

Pedoman Pengelolaan

# KEBUN DAPUR

Sumber Pangan dan  
Gizi Keluarga

Betha Lusiana, Riyandoko, Balgies Devi Fortuna,  
Khaerul Anam, Rizki Ary Fambayun,  
Iskak Nugky Ismawan, Dikdik Permadi,  
Andi Prahmono, Sinta Damayanti, Asep Suryadi,  
Sumilia, Izhar Ashofie



Edisi 2

World Agroforestry (ICRAF)



Pedoman Pengelolaan

# KEBUN DAPUR

## Sumber Pangan dan Gizi Keluarga

Edisi 2

*Betha Lusiana, Riyandoko, Balgies Devi Fortuna, Khaerul Anam, Rizki Ary Fambayun, Iskak Nugky Ismawan,  
Dikdik Permadi, Andi Prahmono, Sinta Damayanti, Asep Suryadi, Sumilia, Izhar Ashofie*

World Agroforestry (ICRAF)  
2025

Lusiana B, Riyandoko, Fortuna BD, Anam K, Fambayun RA, Ismawan IN, Permadji D, Prahmono A, Damayanti S, Suryadi A, Sumilia, Ashofie I. 2025. *Pedoman Pengelolaan Kebun Dapur Sumber Pangan dan Gizi Keluarga – Edisi 2*. Bogor, Indonesia: World Agroforestry (ICRAF).

Publikasi ini dapat direproduksi untuk tujuan non-komersial sepanjang tidak mengubah isi, dengan kewajiban mencantumkan sumber sesuai kaidah yang berlaku.

Informasi disusun seakurat mungkin berdasarkan pengetahuan saat diterbitkan; namun penerbit tidak memberikan jaminan apa pun dan tidak bertanggung jawab atas kerugian yang mungkin timbul dari penggunaannya.

### **Informasi lebih lanjut**

Pijar Anugerah, Landscape and Livelihood Science to Policy Engagement Officer ([p.anugerah@cifor-icraf.org](mailto:p.anugerah@cifor-icraf.org))

### **CIFOR-ICRAF Program Indonesia**

Jl. CIFOR, Situ Gede, Sindang Barang  
Bogor 16115 [PO Box 161 Bogor 16001] Indonesia  
Tel: +(62) 251 8625 415 ; Fax: +(62) 251 8625416  
Email: [cifor-icraf-indonesia@cifor-icraf.org](mailto:cifor-icraf-indonesia@cifor-icraf.org)  
[www.cifor-icraf.org/locations/asia/indonesia](http://www.cifor-icraf.org/locations/asia/indonesia)

Tata Letak: Riky M Hilmansyah  
2025

# Pengantar

- Perubahan iklim sangat memengaruhi pertanian di seluruh dunia. Suhu yang berubah-ubah, curah hujan yang tidak menentu, serta cuaca ekstrem seperti panas berlebihan, kekeringan, dan banjir mengganggu pertumbuhan tanaman. Situasi ini juga membuat hama dan penyakit tanaman lebih mudah berkembang, sehingga hasil panen menurun drastis. Selain itu, perubahan iklim bisa membuat tanaman tertentu tidak bisa tumbuh di tempat yang biasanya, mengancam keberagaman dan ketersediaan pangan di daerah tersebut.
- Menanam tanaman pangan di sekitar rumah atau di kebun dapur bisa membantu keluarga lebih mandiri dalam memenuhi kebutuhan pangan. Dengan menanam berbagai jenis tanaman yang cocok dengan lingkungan sekitar, masyarakat bisa lebih siap menghadapi risiko kekurangan pangan akibat perubahan iklim dan tetap memenuhi kebutuhan gizi keluarga.
- Buku ini adalah bagian pertama dari dua seri buku yang dibuat untuk mengajak keluarga membangun kebun dapur, baik secara bersama di lingkungan sekitar atau secara mandiri di halaman rumah masing-masing. Dalam buku ini dijelaskan cara bercocok tanam dan mengelola kebun dapur supaya hasilnya bisa dimanfaatkan dengan baik. Sebagai pelengkap, buku kedua akan membahas kandungan gizi dari tanaman-tanaman yang biasanya ditanam di kebun dapur, serta bagaimana cara mengonsumsinya dengan sehat dan aman agar bermanfaat bagi kesehatan keluarga.
- Buku ini disusun oleh CIFOR-ICRAF melalui proyek Land4Lives sebagai upaya meningkatkan pemahaman masyarakat terhadap pola pangan sehat dan mendorong meningkatnya ketahanan pangan keluarga petani.



# Daftar Isi

Pengantar .....	iii
Daftar Isi.....	v
Kebun Dapur dan Manfaatnya.....	1
Pengelolaan Kebun Dapur yang Baik.....	3
<b>1. Menentukan lokasi kebun dapur yang tepat agar tanaman tumbuh dengan baik.....</b>	<b>4</b>
Lokasi Kebun Dapur yang Baik.....	5
<b>2. Menyiapkan lahan dan membangun kebun dapur yang memudahkan merawat dan pemanenan ...</b>	<b>8</b>
<b>3. Menjaga kesuburan tanah, ketersediaan air, termasuk menghindari lahan dari air tergenang dan mengatasi kekeringan .....</b>	<b>16</b>
<b>4. Memilih jenis tanaman yang tepat, melakukan Pembibitan agar tanaman tumbuh dan mudah dirawat .....</b>	<b>30</b>
Memilih Tanaman di Kebun Dapur .....	31
<b>5. Mengendalikan gulma, hama dan penyakit tanaman di kebun dapur.....</b>	<b>34</b>
Apa itu Pestisida Nabati/Biopestisida?.....	37
Beberapa Jenis Pestisida Nabati.....	38

<b>6. Menyisihkan tanaman untuk pemberian .....</b>	<b>44</b>
Menghasilkan Benih secara Mandiri .....	45
Perbenihan .....	47
Langkah untuk pembuatan benih.....	48
Proses ekstraksi benih/biji.....	49
Beberapa jenis bahan yang dapat dipakai dalam penyimpanan benih.....	52
<b>7. Memanen dan menyimpan hasil panen yang baik .....</b>	<b>54</b>
Pemanenan, Pengawetan dan Pengolahan Hasil Kebun Dapur .....	55

# Kebun Dapur dan Manfaatnya



## 1 Apa itu kebun dapur?

- Kebun dapur adalah kebun yang ditanami oleh tanaman yang bisa dijadikan sumber pangan keluarga.
- Lokasi kebun dapur umumnya di pekarangan atau dekat rumah sehingga dekat dengan dapur.
- Selain sumber pangan, kebun dapur juga dapat ditanami tanaman herbal untuk menjaga kesehatan atau mengobati penyakit sederhana.

## 2 Manfaat kebun dapur

- Memenuhi kebutuhan pangan dan gizi keluarga.
- Mengurangi pengeluaran keluarga untuk belanja pangan.
- Menjaga kesehatan keluarga dengan tanaman obat-obatan sederhana.
- Sumber pendapatan keluarga dari penjualan bahan pangan dan benih yang melebihi kebutuhan keluarga.



### 3

## Sumber gizi dari kebun dapur

Tujuan utama kebun dapur adalah memenuhi kebutuhan pangan keluarga. Karena itu, tanaman yang ditanam adalah yang disukai dan dibutuhkan untuk kebutuhan gizi keluarga. Kebutuhan gizi keluarga yang dapat dipenuhi dari kebun dapur yaitu:

- a. **Makanan pokok**, sebagai sumber tenaga atau karbohidrat.  
Contohnya: Jagung, ubi jalar, ubi kayu/singkong, talas, labu.
- b. **Lauk pauk**, sebagai sumber zat pembangun tubuh atau protein.  
Contohnya: Kacang-kacangan seperti kacang nasi, kacang tanah, buncis, kacang Panjang.
- c. **Sayur – sayuran**, sebagai sumber vitamin, mineral dan serat. Contohnya: Sayuran Hijau (bayam, kangkung, sawi, bokcoy); Sayuran Merah/ kuning (tomat, wortel, bunga turi merah, bayam merah); Sayuran lain (terong, labu siam, timun, pepaya muda)
- d. **Buah**, sebagai sumber vitamin, mineral dan serat. Contohnya: Buah merah/ kuning (jambu, semangka, pepaya, mangga); buah lain (kelengkeng, jeruk, pisang, jambu air, alpukat).
- e. **Bumbu dapur**. Contohnya: Cabe, bawang daun, kunyit, jahe, kemangi, daun sipa.
- f. **Tanaman obat/herbal**. Contohnya adalah: Sirih, kunyit, jahe, lengkuas.

