cebol atau pendek merupakan suatu status kesehatan yang sangat penting. Stunting adalah suatu kondisi dimana balita atau anak-anak memiliki tinggi badan yang kurang jika dibandingkan dengan umur. Kurangnya gizi anak selain menjadi penyebab stunting, juga dapat menyebabkan rendahnya kualitas tingkat pendidikan pada anak usia sekolah, menghambat pertumbuhan motorik dan mental, peningkatan risiko obesitas dan penyakit tidak menular (degeneratif) seperti diabetes, hipertensi, jantung, stroke dan kanker yang

dapat berdampak pada penurunan kualitas sumber daya manusia (Kusuma & Nuryanto, 2013; Sutartodkk., 2018).

Untuk mengatasi dampak stunting, usaha yang dapat dilakukan berupa kegiatan intervensi gizi yang dibedakan menjadi 2 yaitu Intervensi Gizi Spesifik dan Intervensi Gizi Sensitif. Kegiatan Intervensi Gizi Spesifik dilakukan pada sector kesehatan dan menyumbangkan penurunan stunting sebesar 30%. Target sarasannya adalah ibu hamil dan menyusui serta anak-anak dalam 1.000 hari perkembangan pertama. Kegiatan lainnya, Intervensi Gizi Sensitif, bekerja pada sector pembangunan diluar sector kesehatan. Kegiatan ini menyumbangkan penurunan stunting sebesar 70% dan targetnya adalah masyarakat secara umum, tidak hanya ibu hamil dan menyusui (Saputri, 2019; Pusat Data Kementerian Kesehatan RI, 2018). Menurut Minarto (2018), akses dan kecukupan terhadap pangan yang sehat dan aman merupakan salah satu faktor keberhasilan program penanganan dan pencegahan stunting. Hal ini meliputi bagaimana sumber makanan segar, semi olahan dan olahan penuh dari petani sampai ke meja makan keluarga. Akses yang dimaksudkan juga termasuk pada kemampuan sebuah keluarga mengadakan dan mengolah makanan sehat.

Masalah stunting di Nusa Tenggara Barat masih cukup tinggi meskipun sudah terjadi penurunan, namun belum signifikan. Beberapa Desa di beberapa Kabupaten di Pulau Lombok masih banyak yang mengalami stunting. Desa Penimbung yang berada di Kecamatan Gunungsari, Kabupaten Lombok Barat merupakan salah satu dari banyak desa di Pulau Lombok yang masih mengalami gizi buruk dan mengakibatkan stunting. Kegiatan Pengabdian Pada Masyarakat ini bertujuan untuk memberikan informasi mengenai pengelolaan lahan pekarangan yang baik melalui kegiatan penyuluhan dan memberikan pelatihan pengolahan pangan sehat bagi keluarga.

## ANALISIS PERMASALAHAN

Kondisi gizi buruk masih menjadi permasalahan di Desa Penimbung yang dapat berakibat pada stunting. Kondisi ini disebabkan oleh banyak faktor diantaranya belum adanya pemanfaatan lahan pekarangan untuk meningkatkan gizi keluarga, belum adanya kemauan dan kemampuan dalam mengolah produk lahan pekarangan menjadi makanan sehat dan bergizi, serta kurangnya pengetahuan mengenai asupan sehat bagi keluarga.

## SOLUSI YANG DITAWARKAN

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini dilakukan dalam 3 tahapan yaitu survey lokasi, kegiatan penyuluhan dan kegiatan pengolahan pangan. Survey lokasi dilakukan guna melihat kondisi masyarakat atau kondisi stunting di Desa Penimbung. Selanjutnya survey dilakukan juga terhadap lokasi dimana kegiatan pengabdian akan dilaksanakan dan menentukan masyarakat target.

Kegiatan penyuluhan diawali dengan tahap penyusunan materi penyuluhan dan pelatihan. Materi untuk kegiatan penyuluhan terdiri dari materi mengenai pengetahuan stunting, penyebab dan strategi penanggulangannya. Materi lainnya mengenai strategi penanggulangan stunting melalui intervensi gizi. Intervensi gizi dalam hal ini adalah kegiatan peningkatan gizi keluarga melalui pemanfaatan lahan pekarangan dan produk yang dihasilkannya.

Kegiatan tahapan terakhir berupa pelatihan pengolahan pangan. Makanan yang diolah merupakan bahan makanan yang dapat ditanam di lahan pekarangan warga Desa Penimbung. Olahan makanan yang di praktekkan berupa pembuatan pasta ubi dan roti dengan pewarna bahan alam.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Selama kegiatan survey, dijumpai beberapa permasalahan yang berkaitan dengan pemanfaatan lahan pekarangan. Sejumlah warga masih belum dapat memanfaatkan lahan

pekarangan dengan baik. Selain itu, dijumpai juga masalah pada ibu rumah tangga dan remaja putri yang masih belum paham akan gizi buruk dan stunting sertakaitannya dengan pemanfaatan lahan pekarangan. Sebagian besar wanita di Desa Penimbung merupakan ibu rumah tangga dan sebagian lainnya bekerja sebagai petani.

Kegiatan pengabdian yang pertama yaitu pemberian pemahaman kepada warga mengenai kondisi stunting / gizi buruk, kegiatan yang dilakukan adalah pemberian penyuluhan akan pengertian dan contoh gizi buruk. Hasil dari kegiatan ini yaitu terjadinya peningkatan pemahaman warga terhadap pentingnya gizi keluarga dalam mengurangi angka stunting di desa mereka. Warga desa menjadi lebih paham dengan akibat stunting terhadap prestasi gemilang anak-anak desa dan berakibat buruk bagi perkembangan desa di masa mendatang.

