

***Mangan Linjo* “Kademangan Lingkungan Ijo” Upaya Menekan Angka *Stunting* Dengan Budaya Konsumsi Sayur Organik Di Rw 04 Rt 02 Kelurahan Kademangan Kota Probolinggo**

¹⁾ **Veronica Sri Astuti N. dan Tim KKN Posko Kademangan**

Universitas Panca Marga Probolinggo

Jl. Yos Sudarso No. 107 Pabean Dringu Kab. Probolinggo

Email: veronica@upm.ac.id

ABSTRAK

Masyarakat di Kelurahan Kademangan tepatnya di RW 04 RT 02, masih termasuk masyarakat yang kurang peduli terhadap pola makan yang sehat. Mereka masih mengabaikan pentingnya asupan gizi yang dibutuhkan oleh tubuh. Gizi yang kurang terpenuhi dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan, salah satunya yaitu *stunting*. *Stunting* merupakan kondisi gagal pertumbuhan pada anak (pertumbuhan tubuh dan otak) akibat kekurangan gizi dalam waktu yang lama. Sehingga, anak lebih pendek dari anak normal seusianya dan memiliki keterlambatan dalam berpikir. Kekurangan gizi dalam waktu yang lama itu terjadi sejak janin dalam kandungan sampai awal kehidupan anak (1000 Hari Pertama Kelahiran). Untuk itu kegiatan pengabdian masyarakat oleh mahasiswa KKN Universitas Panca Marga Probolinggo 2019 direalisasikan dengan mewujudkan program “*Mangan Linjo*”, yang merupakan singkatan dari Kademangan Lingkungan Ijo. Program “*Mangan Linjo*” bertujuan membantu masyarakat di Kelurahan Kademangan untuk membangun suatu kawasan lingkungan hijau yang berisi budidaya sayuran organik sebanyak 180 *Polybag*. Metode yang dilakukan adalah dengan melibatkan langsung masyarakat setempat selama kegiatan berlangsung, sehingga selain mendapatkan himbauan, program ini secara fisik memfasilitasi masyarakat untuk mendapatkan sayuran organik secara mudah dan murah. Dengan adanya program ini, masyarakat sadar akan pentingnya asupan gizi yang baik melalui penggunaan sayuran organik dan menjadikan program ini program berkelanjutan setelah merasakan manfaatnya.

Kata kunci : Kelurahan Kademangan, Pola makan, tanaman sayur organik.

ABSTRACT

Communities in Kademangan Village precisely in RW 04 RT 02, are still among those who are less concerned about healthy eating patterns. They still ignore the importance of the intake of nutrients needed by the body. Poor nutrition can lead to various health problems, one of which is stunting. Stunting is a condition of growth failure in children (body and brain growth) due to malnutrition for a long time. Thus, children are shorter than normal children their age and have a delay in thinking. Malnutrition in a long time that occurs from the fetus in the womb until the beginning of the child's life (First 1000 Days of Birth). For this reason, community service activities by Panca Marga University Probolinggo 2019 KKN students are realized by realizing the "Mangan Linjo" program, which is an abbreviation of the Ijo Kademangan Lingkungan. The "Mangan Linjo" program aims to help the community in Kademangan Village to build a green environment containing 180 organic polybags. The method used is to directly involve the local community during the activity, so that in addition to getting an appeal, this program physically facilitates the community to get organic vegetables easily and cheaply. With this program, the community is aware of the importance of good nutrition through the use of organic vegetables and makes this program a sustainable program after feeling the benefits

Keywords: Kademangan Village, Diet, organic vegetable plants

Dikirim : 23 September 2019

Direvisi : 21 Oktober 2019

Diterima : 27 Oktober 2019

PENDAHULUAN

Stunting merupakan bentuk kegagalan pertumbuhan (growth faltering) akibat akumulasi ketidakcukupan nutrisi yang berlangsung lama mulai dari kehamilan sampai usia 24 bulan". Stunting merupakan kondisi gagal pertumbuhan pada anak (pertumbuhan tubuh dan otak) akibat kekurangan gizi dalam waktu yang lama. Sehingga, anak lebih pendek dari anak normal seusianya dan memiliki keterlambatan dalam berpikir. Kekurangan gizi dalam waktu yang lama itu terjadi sejak janin dalam kandungan sampai awal kehidupan anak (1000 Hari Pertama Kelahiran) (Kemenkes, 2019).