# Pengelolaan Kebun Dapur yang Baik

## Langkah-langkah mengelola kebun dapur yang baik

- 1 Menentukan lokasi kebun dapur yang tepat agar tanaman tumbuh dengan baik
- 2 Menyiapkan lahan dan membangun kebun dapur yang memudahkan merawat dan pemanenan
- 3 Menjaga kesuburan tanah, ketersediaan air, termasuk menghindari lahan dari air tergenang
- 4 Memilih jenis tanaman yang tepat, melakukan pembibitan agar tanaman tumbuh dan mudah dirawat
- 5 Mengendalikan gulma, hama dan penyakit tanaman di kebun dapur
- 6 Memanen dan menyimpan hasil panen yang baik
- 7 Menyisihkan tanaman untuk pembenihan

## Hal penting yang perlu diingat agar kebun dapur berkelanjutan sebagai sumber gizi keluarga

- Pilih tanaman beragam yang bermanfaat bagi gizi keluarga
- Lakukan pengelolaan kebun yang baik, selalu sisihkan panen untuk pembibitan. Padukan beberapa jenis tanaman dengan masa panen berbeda.
- Libatkan anggota keluarga, baik laki-laki maupun perempuan dalam mengelola kebun dapur.



## **Menentukan lokasi kebun dapur yang tepat agar tanaman tumbuh dengan baik**

## Lokasi Kebun Dapur yang Baik

- ✓ Cukup sinar matahari (tidak banyak naungan).
- ✓ Dekat dengan sumber air agar mudah menyiram di musim kemarau.
- ✓ Terhindar dari genangan air agar tanaman tidak mati dan penyakit tidak mudah muncul.
- ✓ Terlindung dari gangguan (ayam, kambing, dll). Mungkin perlu di pagar.
- ✓ Tanah cukup subur.
- ✓ Mudah diawasi dan dipanen.
- ✓ Jika kebun dapur merupakan kebun dapur bersama sebagai tempat belajar bersama, pastikan lokasi mudah dijangkau.
- ✓ Lokasi kebun dapur sebaiknya disepakati bersama oleh anggota kelompok yang akan mengelola kebun dapur.



## A Desain Kebun Dapur yang Baik

Kebun dapur skala kelompok atau bersama perlu memiliki sarana berikut:

- 1 rumah pendedderan benih,
- 2 bedeng sapih/tanam,
- 3 rumah kompos,
- 4 penampungan air, termasuk jika ada pengembangan budidaya ikan dan ternak

Desain yang baik akan memudahkan pengelolaan dan pemanenan, selain kebun dapur akan tertata dengan rapi dan asri.



© CIFOR-ICRAF Indonesia

## Contoh Desain Kebun Dapur untuk Skala Kelompok





## **Menyiapkan lahan dan membangun kebun dapur yang memudahkan merawat dan pemanenan**



Contoh pembuatan bedengan

## A Mendesain dan Membuat Bedengan

- Bedengan merupakan ruang tanam, dapat berbentuk guludan atau cekungan (sunken bed) pada daerah kering.
- Bedengan harus dibuat pada lahan rata atau tidak miring. Jika kondisi lahan miring, dipastikan lahan rata,dengan bentuk terasering atau sengkedan.
- Beberapa contoh bedengan yang bisa diterapkan petani adalah
  - 1 Bedengan Kunci
  - 2 Bedengan Hugelkultur
  - 3 Bedengan Guludan

### Hal-hal yang harus diperhatikan dalam membuat bedengan:

- 1 Jangan terlalu lebar atau terlalu sempit
- 2 Ruang akses dan gerak cukup baik
- 3 Lebar bedeng sepanjang jangkauan tangan, dari kedua sisi bedeng
- 4 Bedeng selalu ditutup dengan mulsa dari bahan organik
- 5 Mengisi bedeng dengan berbagai lapisan bahan organik

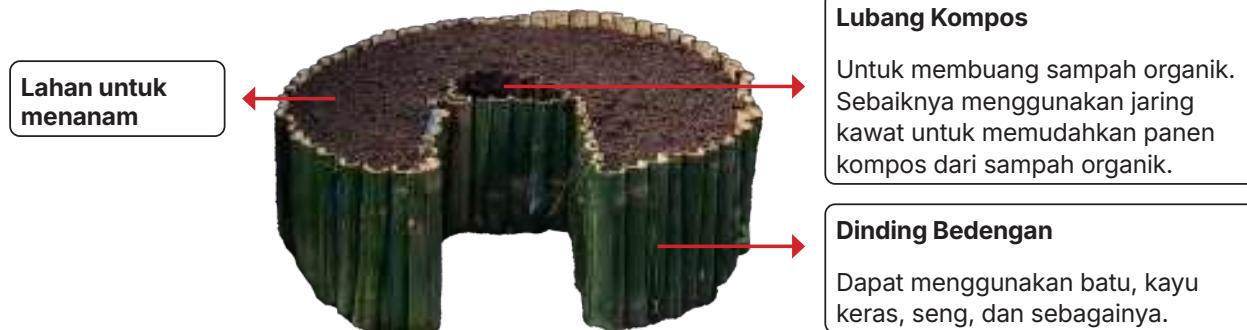
## 1) Bedengan lubang kunci

Bentuk lingkaran seperti lubang kunci dengan. Bagian tengah bisa menjadi tempat sampah organik seperti sisa memasak di dapur, dan tersedia jalan untuk memasukkan sampah organik tersebut.

Di bagian bawah bisa ditempatkan materi yang lama lapuk seperti ranting, kayu atau kardus. Dengan demikian, bedengan ini bisa memiliki media tanam yang tidak perlu diperbarui dalam waktu yang cukup lama.

### Kelebihan:

- Menghemat air
- Perawatan mudah dan hemat biaya
- Ruang tanam lebih banyak,
- Bisa memperbaiki tanah,
- Mudah diterapkan dan terjangkau.



### Lubang Kompos

Untuk membuang sampah organik. Sebaiknya menggunakan jaring kawat untuk memudahkan panen kompos dari sampah organik.

### Dinding Bedengan

Dapat menggunakan batu, kayu keras, seng, dan sebagainya.



## Membuat bedengan lubang kunci:

### Bahan:

- Daun kering (10 karung)
- Jerami kering (10 karung)
- Daun basah (2 karung)
- Kompos (3 karung)
- Arang atau arang sekam (1 karung)
- Gedebok pisang (3 batang, boleh lebih)
- Induk bakteri (EM4) (10 liter)
- Bibit tanaman sayuran (bokcoy)
- Batu kali atau batu bata atau batako (30 buah)

### Alat :

- Cangkul (4 buah)
- Garpu pertanian (2 buah)
- Parang (4-5 buah),
- Kayu balok, untuk alas pencacah daun (4-5 buah)

## Langkah-langkah

- 1 Pilih lokasi yang mendapat sinar matahari cukup (minimal 6-8 jam sehari) dan memiliki akses air yang baik.
- 2 Tandai area untuk bedengan. Buat lingkaran berdiameter sekitar 2 meter. Di tengahnya, buat lingkaran kecil berdiameter 0,5 meter sebagai lubang kompos.
- 3 Bangun dinding setinggi sekitar 0,5 – 1 meter di sepanjang lingkaran besar menggunakan batu kali/batu bata/ batako. Dinding ini akan menahan tanah dan membantu menjaga bentuk bedengan
- 4 Buat lubang kompos di tengah bedengan sebagai tempat pembuangan sampah organik dan penyiraman. Bangun dinding lingkaran kecil di sekitar lubang kompos untuk memisahkannya dari tanah bedengan utama.
- 5 Buat jalur sempit dari tepi luar bedengan ke lubang kompos tengah untuk memudahkan akses membuang sampah organik dan menyiram tanaman.
- 6 Isi bedengan dengan lapisan-lapisan material organik dan tanah, dengan lapisan sebagai berikut: Lapisan dasar: ranting dan cabang untuk drainase; Lapisan berikutnya: bahan organik kasar (daun kering, jerami, dll); Lapisan atas: campuran kompos dan tanah subur.
- 7 Tanam berbagai jenis tanaman di bedengan, dengan tanaman tinggi di tengah dan tanaman rendah di tepi, untuk memaksimalkan pemanfaatan cahaya matahari dan ruang.

