



PEMBERDAYAAN IBU RUMAH TANGGA DI PANORAMA MELALUI EDUKASI BUDIDAYA SAYURAN DENGAN HIDROPONIK DAN MEDIA TANAM

Oleh

Resti Fajarfika¹, Tanti Dewinggih²

¹Fakultas Pertanian, Universitas Garut

²Fakultas Sains dan Teknologi, Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung

Email: [1fajarfikaresti@gmail.com](mailto:fajarfikaresti@gmail.com)

Article History:

Received: 22-06-2023

Revised: 19-07-2023

Accepted: 25-07-2023

Keywords:

Hydroponic, Housewives,
Urban, Vegetables

Abstract: *Vegetables have many benefits for the body so they become an important menu in meeting the nutritional needs of the family. Vegetables can be grown on land, polybags, and hydroponically. In housing or urban areas that have limited land, you can plant in your yard by selecting the appropriate planting method. The purpose of this service is to empower housewives in urban areas through education on vegetable cultivation. Methods of activities carried out are surveys, counselling, discussions, and direct practice. The results of the activities that have been carried out are that housewives can directly practice hydroponic vegetable planting and planting media. In addition, it adds insight into vegetable seeds that can be planted*

PENDAHULUAN

Sayuran merupakan menu penting dalam memenuhi kebutuhan gizi keluarga. Hal ini karena sebagai sumber vitamin dan mineral yang mengandung antioksidan yang dapat mengurangi penyakit tidak menular karena kekurangan gizi (Kementerian Kesehatan RI, 2014).

Secara umum sayuran mengandung karoten atau vitamin A (yang berperan dalam penglihatan, pembelahan sel, fungsi kekebalan pertumbuhan dan sebagai antioksidan), folat, vitamin C, vitamin K, vitamin E, vitamin D, magnesium, kalium, zat besi dan serat makanan (Sari, 2023). Adapun manfaat dari sayuran yaitu mencegah dan mengurangi stress berlebih, memperlancar buang air besar, mencegah penyakit jantung dan kanker, mempertahankan berat badan seimbang, sumber energi tubuh, membersihkan racun dalam tubuh (detoksifikasi), mencegah kelahiran bayi cacat, menjaga kesehatan mata, kulit menjadi sehat, tulang menjadi kuat dan menu makanan sehat (Kemenkes RI, 2018).

Sayuran kebanyakan ditanam oleh petani yang memiliki luas lahan yang cukup. Namun, bagi sebagian masyarakat yang tidak memiliki lahan luas seperti di perumahan yang memiliki lahan sempit maka pekarangan rumah menjadi salah satu solusi dan cara menanam menjadi salah satu yang harus dipertimbangkan seperti menggunakan media tanam di polybag dan secara hidroponik. Sayuran yang ditanam di polibag tidak berbeda jauh dengan di lahan, yang membedakan adalah di polibag membutuhkan perbandingan media tanam yang tepat antara tanah dan kompos, sedangkan di lahan tidak perlu ada perbandingan media. Berbeda dengan hidroponik yang tidak memerlukan lahan karena menggunakan



nutrisi cair sebagai media tanam. Media tanam yang dapat digunakan diantaranya *cocopeat*, arang sekam, kerikil, kapas, serbuk gergaji, *rockwool* (Nurifah dan Fajarfika, 2020).

Produksi tanaman dari hidroponik lebih terjamin bebas dari hama dan penyakit, dapat dijadikan sumber mata pencaharian, memenuhi sumber gizi keluarga dan masyarakat, dapat diusahakan dalam skala besar untuk di ekspor (Tallei *et al.*, 2017). Hasil sayuran lebih bersih dan segar, serta bebas dari pestisida (Susilawati, 2019).

Di rumah yang berperan menyediakan sayuran biasanya di sediakan oleh ibu. Ibu rumah tangga sering diidentikan dengan kegiatannya yang mengurus kebutuhan di rumah saja dan memiliki peran yang penting dalam keluarga. Sehingga memiliki waktu yang cukup untuk melakukan kegiatan lain. Ibu rumah tangga di Perumahan Panorama, Jatinangor kebanyakan memiliki kegiatan sampingan yaitu berjualan di depan rumah dan menanam tanaman hias dalam pot di halaman rumahnya. Namun, tidak untuk sayuran karena memiliki pekarangan yang tidak memadai atau cukup sempit. Beberapa rumah ada yang memiliki pekarangan, namun dibiarkan begitu saja. Hal inilah yang menjadi landasan untuk diberdayakannya ibu rumah tangga di Panorama melalui edukasi penanaman sayuran secara hidroponik dan media tanam.