Banyak faktor yang menyebabkan tingginya kejadian stunting pada balita. Penyebab langsung adalah kurangnya asupan makanan dan adanya penyakit infeksi (Unicef, 1990; Hoffman, 2000; Umeta, 2003). Faktor lainnya adalah pengetahuan ibu yang kurang, pola asuh yang salah, sanitasi dan hygiene yang buruk dan rendahnya pelayanan kesehatan (Unicef, 1990). Selain itu masyarakat belum menyadari anak pendek merupakan suatu masalah, karena anak pendek di masyarakat terlihat sebagai anak-anak dengan aktivitas yang normal, tidak seperti anak kurus yang harus segera ditanggulangi. Demikian pula halnya gizi ibu waktu hamil, masyarakat belum menyadari pentingnya gizi selama kehamilan berkontribusi terhadap keadaan gizi bayi yang akan dilahirkannya kelak (Unicef Indonesia, 2013).

Di era modern ini, masyarakat sudah mulai melirik kembali gaya hidup sehat yang belakangan telah tergeser dengan adanya *fast food*. Seperti dijelaskan dalam sebuah artikel penelitian bahwa alasan terbesar konsumen membeli sayuran organik adalah karena kandungan gizi yang lebih baik dari sayuran konvensional dengan pertimbangan utama pada kualitas produk dan manfaatnya bagi kesehatan. Seperti yang kita tahu bahwa sayuran konvensional yang dibudidayakan menggunakan pestisida dan pupuk kimia biasanya meninggalkan residu, dalam sebuah artikel penelitian yang ditulis oleh Marbun pada tahun 2015 menyatakan bahwa residu paling banyak terdapat dalam sayuran adalah pada penggunaan pestisida organo fosfat, pestisida

jenis ini sangat digemari oleh petani karena memiliki daya basmi yang kuat yang biasanya digunakan pada sayuran tomat dan wortel.

Masyarakat di Kelurahan Kademangan tepatnya di RW 04 RT 02, masih termasuk masyarakat yang kurang peduli terhadap pola makan yang sehat. Mereka masih mengabaikan pentingnya asupan gizi yang dibutuhkan oleh tubuh. Gizi yang kurang terpenuhi dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan, salah satunya yaitu *stunting*. Menurut Bappeda Litbang Kota Probolinggo, kelurahan Kademangan merupakan salah satu kelurahan di mana masalah *stunting* masih dapat ditemukan pada masyarakatnya sejumlah 2 balita. Oleh karena itu Kelurahan Kademangan dijadikan salah satu sasaran kegiatan pengabdian masyarakat oleh mahasiswa melalui kegiatan KKN Universitas Panca Marga Probolinggo 2019.

Kegiatan pengabdian masyarakat oleh mahasiswa KKN Universitas Panca Marga Probolinggo 2019 direalisasikan dengan mewujudkan program "*Mangan Linjo*", yang merupakan singkatan dari Kademangan Lingkungan Ijo. Program "*Mangan Linjo*" bertujuan membantu masyarakat di Kelurahan Kademangan untuk membangun suatu kawasan lingkungan hijau yang berisi budidaya sayuran organik dan tanaman obat keluarga (toga). Selain itu, juga bertujuan membudayakan mengkonsumsi sayuran organik di lingkungan masyarakat Kelurahan Kademangan. Pada akhirnya, budaya konsumsi sayur organik ini akan meningkatkan pola makan sehat, sehingga dapat mengurangi masalah *stunting*.

Berdasarkan masalah tersebut kami tertarik untuk mengangkat judul "*Mangan Linjo* "Kademangan Lingkungan Ijo" Upaya Menekan Angka *Stunting* dengan Budaya Konsumsi Sayur Organik di RW 04 RT 02 Kelurahan Kademangan Kota Probolinggo". Dengan adanya program ini, masyarakat diharapkan sadar akan pentingnya asupan gizi yang baik melalui penggunaan sayuran organik.

Adapun permasalahan dalam hal ini adalah "Bagaimana cara membudayakan pola makan sehat dengan mengkonsumsi sayur organik sebagai upaya peningkatan gizi agar dapat mengurangi angka *stunting* di masyarakat Kelurahan Kademangan?". Tujuan penulisan ini adalah menginformasikan tentang pola makan sehat dan seimbang, sehingga

masyarakat tergerak untuk menerapkan pola makan sehat dan seimbang di kehidupan sehari-hari dengan budidaya tanaman sayur organik.

Dalam kamus besar Bahasa Indonesia, pola diartikan sebagai suatu sistem, cara kerja atau usaha untuk melakukan sesuatu (Depdiknas, 2001). Dengan demikian, pola makan yang sehat dapat diartikan sebagai suatu cara atau usaha untuk melakukan kegiatan makan secara sehat. Andi *dalam* kurniawati, putri, dkk (2011) mengemukakan pola makan sehat adalah suatu cara atau usaha dalam pengaturan jumlah dan jenis makanan dengan maksud tertentu seperti mempertahankan kesehatan, status nutrisi, mencegah atau membantu kesembuhan penyakit.