## 2) Model hügelkultur

Model ini berbentuk gundukan yang cukup tinggi yang memungkinkan menanam di bagian atas dan samping. Bagian lapisan bawah terdiri dari tumpukan bahan organik seperti ranting, kayu yang memberikan unsur hara tanah bagi tanaman. Desain hügelkultur yang lebih tinggi dari permukaan tanah membuat bedengan ini cocok dan menarik untuk area yang rawan tergenang.

### Kelebihan:

- Tanah dapat mengumpulkan hara lebih optimal,
- Membantu rumah tangga memanfaatkan limbah,
- Tanah mampu mengikat air dan menjaga kelembapan lebih lama,
- Mudah dalam perawatan, membentuk iklim mikro yang menunjang pertumbuhan tanaman



© CIFOR-ICRAF Indonesia

### 3) Bedengan Guludan atau Sorjan

Proses pembuatan bedengan diawali dengan pengolahan tanah melalui pembajakan dan perhalusan. Tanah yang sudah gembur kemudian dibentuk menjadi gundukan tanah memanjang dengan ukuran tertentu. Ukuran ideal bedengan dapat bervariasi tergantung pada jenis tanaman yang akan ditanam. Pastikan bahwa jarak antar bedengan cukup untuk memberikan ruang gerak selama proses pengelolaan kebun. Dalam pembuatannya, dapat menggunakan tali untuk memastikan bahwa bedengan yang dibuat lurus atau tidak miring.

Bedengan dapat dibuat dengan ukuran 80-100 cm dengan jarak antar bedengan sekitar 50-70 cm.



## 4) Pemanfaatan Limbah untuk Bedengan

Selain itu, pemanfaatan limbah seperti batok kelapa, botol bekas, batu, kayu dan sebagainya dapat dilakukan dalam pembuatan bedengan atau media untuk melakukan budidaya. Contohnya menggunakan batu sebagai batas bedengan agar tidak mudah menipis dan pemanfaatan botol dan karung bekas untuk pot tanaman.



Pemanfaatan Limbah Batok Kelapa sebagai Pembatas Bedengan



Pemanfaatan Batu sebagai Pembatas Bedengan



Gambar (Atas) Pemanfaatan Limbah Botol untuk Media Menanam Sayuran di Desa Palime Bone, (Bawah) Pemanfaatan Karung sebagai Polibag di SMPN 1 Awangpone dan Limbah Rumah Tangga di Desa Maggenrang (Sumber: Balgies Devi Fortuna (ICRAF))



**Menjaga kesuburan tanah, ketersediaan air, termasuk menghindari lahan dari air tergenang dan mengatasi kekeringan**

## A Mengelola Kesuburan Tanah pada Kebun Dapur

Tanah merupakan media tanam untuk menumbuhkan dan mengembangkan tanaman dan akar.

### Kondisi tanah yang ideal untuk budidaya tanaman:

- Ketersediaan nutrisi maupun bahan organik yang cukup
- Tekstur tanah yang baik (drainase dan penyediaan udara bagi akar)
- pH tanah yang sesuai dengan jenis tanaman
- Salinitas tanah yang ideal (rendah-sedang)



*Tanah yang sudah dikelola*



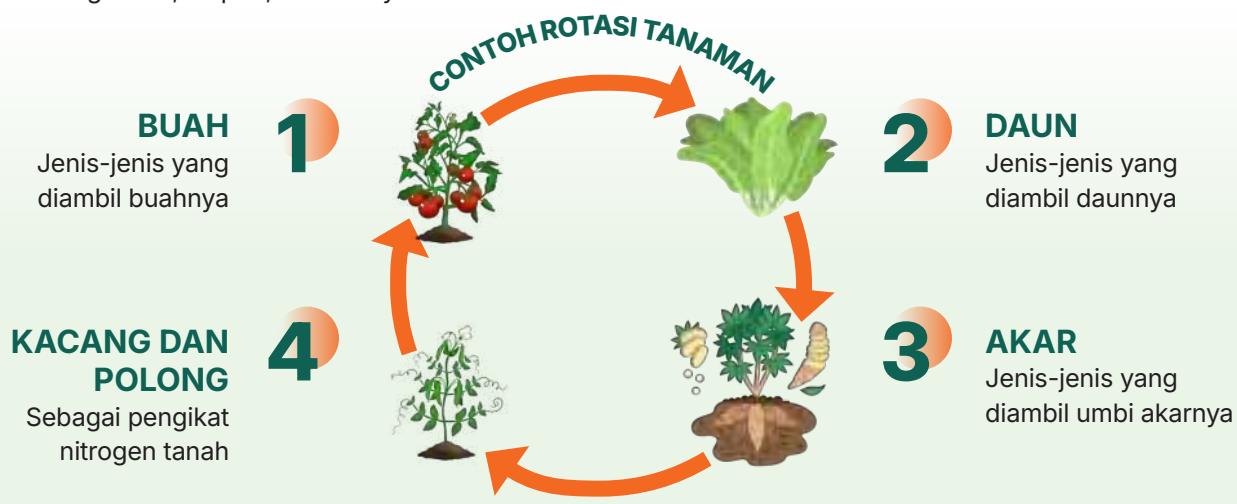
*Tanah kering dan belum dikelola*

### Penurunan kesuburan tanah

- Penurunan kesuburan tanah disebabkan oleh:
- Penggunaan pupuk kimia dan pestisida
- Erosi angin dan air di lahan terbuka
- Penghilangan tanaman penutup tanah
- Hilangnya mikroorganisme tanah
- Pembakaran lahan
- Penguapan dan hilangnya unsur-unsur hara ke udara

## Prinsip dasar pengelolaan kesuburan tanah pada kebun dapur:

- Mencegah pencucian hara karena erosi, dengan membuat bedeng.
- Menambah hara dan bahan organik ke dalam tanah.
- Meningkatkan peresapan dan penyimpanan air dengan membuat sengkedan, biopori, dan lainnya.
- Mengurangi pengolahan lahan (dicangkul).
- Melakukan penutupan tanah dengan mulsa alami.
- Melakukan rotasi tanaman dan tumpang sari.
- Manambahkan mikro organisme pengurai ke dalam tanah/bedeng untuk melengkapi teknik perbaikan tanah.



Ilustrasi: © Freepik

## Cara menjadikan tanah ideal untuk budidaya

### A. Cara mengatasi tanah asin (mengandung garam)

- Perbaikan struktur tanah dengan menambahkan biochar dan kompos (6kg/m<sup>2</sup> lahan).
- Biochar bisa dibuat dari arang biasa yang ditumbuk atau dihancurkan.
- Tambahkan pupuk kandang kira-kira 2kg/m<sup>2</sup>
- Buatlah irigasi air dengan mensirkulasi air secara spiral dan sirkular, agar air tidak menggenang atau terlalu membasahi lahan.
- Penambahan kapur dolomit atau kapur magnesium atau pengapuran pada umumnya disesuaikan dengan pH tanah yang ada. Umumnya dibutuhkan 300 gram/m<sup>2</sup>.
- Tambahkan terus kompos dari bahan organik sisa dapur atau sisa tanaman.
- Gunakan penanaman lorong untuk mendapatkan sisa bahan organik bahan kompos.
- Tanah basa bisa ditambah dengan sulfur atau belerang, biasanya berupa bubuk.

#### BERTEMAN DAN BERDEKAT Tanaman

Buat daftar tanaman yang ditanam  
Contoh: **Tomat buah merah**

#### Jauhnya?

Daftar tanaman yang **sebaiknya jauh**  
Contoh: Kentang, Adas, Jagung, Kubis, Timun, Sawi

#### Dekatnya?

Daftar teman tomat  
Contoh: Bawang, Wortel, Cabai, Kemangi, Seledri, Tapak Dara, Asparagus



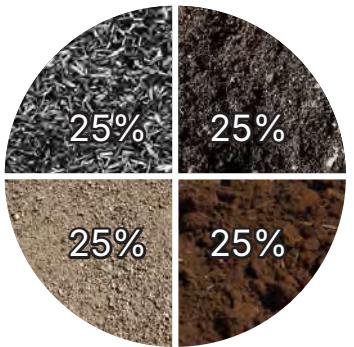
### B. Memperbaiki aerasi tanah:

- Petani biasanya melakukan penyangkuluan untuk menambah aerasi tanah.
- Salah satu cara mengurangi penyangkuluan adalah dengan menggunakan garpu yang membuka tanah tanpa menyangkulnya.