METODE

Pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di RT 01/ RW 14 Panorama, Jatinangor. Metode pelaksanaan yang dilakukan meliputi survey pendahuluan, penyuluhan, diskusi, praktik dengan persiapan alat dan bahan, serta penanaman. Tanaman yang ditanam yaitu daun bawang, bawang putih, kangkung, pakcoy, dan selada. Sayuran yang ditanam di polibag, sebelumnya dilakukan pesemaian terlebih dahulu menggunakan tray. Media yang digunakan adalah tanah gembur dan kompos dengan perbandingan 1:1. Setelah berumur 2 minggu, pindah tanam ke polibag. Penanaman secara hidroponik yang dilakukan adalah menerapkan kain panel sebagai sumbu, menanam biji sayuran pada *rockwool* sebagai media tanam yang sudah dibasahi air, dan membuat air nutrisi.

HASIL

Survey pendahuluan dilakukan untuk mengetahui permasalahan yang ada di lokasi tempat pengabdian melalui diskusi dengan ibu-ibu rumah tangga. Materi penyuluhan yang disampaikan diantaranya 1) pentingnya sayuran dalam memenuhi kebutuhan gizi keluarga, 2) memanfaatkan pekarangan, 3) budidaya sayuran tanpa perlu lahan yang luas, 4) cara menanam sayuran secara hidroponik, 5) cara menanam sayuran menggunakan media tanam.

Hasil yang dicapai pada pengabdian ini yaitu ibu-ibu rumah tangga dapat mempraktikkan langsung cara menanam sayuran dengan hidroponik dan media tanam. Pekarangan rumah di perumahan Panorama, Jatinangor umumnya tidak terlalu luas bahkan beberapa rumah pekarangannya dimanfaatkan untuk teras. Meskipun demikian tidak menjadi halangan untuk dapat menanam sayuran. Ada metode penanaman hidroponik yang tidak membutuhkan lahan. Hidroponik merupakan cara menanam sayuran menggunakan air bernutrisi sebagai media dan cocok ditanam di perkotaan.

Bagi sebagian ibu-ibu rumah tangga tidak tahu cara menanam sayuran karena tidak tahu sumber benih yang harus di tanam, misalnya yang dilakukan pada pengabdian ini daun bawang dapat menggunakan bagian batangnya sisa dari dapur atau belanjaan dari pasar cara ini disebut dengan setek, bawang putih dirangsang terlebi dahulu bagian akarnya dekat air



untuk tumbuh kemudian dipotong umbinya bagian atas dan dipindah ke polibag. Penanaman sayuran secara hidroponik merupakan hal baru bagi ibu-ibu rumah tangga di Panorama, sehingga ini hal menarik untuk diikuti. Beberapa ada yang memiliki kendala dalam pembuatan nutrisi dan cara memindahkan biji untuk di tanam. Selain itu, ketika menggunakan polibag sebagai media untuk menanam sayuran tidak tahu perbandingan tanah dan kompos. Adanya pengabdian ini menjadi jalan untuk menambah informasi dari tidak tahu menjadi tahu dan dari tahu menjadi lebih dalam pengetahuannya.

Selain dapat mempraktikkan langsung, ibu-ibu rumah tangga juga dapat kreatif memanfaatkan barang-barang bekas seperti botol minuman, galon air untuk dijadikan wadah bercocok tanam. Manfaat yang diperoleh yaitu sayuran yang ditanam sebagai sumber gizi keluarga, dapat berhemat, menambah keindahan di halaman rumah, membangun *image* bahwa menanam sayuran itu mudah dan murah.



Gambar 1. Penanaman sayuran secara hidroponik



Gambar 2. Persiapan media tanam untuk pesemaian dan polibag



Gambar 3. Penanaman sayuran menggunakan tray

KESIMPULAN

Ibu-ibu rumah tangga dapat mempraktikkan langsung secara mandiri menanam sayuran menggunakan media tanam dan secara hidroponik.

DAFTAR REFERENSI

- [1] Kementerian Kesehatan RI. 2014. Pedoman Gizi Seimbang. Jakarta : Kementerian Kesehatan RI.
- [2] Kemenkes RI. 2018. Apa saja manfaat sayur-sayuran?. <https://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/obesitas/apa-saja-manfaat-sayur-sayuran>. Diakses 2 Maret 2023.
- [3] Nurifah, G. dan Fajarfika, R. 2020. Pengaruh Media Tanam pada Hidroponik terhadap Pertumbuhan dan Hasil Kailan (*Brassica oleracea* L.). *Jagros*, Vol 4 (2): 281-291.
- [4] Sari, S.D.P. 2023. Pentingnya Sayur dan Buah. https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/2192/. Diakses 2 Maret 2023.
- [5] Susilawati. 2019. *Dasar-Dasar Bertanam Secara Hidroponik*. Unsri Press, Palembang.
- [6] Tallei, T.E., Rumengan, I.F.E., dan Adam, A.A. 2017. *Hidroponik untuk Pemula*. Unsrat Press, Manado.