



Kebun Dapur: Sumber Pangan dan Gizi Keluarga

Penulis: Betha Lusiana, Balgies Devi Fortuna, James Roshetko

1 Latar Belakang

Sekitar 35% pangan dunia dihasilkan oleh petani, namun nyatanya sekitar 50% petani masih mengalami kerawanan pangan atau permasalahan gizi. Kondisi gizi masyarakat Indonesia, termasuk petani di pedesaan mencerminkan tantangan masyarakat dalam mengakses makanan bergizi dan mempertahankan pola makan seimbang. Meskipun petani memproduksi pangan, mereka sering kali menanam tanaman yang bernilai jual tinggi tetapi kurang bergizi. Akibatnya, konsumsi pangan di rumah tangga petani mungkin tidak mencakup semua kebutuhan nutrisi yang diperlukan.

Land4Lives berupaya meningkatkan ketahanan pangan dan gizi keluarga petani melalui program Kebun Dapur mandiri pada 36 desa di 3 provinsi, yaitu Sulawesi Selatan, Sumatera Selatan, dan Nusa Tenggara Timur.

Kebun dapur adalah kebun yang digunakan untuk membudidayakan tanaman yang dapat digunakan sebagai sumber pangan keluarga dan biasanya berada di pekarangan atau dekat rumah untuk meningkatkan akses terhadap bahan makanan.

Dengan memiliki kebun dapur, keluarga petani dapat:

- Memenuhi kebutuhan pangan dan gizi keluarga.
- Mengurangi pengeluaran keluarga untuk belanja pangan, dan
- Meningkatkan sumber pendapatan keluarga dari penjualan bahan pangan dan benih yang melebihi kebutuhan keluarga

Sehingga pangan untuk keluarga dapat tersedia secara terus menerus dengan mudah, meningkatkan Pilar Ketahanan pangan: ketersediaan, keterjangkauan dan stabilitas. Bagaimana dengan pilar pemanfaatan? Bagaimana kebun dapur dapat memastikan gizi keluarga terpenuhi?



4 Pilar Ketahanan Pangan



2 Kebun dapur komunal untuk belajar

Kebun dapur komunal dibangun agar menjadi:

- Percontohan desain dan pengelolaan kebun dapur yang baik.
- Tempat belajar bagi kelompok tentang 3 aspek: Gizi, Agronomis dan Sosial

Pemahaman mengenai aspek gizi, agronomis dan sosial penting demi keberlanjutan kebun dapur komunal dan pengelolaan kebun dapur keluarga yang baik di setiap rumah tangga.

Aspek Gizi

Tujuan utama kebun dapur adalah memenuhi kebutuhan pangan keluarga. Karena itu, tanaman di kebun dapur terdiri dari sumber pangan yang sesuai dengan preferensi rumah tangga serta memenuhi kebutuhan gizi keluarga. Selain itu, penerapan kebun dapur juga mempertimbangkan aspek keragaman pangan, dengan menyesuaikan jenis tanaman yang dibudidayakan untuk meningkatkan keragaman pangan keluarga. Beberapa kelompok pangan yang dapat dipenuhi dari kebun dapur, yaitu:

- Sumber karbohidrat/Makanan Pokok: umbi-umbian, jagung, dan labu
- Sumber protein/Lauk pauk: kacang tanah, kacang merah, kacang tolo
- Sayuran: kangkung, sawi, terong
- Buah-buahan: pepaya, jeruk, pisang

Aspek Agronomis

Keluarga petani perlu memahami langkah-langkah dalam mengelola kebun dapur yang baik;

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

Aspek Sosial

Pengelolaan kebun dapur melibatkan beragam aktifitas. Karena itu agar terjaga dengan baik perlu melibatkan anggota keluarga, baik laki-laki maupun perempuan dalam mengelola kebun dapur.

3 Kemajuan Kegiatan



Setidaknya 2 kebun dapur per desa

Target: 72 kebun dapur komunal
Capaian Maret 2024: 67 kebun dapur komunal



50 keluarga/desa menerima manfaat berupa benih atau hasil panen

Target: 1800 keluarga
Capaian Maret 2024: 642 keluarga



Setidaknya 1 kebun dapur per desa menjadi tempat belajar

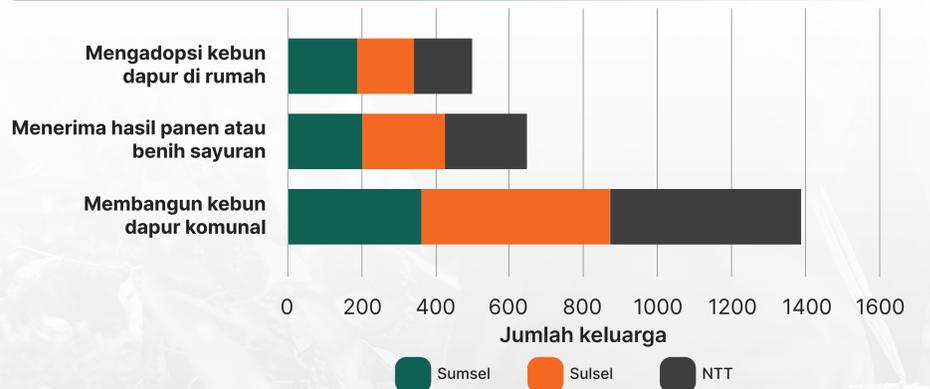
Target: 36 kebun dapur komunal & belajar
Capaian Maret 2024: 61 kebun dapur komunal & belajar



Adopsi kebun dapur keluarga oleh anggota kelompok dan warga lainnya

Target: -
Capaian Maret 2024: 500 keluarga memiliki kebun dapur di rumah

Penerima manfaat kebun dapur komunal



PEMBELAJARAN DAN TINDAK LANJUT

- Hingga saat ini, kegiatan rutin kelompok kebun dapur komunal lebih banyak melibatkan perempuan (>60%). Selanjutnya, keterlibatan laki-laki dalam kegiatan kelompok kebun dapur akan ditingkatkan untuk menjadikan penyediaan pangan keluarga menjadi prioritas bersama.
- Land4Lives akan bekerja sama dan bersinergi dengan program pemerintah lokal yang sejalan, baik ditingkat desa maupun ditingkat Kabupaten, seperti sinergi dengan program Dasa Wisma Tim PKK serta KWT yang diselenggarakan oleh DPMD Dinas Ketahanan Pangan maupun KPH. Kerja sama ini bertujuan untuk meningkatkan kapasitas warga desa dalam menyediakan pangan secara mandiri.
- Penyediaan benih sayuran merupakan bagian penting untuk memastikan kegiatan kebun dapur dapat berlangsung mandiri. Peningkatan kapasitas petani dalam memproduksi benih akan menjadi prioritas kegiatan berikutnya di kelompok belajar kebun dapur.

Bentang lahan berkelanjutan untuk penghidupan berketahanan iklim di Indonesia

#LahanUntukKehidupan
www.lahanuntukkehidupan.id