### C. Budidaya di lahan gambut

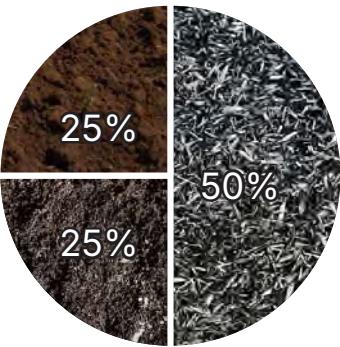
- Gunakan bedengan naik yang relatif tinggi.
- Perbaiki struktur tanah dalam bedengan dengan menambahkan biochar dan kompos sebagaimana dalam tanah salin.
- Tambahkan abu kayu bakar 1 kg/30 m<sup>2</sup> /setiap tahun (bukan abu plastik, abu rumput).
- Buatlah pupuk dengan bahan dari tepung tulang dan tepung kerang-kerangan.

#### D. Anjuran campuran media tanam



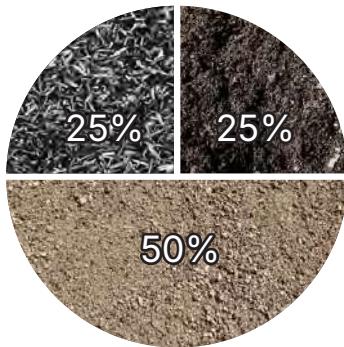
**Campuran 1**

- 25% kompos/pupuk kandang kering.
- 25% tanah.
- 25% pasir.
- 25% sekam padi/kopi yang telah dikomposkan.



**Campuran 2**

- 50% pasir atau sekam padi/kopi yang telah dikomposkan.
- 25% kompos/pupuk kandang kering.
- 25% tanah.



**Campuran 3**

- 25% kompos.
- 50% pasir.
- 25% sekam padi/kopi yang telah dikomposkan.

Tanaman perennial yang telah ditanam dalam koker memerlukan lebih banyak unsur hara untuk pertumbuhannya karena merupakan tanaman jangka panjang. Sebagai tambahan campuran tanah yang digunakan lebih banyak kompos atau pupuk kandang kering.

## Pengelolaan hara tanah pada kebun dapur

### A. Siklus Hara

- Tanaman membutuhkan sejumlah hara untuk pertumbuhannya. Hara secara alami dapat diperoleh tanaman dari tanah.
- Hara tanah sendiri berasal dari beraneka mineral sisa kehidupan atau biomassa yang telah terdekomposisi (terurai).
- Hara bisa hilang dari tanah dan perlu terus diganti dan di daur ulang kembali.



Tanah yang sudah dikelola

### B. Cara untuk mengganti dan mendaur ulang hara bedengan kebun dapur

- Menanam tanaman kacang-kacangan (legume) musiman dan tahunan.
- Merotasi tanaman pada bedengan.
- Pemupukan menggunakan kompos padat maupun kompos cair.
- Memberikan mulsa alami secara terus-menerus pada bedengan kebun dapur.
- Menggunakan Mikroorganisme lokal atau cacing tanah untuk melengkapi cara perbaikan tanah.



Kacang Arachis pintoi sebagai mulsa alami dan penutup tanah

## B Pengelolaan Air di Kebun Dapur

### Pasokan dan pengelolaan air untuk tanaman

Prinsip pengelolaan air untuk tanaman:

- 1 TANGKAP.** Rancanglah agar selalu bisa mendapatkan air walaupun di musim kemarau, dengan memanfaatkan ketika air melimpah di penghujan. Misalnya tangkapan air hujan.
- 2 PELANKAN.** Rancanglah agar air mengalir lambat di lahan dengan meningkatkan retensi air dalam tanah dan melambatkan sirkulasi air di dalam sistem.
- 3 SEBARKAN.** Rancang agar semua bagian lahan mendapatkan air. Gunakan irigasi yang efisien.
- 4 SIMPAN.** Rancang agar air dapat dipertahankan terus menerus.
- 5 ROTASI/KONSERVASI.** Ikuti pranotomongso dengan merotasi tanaman sesuai ketersediaan air.



© CIPOR-ICRAF Indonesia

## Teknik-teknik Penyimpanan Air

### 1. Penangkapan air hujan dan air limbah

Air hujan adalah sumber air bersih yang dapat digunakan kebutuhan rumah tangga dan kebun. Apabila air hujan digunakan untuk kebutuhan rumah tangga, maka limbahnya masih bisa dipakai untuk kebun. Manfaatkan atap rumah untuk mengalirkan air hujan melalui talang.



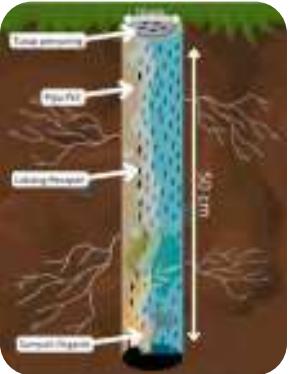
contoh  
penampungan air  
hujan di rumah

[www.cityofpaloalto.org](http://www.cityofpaloalto.org)  
[morningchores.com](http://morningchores.com)



## 2. Biopori

Di kebun kita dapat membuat lubang serapan air hujan, agar air tersimpan di dalam tanah, dan tidak membanjiri kebun atau menggenang.



## 3. Tabukan / Sunken Bed

Pada daerah yang kering dan kurang mendapatkan air, kita bisa membuat bedeng tanam lebih rendah daripada akses jalan (biasanya disebut tabukan). Teknik ini menjadikan tempat menanam lebih lembap dan akan tetap lembap karena selalu dimulsa, dan menghindari diinjak oleh kaki atau pemadatan lainnya.



contoh tabukan: sawah



Tanaman penutup tanah

## 4. Cover crops dan mulsa organik

Air mudah menguap, dan tanah yang terpapar sinar matahari langsung akan cepat kering. Oleh karena itu menutup tanah dengan tanaman atau dengan mulsa organik akan menjaga kelembapan tanah.

## 5. Membuat parit cacing

Parit cacing termasuk salah satu metode konservasi tanah secara mekanik yang berfungsi sebagai saluran pembuangan air dalam blok tanaman sehingga tidak menimbulkan genangan dalam blok tanaman. Metode ini dapat membantu untuk menjaga lahan di kebun dapur saat intensitas hujan tinggi.



© CIFOR-ICRAF Indonesia

## 6. Membuat Irigasi Sederhana (*Drip Irrigation*)

Musim kemarau yang berkepanjangan dapat diantisipasi dengan praktik pembuatan *drip irrigation* di kebun dapur untuk memberikan air secara langsung ke akar tanaman dengan cara meneteskan air ke masing-masing tanaman secara perlahan. Keunggulan metode ini diantaranya efisiensi penggunaan air, penghematan energi dan kontrol yang lebih baik atas jumlah air yang diberikan pada setiap tanaman.



© CIFOR-ICRAF Indonesia



**C**

## Cara-Cara Penjernihan/Pemanfaatan Ulang Air

### 1. Menggunakan biji kelor untuk menjernihkan air

Penjernihan air dengan biji kelor (*Moringa oleifera*) dapat dikatakan penjernih air dengan bahan kimia, karena tumbuhan halus biji kelor bisa menyebabkan terjadinya gumpalan (koagulan) pada kotoran yang terkandung di dalam air.

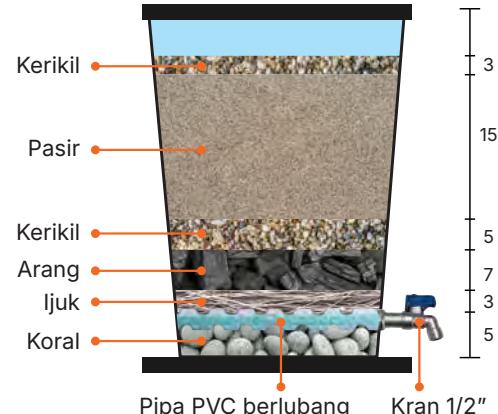
**Bahan:** biji kelor yang sudah tua dan kering



## 2. Penyaringan dengan bahan-bahan alami

Beberapa bahan yang dapat di pakai sebagai berikut, disusun berlapis:

- 1 Ijuk dari kelapa atau bahan semisalnya
- 2 Pasir halus
- 3 Batu kali dari alam
- 4 Arang terutama dari batok kelapa
- 5 Sabut kelapa



### Cara membuat media penyaringan

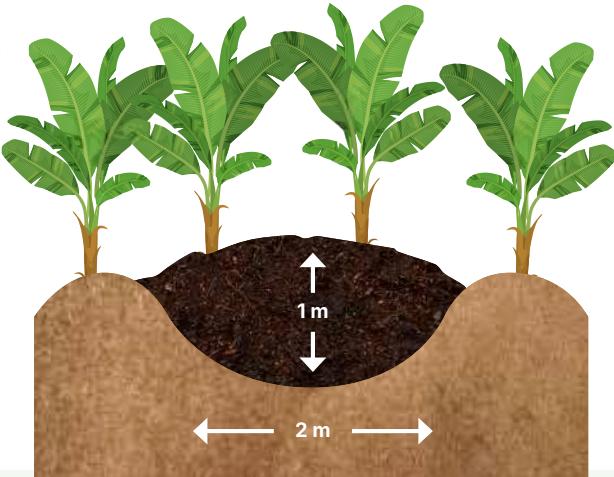
- 1 Gunakan botol/wadah lain yang telah dibagi dua, masukkan kain kasa/kain lap/spons pada bagian paling bawah.
- 2 Masukan ijuk ke dalamnya, tekan-tekan hingga padat.
- 3 Masukan arang dilanjutkan sabut kelapa kemudian tekan hingga memadat.
- 4 Tuangkan kerikil ke dalam hingga terisi penuh.
- 5 Berikan penyangga agar alat penjernihan air sederhana ini dapat berdiri dengan baik.
- 6 Tempatkan wadah di bagian bawah mulut wadah penampungan air (drum plastik atau ember) yang telah disaring.