Sedangkan pola makan sehat dan seimbang yang dimaksud dalam penulisan ini adalah pola makan yang teratur di mana makanan yang dikonsumsi mengandung zat-zat gizi yang jumlahnya sesuai dengan asupan gizi yang dibutuhkan tubuh. Mengonsumsi pola makan yang seimbang merupakan sudah anjuran mendasar yang hakiki bagi semua orang. Dimana asupan zat gizi yang terkonsumsi menentukan aspek kesehatan nutrisi setiap individu.

Pengertian Tanaman organik yaitu suatu teknik budidaya dengan memanfaatkan apa yang ada di alam untuk menunjang pertumbuhan tanaman tanpa adanya bahan kimia baik berupa pupuk maupun pestisida. Adapun manfaat tanaman Organik adalah sebagai berikut :

1. Mengandung banyak antioksidan yang menahan radikal bebas
2. Mengandung vitamin lebih banyak dari sayuran non organik
3. Mengandung asam lemak yang berfungsi sebagai imun
4. Menurunkan resiko kanker
5. Meningkatkan asupan nutrisi

METODE

Kegiatan diawali dengan membagi pekerjaan ke dalam setiap tugas yang spesifik, dan menentukan siapa yang memiliki hak untuk mengerjakan beberapa tugas. Dalam kegiatan ini, penanggung jawab program terdiri dari 6 orang yaitu Rini Irmawati, Rifka Izar Pramasella, Tety Melia, Siti Hanifah, Abdul Muklis, dan Ajumain.

Selanjutnya menentukan sasaran. Pemilihan lokasi kawasan *Mangan Linjo*

didiskusikan bersama perangkat desa dan tokoh masyarakat setempat. Dan diputuskan untuk dibuat di pekarangan rumah ibu kader POSYANDU Kota Probolinggo. Pembangunan kawasan *Mangan Linjo* dimulai pada hari Senin tanggal 11 Agustus sampai Sabtu tanggal 17 Agustus. Penanaman dilaksanakan dengan melibatkan langsung warga sekitar dan tim kkn posko kademangan sehingga masyarakat langsung mendapat bimbingan manfaat budidaya tanaman organik dan perannya dalam mencegah. Tidak hanya himbuan, Program ini secara fisik menyiapkan fasilitas yang dapat diakses oleh masyarakat untuk mendapatkan sayuran organik secara murah. Fasilitas tersebut diwujudkan dengan membuat sebuah kawasan untuk budidaya sayuran organik sebanyak 180 *Polybag*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Program kampung hijau dengan judul “Mangan Linjo (Kademangan Lingkungan Ijo)” dilakukan dengan membuat kawasan yang digunakan untuk membudidayakan tanaman organik. Program ini berlokasi di RW 04 RT 02 Kelurahan Kademangan kota Probolinggo. Luas lahan yang digunakan untuk membuat kawasan ini yaitu 6 x 4 meter, lokasi yang digunakan merupakan lahan kosong (pekarangan) milik warga setempat.



Gambar 1: Lokasi Mangan Linjo

Pekarangan adalah areal tanah yang biasanya berdekatan dengan sebuah bangunan. Jika bangunan tersebut rumah, maka disebut pekarangan rumah. Pekarangan dapat berada di depan, belakang atau samping sebuah bangunan, tergantung seberapa luas sisa tanah yang tersedia setelah dipakai untuk bangunan utamanya. Budidaya sayuran di pekarangan bukan

merupakan hal baru. Praktek pemanfaatan demikian sudah lama dilakukan terutama di pedesaan. Namun demikian, seiring berjalannya waktu kebiasaan tersebut semakin ditinggalkan, dan banyak pekarangan di pedesaan justru tidak dimanfaatkan, dibiarkan telantar dan gersang. Oleh sebab itu kami berinisiatif untuk memanfaatkan lahan kosong tersebut sebagai kawasan hijau yang membudidayakan sayuran organik.