Kegiatan penyuluhan juga mencakup teori bagaimana warga Desa Penimbung dapat belajar mengenai pemanfaatan lahan pekarangan, salah satunya dengan memanfaatkan lahan pekarangan untuk bercocok tanam tanaman yang dapat dikonsumsi untuk kebutuhan sehari-hari. Penyuluhan terbagi menjadi 2 tahap, tahap pertama penyuluhan mengenai pengertian pekarangan dan bagaimana cara memanfaatkannya serta jenis tanaman apa saja yang bisa ditanam di pekarangan. Setelah diberikannya penyuluhan ini warga dapat mengerti dan memahami akan arti penting pekarangan rumah mereka yang selama ini belum dimanfaatkan dengan maksimal. Selain itu, warga juga menjadi lebih paham akan beberapa tanaman konsumsi yang dapat ditanam di lahan pekarangan yang sempit. Tanaman ini nantinya dapat dikonsumsi sendiri dan dapat membantu keluarga dalam meningkatkan gizinya.

Kegiatan lain yang dilakukan dalam program pengabdian ini meliputi kegiatan penyuluhan dan sekaligus pelatihan pengolahan atau pembuatan produk dari tanaman yang ditanam di pekarangan mereka. Produk yang dihasilkan merupakan produk pangan yang dapat meningkatkan gizi keluarga dan bahkan dapat dijual untuk meningkatkan ekonomi keluarga. Selama kegiatan pelatihan warga diajarkan bagaimana cara membuat pewarna makanan dari bahan alami yang bisa ditanam di pekarangan. Bahan dasar yang digunakan adalah bunga telang biru dan buah naga merah, yang selain indah ternyata juga mempunyai sejumlah manfaat kesehatan. Selanjutnya warga diberikan pelatihan bagaimana memanfaatkan pewarna alam dari bunga telang biru dan buah naga merah untuk membuat roti dengan isian pasta ubi. Ubi juga merupakan bahan dasar yang murah dan mudah diperoleh di Desa Penimbung.



Gambar 1. Kegiatan penyuluhan pembuatan olahan pangan tanaman pekarangan

Selama kegiatan pelatihan pembuatan olahan dari tanaman pekarangan, seluruh warga berperan aktif. Ibu PKK dan kelompok wanita tani ikut mempraktekkan pembuatan pewarna, pasta ubi dan roti. Kegiatan ini berhasil dengan baik, bahan yang disediakan selama kegiatan kurang akibat antusias warga untuk ikut dalam proses pembuatan produk olahan. Pasta ubi dan roti yang dihasilkan juga enak dan lembut.



Gambar 2. Proses pembuatan bakpao

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan yang sudah memenuhi target seluruh rencana kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang diajukan maka dapat disimpulkan bahwa kegiatan ini berhasil dan sukses. Warga Desa Penimbung sangat menginginkan adanya kegiatan pengabdian berikutnya di desa mereka. Berdasarkan antusia meter sebut dapat disarankan kegiatan pengabdian berikutnya di Desa Penimbung berupa bercocok tanam hidroponik dan prospek bisnisnya.

## REFERENSI

- Ashari, Saptana, Tri Bastuti Purwantini. 2012. Potensi dan Prospek Pemanfaatan Lahan Pekarangan untuk Mendukung Ketahanan Pangan. Forum Penelitian Agro Ekonomi Volume 30 Nomor 1, Juli 2012 Hal. 13-30.
- Kusmiati, A. dan Sholikhah, U. 2015. Peningkatan Pendapatan Keluarga melalui Pemanfaatan Pekarangan Rumah dengan Menggunakan Teknik Vertikultur. Jurnal Inovasi dan Kewirausahaan Volume 4 Nomor 2, Mei 2015, Hal. 94-101.
- Kusuma, K.E., dan Nuryanto, 2013, Faktor Risiko Kejadian Stunting Pada Anak Usia 2 – 3 tahun (Studi di Kecamatan Semarang Timur), Journal of Nutrition College, Vol. 2 (4) pp: 523 – 530.
- Minarto, 2018, Penguatan Koordinasi Pembangunan Pangan dan Gizi Dalam Penurunan Stunting, Makalah Utama Bidang 5, Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi XI.
- Noverita, S. 2005. Pengaruh Konsentrasi Pupuk Pelengkap Cair Nipkaplus dan Jarak Tanam Terhadap Pertumbuhan dan Produksi Tanaman Baby Kaylan (*Brassica oleraceae* L.) Secara Vertikultur. J. Penelitian Bidang Ilmu Pertanian, 3(1): 21-29.
- Pusat Data Kementerian Kesehatan RI, 2018, Situasi Balita Pendek (Stunting) Di Indonesia, Buletin Jendela Data dan Informasi Kesehatan.
- Saputri, R.A., 2019, Hulu-Hilir Penanggulangan Stunting Di Indonesia, Journal of Political Issues, Vol. 1 (1), pp: 1 – 9.
- Sutarto, D. Mayasari, dan R. Indriyani, 2018, Stunting, Faktor Resiko dan Pencegahannya, Agromedicine, Vol. 5 (1), pp: 540 – 545.
- Utami, N.W.A., K.T. Adhi, dan L.S. Ani, 2015, Pelatihan Kader Posyandu Tentang Penganeekaragaman Konsumsi Pangan Di Daerah Rawan Pangan Kabupaten Karangasem, Bali, Laporan Akhir Hibah Udayana Mengabdikan, Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kedokteran, Universitas Udayana.
- Winardi. 2013. Profil Pertanian Terpadu Lahan Pekarangan di Kota Padang: Tinjauan Budidaya Pertanian. Jurnal Online Pertanian Tropik Pascasarjana FP USU Volume 1 Nomor 1, Juni 2013, Hal. 21-32