## 2. Penyaringan dengan bahan-bahan alami

Beberapa bahan yang dapat di pakai sebagai berikut, disusun berlapis:

- 1 Ijuk dari kelapa atau bahan semisalnya
- 2 Pasir halus
- 3 Batu kali dari alam
- 4 Arang terutama dari batok kelapa
- 5 Sabut kelapa



### Cara membuat banana pit:

- 1 Galilah lubang dengan kedalaman minimal 1 meter, lubang berbentuk mangkuk.
- 2 Tanam pisang, talas dan pepaya di sekeliling lubang sebagai penyerapan air dan nutrisi.
- 3 Selanjutnya dalam lubang masukkan kerikil atau pecahan bata sebagai penyaring.
- 4 Air limbah dari dapur dan mandi serta cuci dapat dialirkan ke banana pit ini.
- 5 Pastikan air limbah dari dapur sudah ditambahkan penangkap minyak (*grease trap*) agar air yang menuju lubang pisang tidak mengandung minyak.
- 6 Di atas batu atau kerikil atau pecahan bata bisa dimasukkan sampah organik sisa tanaman dari kebun dan kering (dengan catatan tanpa plastik).



**Memilih jenis tanaman yang tepat,  
melakukan Pembibitan agar tanaman  
tumbuh dan mudah dirawat**

# Memilih Tanaman di Kebun Dapur

## Hal yang perlu diperhatikan dalam pemilihan jenis tanaman

- 1 Kesesuaian lokasi.** Pilih tanaman yang cocok dengan kondisi cuaca, iklim, dan ketinggian lokasi dan kondisi tanah setempat.
- 2 Aspek gizi.** Pilihlah tanaman yang beragam sehingga menyediakan keragaman pangan dan nilai gizi tinggi untuk mendukung kesehatan keluarga setiap hari.
- 3 Ruang dan tata letak.** Setiap tanaman memerlukan ruang tertentu untuk tumbuh. Tanaman yang lebih besar seperti tomat atau cabai memerlukan lebih banyak ruang dibandingkan dengan tanaman seperti selada atau bayam.
- 4 Tumpang sari dan tanaman pendamping.** Pertimbangkan menanam beberapa jenis tanaman secara tumpang sari dan pilihlah jenis tanaman pendamping yang saling menguntungkan.
- 5 Sumber Benih dan Bibit.** Pertimbangkan jenis tanaman yang mudah dalam mendapatkan benih dan bibit yang berkualitas.



© CIFOR-ICRAF Indonesia

Tanaman	Tanaman pendamping yang baik	Sebaiknya dijauhkan	Alasan
Kacang (semua jenis kacang)	Kentang, selada, tomat, kembang kol, kubis, jagung, kentang, lobak, seledri, mentimun, kenikir, stroberi, terong, wortel	Bawang, cabai, adas, bawang-bawangan	Mengusir kumbang kembang kentang, pengikat Nitrogen
Bayam	Kacang-kacangan, Kembang Kol, Terong, Stroberi		Memberi naungan pada bayam
Cabai	Kemangi, Wortel, Terong, Bawang Merah, seledri, Tomat, Petunia	Adas	Memberi naungan dan kelembapan bagi cabai
Kubis	Kentang, Bawang, Bayam, kenikir, Wortel, Geranium/ Tapak Dara	Stroberi, Tomat, Cabai	Mengusir ulat kawat, Geranium/ tapak dara mengusir ulat kubis dan kumbang
Bawang (semua jenis bawang)	Tomat, Selada, Kubis, Cabai, Pohon buah-buahan	Kacang, seledri	Mengusir kumbang jepang, kutu, siput telanjang, ulat kubis
Tomat	Bawang, Wortel, Cabai, Kemangi, Mawar, Tapak Dara, Seledri	Kentang, Jagung, Kubis, Kenari, Timun, Sawi	Meningkatkan hasil tomat +20%
Labu (berbagai jenis labu)	Bawang merah, Jagung, Lobak, Kacang-kacangan	Kentang	Menangkap kumbang tanah kuning
Terong	Cabai, Kacang Hijau, Kentang		Menghalangi cacing gilig



© CIFOR-ICRAF Indonesia



© CIFOR-ICRAF Indonesia

## **Mengendalikan gulma, hama dan penyakit tanaman di kebun dapur**

## A Pengelolaan Hama dan Penyakit secara Terpadu

### 1. Definisi Hama dan Penyakit



**HAMA** adalah hewan yang secara ekonomi merugikan



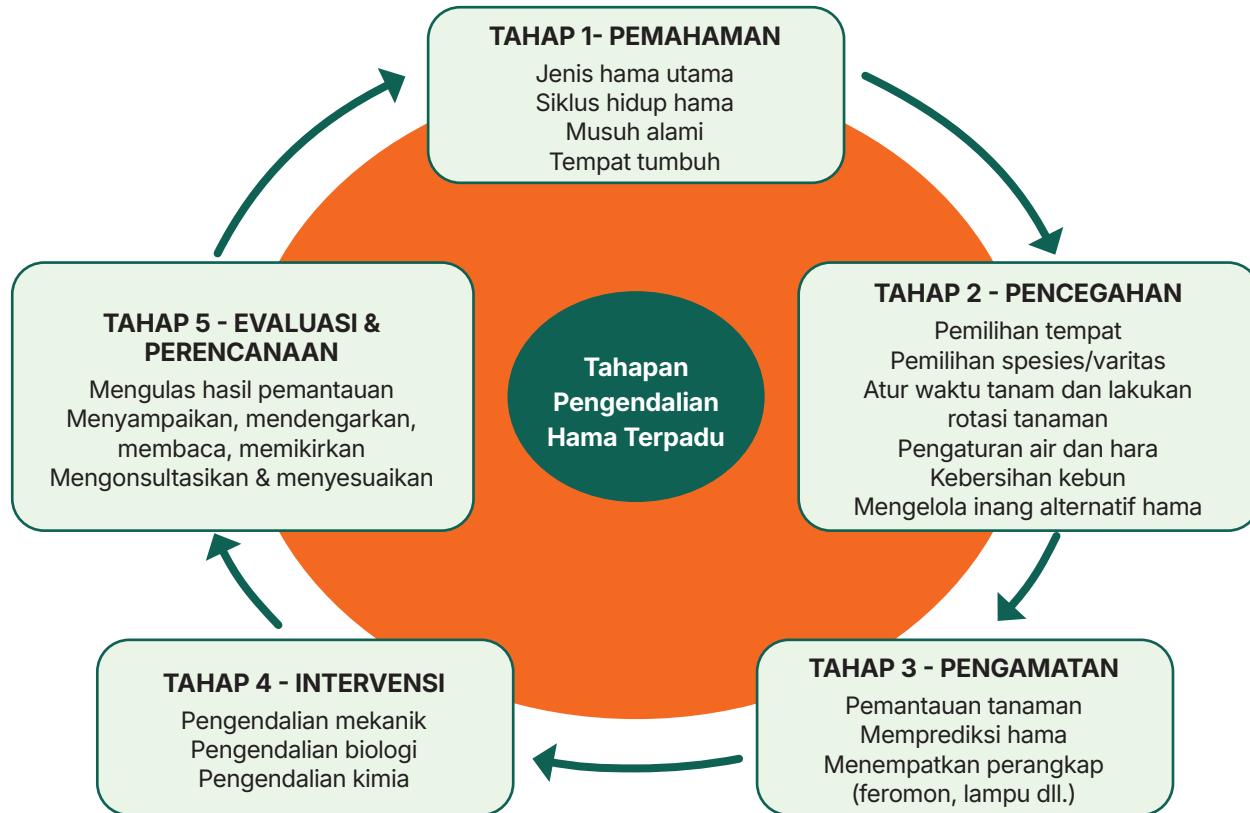
**PENYAKIT** adalah hidupan selain hewan yang secara ekonomi merugikan.