Adapun sayuran organik yang kami budidayakan adalah sebagai berikut :

Tabel 2. Jumlah Tanaman

TANAMAN	JUMLAH
Bayam merah	10 tanaman
Sawi	150 tanaman
Seledri	10 tanaman
Daun bawang	4 tanaman
Lengkuas	3 tanaman
Kencur	3 tanaman
Total	180 tanaman



Gambar 2: Jenis tanaman

Sayuran organik selain di kebun dapat juga ditanam di pot dan *polybag* atau wadah lainnya. Cara ini sangat cocok dilakukan untuk skala rumah tangga di pekarangan sempit. Selain untuk dikonsumsi sendiri, hasil sayuran organik ini dapat dijual dalam bentuk sayurannya saja atau dijual bersama pot atau polybagnya. Penampilan seperti ini menjadi daya tarik tersendiri bagi konsumen. Beberapa keuntungan menanam sayuran organik dalam *polybag*, yaitu :

- a) Dapat dilakukan dalam skala kecil atau rumah tangga,
- b) Mudah pemeliharaannya,

c) Penanganan hama dan penyakit lebih mudah, dan

d) Hemat dalam pemakaian pupuk (tidak terbuang percuma).

Siapkan pot dan *polybag* atau wadah lainnya seperti ember plastik atau kaleng bekas. Lubangi bagian kiri, kanan dan bawah 4-5 buah untuk mengalirkan kelebihan air. Dengan demikian saluran tidak akan tergenang. Apabila menggunakan polibag, sebaiknya polibag dibaik dahulu sebekum diisi media agar polibag dapat berdiri dengan kokoh dan tidak mudah roboh. Media tanam yang digunakan berupa campuran dan pupuk kandang atau kompos dengan perbandingan 1 : 1, 1:2 atau 1:3 tergantung pada kesuburan atau berat ringannya tanah.

Kondisi lingkungan sebelum adanya program ini, masyarakat kurang peduli dengan lingkungannya terbukti mereka tidak memiliki keinginan untuk menanam tanaman sayur organik dan toga. Mereka lebih memilih membeli daripada membudidayakan sendiri tanaman organik yang sudah pasti kualitas gizinya lebih terjamin. Setelah adanya kegiatan *Mangan Linjo* (Kademangan Lingkungan Ijo) Warga sekitar kawasan RW 04 RT 02 menanggapi secara positif, hal ini tampak dari warga sekitar menjadi lebih peduli terhadap program *Mangan Linjo* tersebut.



Gambar 3: Ibu Kader Posyandu RW 04

KESIMPULAN

Program *Mangan Linjo* (Kademangan Lingkungan Ijo) dilaksanakan selama 1 minggu menghasilkan 180 tanaman yang ditanam dalam polybag. Tanaman yang berhasil ditanam diantaranya 10 polybag tanaman bayam merah, 150 polybag tanaman sawi, 10 polybag tanaman seledri, 4 polybag tanaman daun bawang, 3

lengkuas polybag tanaman, dan 3 polybag tanaman kencur. Penyelenggaraan program *Mangan Linjo* (Kademangan Lingkungan Ijo) dilaksanakan di RW 04, RT 02, Kelurahan Kademangan, Probolinggo diikuti oleh warga sekitar dengan harapan masyarakat semakin sadar akan pentingnya pola makan sehat untuk mencegah *stunting*. Warga sekitar kawasan RW 04 RT 02 sendiri berkenan untuk melanjutkan program *Mangan Linjo* tersebut.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih atas terlaksananya kegiatan pengabdian ini disampaikan kepada:

1. Universitas Panca Marga Probolinggo melalui LPPM yang telah memberikan bantuan hibah pengabdian.
2. Kepala Kelurahan Kademangan Kota Probolinggo beserta jajarannya

DARTAR PUSTAKA

Depdiknas .2001. Kamus Besar Bahasa Indonesia.Jakarta ;Balai Pustaka.

Kemenkes, 2018 Diakses:
<http://www.depkes.go.id/article/view/18052800006/ini-penyebab-stunting-pada-anak.html> . tanggal 29 Agustus 2019

Kurniawati, dkk.2011
<https://kevinmurasaki.wordpress.com/2011/12/04/karya-tulis-ilmiah-pengaruh-pola-makan-sehat-dan-seimbang-bagi-kesehatan-mahasiswa-jurusan-gizi-politeknik-kementerian-kesehatan-jakarta-ii/>. Tanggal 29 Agustus 2019

Unicef, 1990. Strategy for improved nutrition of children and women in developing countries. New York. Unicef, 2013. Improving Child Nutrition The achievable imperative for global progress. Diakses:www.unicef.org/media/files/nutrition_report_2013.pdf tanggal 29 Agustus 2019

Unicef Indonesia, 2013. Ringkasan Kajian Gizi Ibu dan Anak, Oktober 2012. Dikses: www.unicef.org tanggal 29 Agustus 2019.