**Contoh:** jamur, bakteri, virus

### 2. Pengendalian Hama dan Penyakit Secara Terpadu (PHT)

#### Manfaat Pengendalian Hama dan Penyakit Secara Terpadu

- Mengendalikan hama dan penyakit tanaman dengan memadukan berbagai jenis metode untuk **menekan populasi hama penyakit hingga di bawah tingkat kerusakan ekonomis.**
- Mengendalikan hama penyakit tanaman tidak hanya berfokus pada hama penyakit yang menyerang, tetapi juga memperhatikan aspek lain yang dapat meningkatkan ketahanan tanaman terhadap serangan.



# Apa itu Pestisida Nabati/Biopestisida?

Biopestisida dapat didefinisikan sebagai organisme, produk atau senyawa yang digunakan untuk mengendalikan populasi hama dan parasit dengan cara yang tidak beracun dan ramah lingkungan

(Bilgrami et al, 2022)

Biopestisida adalah bahan kimia alami atau zat yang berasal dari hewan, tumbuhan, dan mikroorganisme digunakan untuk mengendalikan hama dan patogen pertanian.

(Nollet et al, 2023)

Pestisida hayati atau biopestisida didefinisikan sebagai penggunaan organisme hidup atau organisme yang berasal dari bahan alami untuk menghambat pertumbuhan atau membunuh hama, yang berkaitan dengan kerugian ekonomi pertanian atau kesehatan manusia.

(Dhanker et al, 2021)

## Beberapa Jenis Pestisida Nabati

- Lebih dari seribu jenis yang diketahui mempunyai sifat pestisida (Insektisida, Fungisida, Bakterisida, Rodentisida)
- Cara kerjanya juga bervariasi; sebagai racun kontak, racun perut atau racun syaraf

PESTISIDA NABATI	SASARAN
Pamor-Pamor	Aphis, Trips
Daun Meduri	Aphis
Tembakau	Wereng coklat, wereng hijau
Biji Nimba	WH, WC, Penggerek batang

- Kandungan: tanin, minyak atsiri, dialilsulfida, aliin, alisin, enzim aliinase
- Bagian tanaman yang digunakan: Seluruh bagian tanaman, umbi, daun dan bunga

### Cara Kerja :

- Penolak (repellent)
- Bersifat sebagai insektisida, nematisida, fungisida dan antibiotik

# Tumbuhan Pestisida Nabati

Efek yang diharapkan	Tanaman	Bagian tanaman						Keterangan fungsi lainnya
Pahit, menyengat, panas	Cengkeh	Daun, bunga, buah	v	v		v		Ekstrak cengkeh bisa membuat mandul hama
	Lengkuas	Rimpang/Akar				v		
	Jahe	Rimpang/Akar	v			v		
Pahit, menyengat	Serai wangi	Daun dan akar	v			v		
	Sirih	Daun dan bunga	v			v		
	Sirsak	Daun dan biji	v	v	v			
	Tembelekan	Daun dan ranting	v					
	Kenikir	Bunga, daun, batang, dan akar	v			v		
	Kunyit	Rimpang/Akar		v	v	v		
	Bawang putih	Umbi/akar	v		v	v		
	Bababotan	Daun, batang dan ranting	v		v			
	Bawang	Umbi/akar	v		v			
Panas, Menyengat	Lombok rawit	Buah dan biji	v		v			
	Cabai merah	Buah dan biji	v		v			
Pahit	Mimba	Biji		v	v	v		
	Pacar cina	Daun		v	v			
	Tomat	Daun, batang dan ranting	v		v			
	Lidah buaya	Daging daun			v	v		Lidah buaya dapat digunakan sebagai perekat alami/perata dalam aplikasi pestisida
	Mahoni	Biji	v	v	v			
	Mengkudu	Daun dan buah	v		v		v	
	Srikaya	Daun dan biji	v	v	v	v		
	Jarak	Daun dan biji			v			Ekstrak jarak bersifat sebagai penghambat pembentukan telur serangga.
	Dlingo	Daun dan buah	v	v	v			

Keterangan



Penolak/pengusir hama



Penghambat nafsu makan hama



Pembunuhan hama



Penghambat pertumbuhan hama



Penari hama



Pengendali jamur atau nematoda



Pengusir tikus

Efek yang diharapkan	Tanaman	Bagian tanaman							Keterangan fungsi lainnya
Pahit	Kacang babi	Daun dan biji		v					
	Putri malu	Daun, akar dan seluruh bagian tanaman		v					
	Sambiloto	Daun, akar dan seluruh bagian tanaman		v					Bagian tanaman yang digunakan sebagai pestisida nabati adalah daun, akar, seluruh bagian tanaman. Ekstrak tanaman putri malu bersifat sebagai fungisida.
	Buah Maja	Daging buah dan biji		v					Senyawa dengan rasa pahit mengendalikan hama serangga dan penggerek buah kakao ( <i>C. cramerella</i> ).
	Bunga puluk empat	Bunga		v				v	Ekstrak daun bunga puluk empat ( <i>Mirabilis jalapa</i> ) merupakan salah satu agen penginduksi ketahanan sistemik tanaman cabai merah terhadap serangan Cucumber Mosaic Virus (CMV).
	Gadung	Umbi/akar	v		v				
	Bengkuang	Semua bagian tubuhnya, kecuali umbinya	v						
	Bijanggut	Daun	v				v		
	Brotowali	Daun, biji, akar	v		v				
	Tembakau	Daun	v		v			v	
	Bayam durι	Daun		v				v	Salah satu agen penginduksi ketahanan sistemik tanaman cabai merah terhadap serangan Cucumber Mosaic Virus (CMV) dan virus kuning Gemini
	Duku	Biji dan kulit batang	v		v				
	Pepaya	Daun dan getah	v	v	v		v	v	
	Ajeran	Daun		v					
	Daun gamal	Daun		v					
	Bunga Piretrum	Bunga		v					
	Nira aren yang difermentasi/tuak	Nira				v			

Keterangan

Penolak/  
pengusir  
hamaPenghambat  
nafsu makan  
hamaPembunuh  
hamaPenghambat  
pertumbuhan  
hamaPenari  
hamaPengendali jamur  
atau nematodaPengusir  
tikus

## CARA PEMBUATAN PESTISIDA NABATI (PESNAB)

- 1 Kenali jenis dan perilaku hama penyakit yang akan dikendalikan dan bagian tanaman yang terserang. Akan menentukan jenis komponen pesnab yang akan digunakan, lokasi dan waktu penyemprotannya.
- 2 Pilih jenis dan bagian tanaman yang akan dijadikan sebagai pesnab sesuai dengan hama penyakit yang ingin dikendalikan.
- 3 Buat larutan pestisida nabati sesuai dengan jenis Organisme pengganggu tanaman (OPT) yang akan dikendalikan.
- 4 Jangan membuat larutan yang lebih dari 5 komponen penyusunnya.
- 5 Sebaiknya dilakukan fermentasi 1 malam dengan ditambahkan perekat (bisa deterjen atau lidah buaya).
- 6 Larutan yang dibuat 1 liter dan diencerkan dengan +/- 50 liter air
- 7 Pembuatan larutan pesnab sebaiknya dibuat minimal 1 minggu sebelum aplikasi untuk menjaga agar tidak terjadi oksidasi yang dapat mengubah fungsi beberapa zat yang terlarut dalam pesnab.
- 8 Untuk mengetahui apakah larutan sudah cukup tepat untuk disemprotkan, bisa dicium dari baunya, jika sudah tercium aroma pahit atau panas atau menyengat, pada bagian tanaman yang disemprotkan, maka dosis pesnab sudah cukup.

## Contoh Pembuatan Pestisida Nabati

### Bahan:

- Daun mimba 8 kg,
- Daun sirsak 6 kg,
- Serai 6 kg,
- Detergen cair (sabun cuci piring) atau pun perekat alami seperti putih telur atau lendir lidah buaya
- Air 20 liter

### Alat:

- Batu penumbuk.
- Lesung/ lumpang
- Ember
- Kain halus/ saringan santan/ serbet
- Alat semprotan hama

### Langkah – langkah pembuatan:

- Tumbuk semua bahan (daun nimba, daun sirsak, serai) hingga halus dengan lumpang/alat tumbuk.
- Masukkan tumbukan daun ke ember dan masukkan air.
- Aduk rata dan rebus hingga mendidih, diamkan selama 24 jam hingga dingin
- Saring larutan dengan kain halus. Hasil tersebut dapat digunakan dengan diencerkan terlebih dahulu.
- Semprotkan cairan pestisida nabati ke tanaman yang akan dilindungi sebanyak 2 kali sehari (pagi dan sore).
- Penggunaannya sebanyak 2x sehari atau 1-2 x/minggu.



© CIFOR-ICRAF Indonesia



## Kelebihan Pestisida Nabati

- ✓ Aman bagi manusia, lingkungan, dan musuh alami.
- ✓ Ramah lingkungan, memiliki keunggulan yang signifikan dibandingkan pestisida konvensional.
- ✓ Biopestisida juga tidak rentan terhadap resistensi hama, tidak terlalu beracun bagi organisme bukan sasaran.
- ✓ Biopestisida memiliki cara kerja yang beragam sehingga serbaguna.
- ✓ Resistensi terhadap insektisida tertentu kecil kemungkinannya untuk berkembang.
- ✓ Hemat biaya, terbarukan, dapat terurai secara hayati, dan ramah pengguna.
- ✓ Komponen aktif cepat rusak, sehingga lebih dapat ditoleransi
- ✓ Stabil dan dapat disimpan dalam penyimpanan untuk waktu yang lama.



## Kelemahan Biopestisida

- (✗) Formulasi dasar insektisida membutuhkan jumlah yang lebih besar.
- (✗) Dampaknya lambat.
- (✗) Spesifitas yang lebih tinggi dan menuntut agar infeksi atau hama tepat diidentifikasi.
- (✗) Kemampuannya yang tidak konsisten.



## **Menyisihkan tanaman untuk pemberian**

# Menghasilkan Benih secara Mandiri

## Menyiapkan benih untuk kebun dapur keluarga

### a. Mengapa membuat benih sendiri?

- Penggunaan benih bermutu adalah kunci sukses hasil panen tanaman, namun benih berkualitas sering kali mahal. Membuat benih sendiri bisa mengurangi biaya.

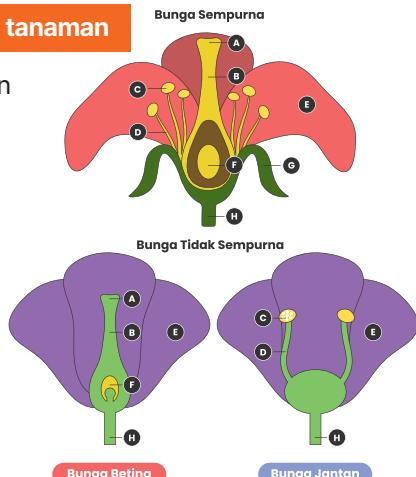
### b. Tantangan memproduksi benih sendiri

- Tanaman kebun dapur umumnya sayuran. Proses membuat benih sayuran lebih rumit dibandingkan tanaman pangan lainnya.

## Prinsip memproduksi benih sayuran (skala rumah tangga)

### a. Mengenali proses dan jenis penyerbukan tanaman

- Mengetahui proses penyerbukan tanaman penting untuk menjaga kemurnian benih. Penyerbukan terjadi saat serbuk sari dari organ reproduksi jantan menyentuh putik (organ reproduksi betina).
- Bunga sempurna: memiliki organ jantan (benang sari) dan betina (putik). Contoh: terong, kacang-kacangan. Umumnya mengalami penyerbukan sendiri, namun ada yang memerlukan bantuan seperti lebah untuk penyerbukan silang.
- Bunga tidak sempurna: organ jantan dan betina terletak di bunga berbeda pada tanaman yang sama. Contoh: tomat, labu, timun. Jika lokasi bunga jantan dan betina berdekatan, penyerbukan dapat terjadi sendiri dengan bantuan angin. Contoh: tomat. Ada juga yang melalui penyerbukan silang, seperti jagung dan cabai.



- A. Kepala putik: tempat menempelnya serbuk sari
- B. Tangkai putik
- C. Serbuk Sari: bagian alat kelamin jantan yang menempel di tubuh hewan, terbawa angin, dsb.
- D. Tangkai Sari
- E. Mahkota: bagian bunga yang berwarna indah, menarik serangga untuk hinggap.
- F. Bakal biji: tempat tumbuhnya biji setelah terjadi perkembangbiakan.
- G. Kelopak
- H. Tangkai Bunga

Sumber : Amalia Fitri dkk  
(IPAS SD Kelas IV)

### b. Menentukan jenis tanaman untuk benih

Tidak semua jenis sayuran dapat disimpan benihnya. Benih yang bisa dipanen dan disimpan:

- Varietas lokal yang sudah lama ditanam di suatu daerah,
- Sayuran dengan penyerbukan sendiri (misalnya kacang-kacangan),
- Sayuran dengan penyerbukan silang (misalnya cabai, mentimun, dan wortel).

Catatan: Benih varietas hibrida tidak dapat disimpan untuk ditanam kembali karena mandul atau menghasilkan tanaman dengan ciri berbeda.

### c. Memilih tanaman yang baik untuk benih

Ciri-ciri benih yang berkualitas:

- Masak fisiologis dan berisi,
- Benih masih baru
- Berasal dari tanaman induk yang unggul, tahan hama dan penyakit dengan daya berkecambah tinggi, dan hidup tinggi.

### d. Menjaga kemurnian benih

Untuk menghindari penyerbukan silang:

- Diasingkan/dijauhkan menggunakan jarak
- Dibungkus
- Diberikan ruangan khusus/sekrin. Misalnya dari jaring nilon.

### e. Memanen benih dengan benar

- Berilah label atau tanda pada tanaman yang akan diambil benihnya untuk membedakan dengan tanaman yang akan dipanen untuk konsumsi.
- Pastikan buah/biji matang atau melewati masa layak konsumsi saat dipetik atau dipanen.



# Perbenihan

**Tujuan** untuk mendapatkan bahan tanam secara mandiri sehingga tidak selalu tergantung dengan sumber benih yang beredar di pasaran. Tanaman yang dibudidayakan dari benih hibrida biasanya hasil benihnya tidak bisa lagi langsung dipakai untuk musim tanam berikutnya.

Perbenihan merupakan faktor penting dalam usaha budidaya tanaman, KENAPA?.....

## Kualitas benih menentukan kualitas hasil panen

- Menghasilkan tanaman sehat dan produktif
- Hasil panen optimal
- Tahan Hama dan Penyakit
- Potensi hasil tinggi

1

## Efisiensi dalam produksi

- Mengurangi kegagalan dalam penyemaian
- Efisiensi lahan dan air
- Pertumbuhan seragam
- Waktu penanaman tepat

2

## Keberlanjutan usaha tani

- Kontinyuitas produksi karena setiap musim tanam kita memiliki bibit siap tanam



Upaya melakukan pemberian secara Mandiri

## Langkah untuk pembuatan benih

Seleksi tanaman yang akan dijadikan sebagai sumber benih dengan kriteria sebagai berikut:

- Tanaman tumbuh dengan subur
- Memiliki buah yang lebat, sehat
- Tanaman tidak terserang penyakit

Biarkan buah matang di pohon, tetapi jangan sampai pecah atau busuk

Jika buah telah matang dengan sempurna, lalu petik dan segera di proses untuk diambil benih/bijinya



## Proses ekstraksi benih/biji



## Contoh Pembenihan pada Cabai



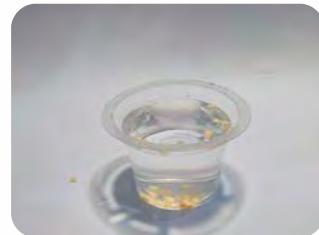
Pilih buah yang tua dan sehat



Belah menjadi dua bagian



Seleksi biji buah ke dalam wadah yang berisi air



Pilih biji yang tenggelam untuk pembenihan



Tiriskan biji yang sudah diseleksi di atas kain kasa sampai kering



Keringkan selama ±2 hari



Simpan di dalam wadah tertutup yang kering dan lapisi menggunakan tisu atau abu

## Menyimpan benih

Setelah dipanen, benih harus disimpan dengan benar agar tetap hidup untuk ditanam kembali.

- Keringkan benih hingga kandungan airnya 7-8%. Hindari menyimpan benih yang baru dipanen langsung ke kantong plastik, karena kelembapannya yang tinggi dapat menyebabkan pembusukan.
- Simpan di tempat sejuk, kering dan gelap dalam wadah tertutup rapat atau dibungkus kertas. Suhu ideal sekitar 15°C, untuk menjaga benih tetap hidup dalam jangka waktu yang panjang.
- Wadah benih diberi label jelas berisi nama tanaman, tanggal panen, dan informasi lainnya, seperti asal kebun, pemilik tanaman, dan lain-lain.

Tanaman	Waktu penen benih yang baik	Cara memenen benih
Tomat, terong	Ketika sudah matang di tanaman, agak sedikit lembek namun tidak busuk.	Petik dengan tangan atau gunting pangkas
Mentimun, melon	Satu bulan setelah memanen buah konsumsi	Petik dengan tangan atau gunting pangkas
Cabai, Lombok	Ketika matang di tanaman, sudah berwarna merah	Petik dengan tangan atau gunting pangkas
Selada, sayuran berdaun hijau	Tunggu hingga bungkus biji berwarna coklat dan kering, namun belum membuka	Bungkus dengan kantong lalu potong tangkai, sehingga benih tidak berceciran.
Buncis, jagung, bunga matahari	Biarkan biji mengering di tanaman pada musim kemarau, petiklah ketika musim hujan dan keringkan di dekat perapian	Petik dengan tangan atau gunting pangkas
Labu	Ketika matang di tanaman, biarkan/simpan selama 2-3 minggu sebelum diambil benihnya	Petik dengan tangan atau gunting pangkas

## Beberapa jenis bahan yang dapat dipakai dalam penyimpanan benih

- **Abu dapur.** Penyimpanan dalam jumlah besar, + abu 2% dari biji-bijian yang disimpan (misalnya, untuk 100 kg biji-bijian, tambahkan 2 kg abu).
  - Wadah kecil: + lapisan abu pada bagian dasar & bagian atas, lapisan  $\pm$  1 cm.
  - Jangan menggunakan abu dari pembakaran sampah!
- **Daun tembakau.** Gunakan yang sudah tua & kering, pada wadah penyimpanan yang besar. Lapisi bagian atas biji-bijian  $\pm$  2 cm. Hati-hati menggunakan daun tembakau karena daun ini sangat kuat.
- **Daun gamal.** Lapisan  $\pm$  2 cm pada bagian atas biji-bijian yang disimpan.
- **Daun Mimba.** Daun segar / kering. Lapisan  $\pm$  2 cm pada bagian atas biji-bijian untuk wadah besar, dan + 1 cm untuk wadah kecil.
- **Kulit buah lemon/ jeruk nipis/ jeruk bali/ jeruk mandarin** kering efektif untuk menolak serangga dari produk yang disimpan.
- **Daun eukaliptus.** Gunakan 10 - 20 lembar daun segar/ kering dan telah dihancurkan. Taburkan pada biji-bijian yang akan disimpan.



Daun Mimba



Daun Eukaliptus



## **Memanen dan menyimpan hasil panen yang baik**

# Pemanenan, Pengawetan dan Pengolahan Hasil Kebun Dapur

## 1 Pemanenan

### Hal yang harus diperhatikan saat melakukan proses pemanenan:



Panen sayur di kebun dapur dilakukan pada pagi hari sebelum memasak di dapur, karena saat itu turgor sel masih tinggi sehingga sayuran terlihat lebih segar.



Pada cabe, terong dan tomat biasanya pada tangkai buah ada bagian yang bisa dipatahkan, potong atau patahkan pada bagian tersebut.



Hindari kemungkinan mengganggu ranting atau kulit dari ranting yang akan mengganggu kesehatan tanaman.



Gunakan gunting atau alat potong.



Untuk sayuran pedas seperti cabe gunakan sarung tangan agar tangan tidak kepanasan.



Bawang daun, sawi, bayam, kangkung bisa dipotong tanpa harus dicabut, biarkan tetap tumbuh sehingga bisa dipanen kembali.



Untuk tanaman yang akan dijadikan bibit, sebaiknya tidak dipanen.

## 2 Penyimpanan Hasil Panen

Penyimpanan dan mengawetkan hasil panen perlu dilakukan ketika ada banyak stok hasil panen dan kemungkinan untuk terbuangnya hasil-hasil ini juga besar apabila tidak ditangani, sehingga menjadi kerugian bagi kita.

### Penyimpanan Kacang-Kacangan dan Biji-Bijian

- Memanen pada saat yang tepat
- Pisahkan biji dari tanamannya segera mungkin dan simpanlah dengan baik, ini akan mengurangi masalah serangga.
- Keringkan produk dengan benar, karena jika disimpan sebelum benar-benar kering, dapat menyebabkan kerusakan.
- Simpanlah dengan baik. Gunakan wadah yang kering dan aman, cegahlah gangguan serangga dan tikus.

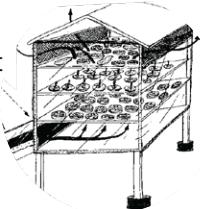
### Penyimpanan Sayuran

- Penyimpanan sayuran yang baik dilakukan agar sayuran bisa tahan lebih lama dan vitaminnya tidak berkurang. Penyimpanan yang baik dapat meminimalkan sayuran yang terbuang dan meningkatkan peluang penjualan.
- Hampir semua sayuran sebaiknya tetap dibiarkan tumbuh di lahan dan hanya dipanen ketika dibutuhkan. Sawi sebagai contoh, tidak perlu dicabut, bisa dipotong daunnya, dan dibiarkan hidup. Namun, untuk beberapa jenis sayuran lainnya, penyimpanan yang baik memang dibutuhkan.
- Setelah sayuran dipanen, bersihkan dan buang semua bagian yang busuk.
- Simpanlah di tempat yang sejuk, terlindung dari terik matahari, dan aman dari serangga dan hewan lainnya.
- Sisa lainnya dan tidak terpakai sebaiknya dikumpulkan untuk jadi pakan ternak atau dikompos.

### 3 Pengawetan Hasil Panen

#### Pengeringan dengan Sinar Matahari

- Pengeringan matahari dapat digunakan untuk mengeringkan ikan, daging, sayuran, dan buah-buahan untuk mengurangi pembuangan makanan. Pengeringan membutuhkan waktu 1-3 hari, sesuai dengan intensitas cahaya matahari dan cuaca. Bisa menggunakan bahan plastik, mika atau fiber, kaca dan kayu. Pastikan kelembapan bisa disedot keluar dan tidak terkena sinar matahari langsung (mengubah warna dan gosong).



#### Pembuatan Acar Fermentasi

- Bahan makanan yang umumnya difermentasi adalah sayuran atau buah-buahan. Proses fermentasi menggunakan larutan garam, cuka atau minyak, kemudian disimpan dalam wadah tertutup sekitar lebih 5 minggu. Fermentasi ini dapat bertahan hingga 2 tahun.



#### Pembuatan Selai Buah

- Selai buah dapat diproduksi dari berbagai macam buah kecuali semangka. Selai buah dapat dibuat hanya dengan buah, air lemon, dan gula, yang dicampur dan dimasak sampai mengental. Biasanya membutuhkan waktu 20 menit setelah mendidih. Dengan penyimpanan yang baik, selai dapat bertahan hingga 2 tahun.







Sustainable Landscapes for Climate-Resilient Livelihoods (Land4Lives) in Indonesia atau #LahanuntukKehidupan adalah proyek lima tahun yang didanai oleh Global Affairs Canada, untuk tata kelola bentang lahan yang lebih baik, ketahanan pangan, kesetaraan gender dan perubahan iklim. Pelaksanaan proyek yang mencakup Provinsi Sulawesi Selatan, Sumatera Selatan, dan Nusa Tenggara Timur dipimpin oleh World Agroforestry (ICRAF) Indonesia.

### CIFOR-ICRAF Program Indonesia

Jl. CIFOR, Situ Gede Sindang Barang, Bogor 16115 [PO Box 161 Bogor 16001] Indonesia  
Tel: +(62) 251 8625415 | [www.cifor-icraf.org/locations/asia/indonesia](http://www.cifor-icraf.org/locations/asia/indonesia)



#LahanUntukKehidupan  
[www.lahanuntukkehidupan.id](http://www.lahanuntukkehidupan.id)