

Optimalisasi Pekarangan Rumah melalui Gerakan Kebun Gizi untuk Pemenuhan Asupan Sayur dan Buah Keluarga

Optimizing Home Yards with Nutrition Gardens to Support Family Vegetable and Fruit Intake

Iseu Siti Aisyah^{1*}, Neni¹, Yusrima Syamsina Wardani¹, Yuldan Faurahman², Andhy Romdani³, Aulia Putri Wahyuningtyas¹

¹ Program Studi Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Siliwangi, Tasikmalaya, Indonesia

² Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Siliwangi, Tasikmalaya, Indonesia

³ Program Studi Teknik Sipil, Fakultas Teknik, Universitas Siliwangi, Tasikmalaya, Indonesia

Abstract

The low consumption of vegetables and fruits in Indonesia remains a nutritional problem that contributes to an increased risk of non-communicable diseases such as hypertension, diabetes, and obesity. One of the efforts to address this issue is through the utilization of home yards as a source of family food. This community service program aimed to improve knowledge, skills, and nutritional awareness by optimizing home yards into nutrition gardens, thereby strengthening household food security, reducing family expenses, and supporting economic improvement. The program was conducted on July 31, 2025 in Sukahurip Subdistrict, Tamansari District, Tasikmalaya City, West Java, with the target participants being “Kelompok Wanita Tani” (KWT) and Posyandu cadres, with a total of 35 participants. The program was conducted using a participatory approach through five stages: socialization, training in gardening skills and nutrition education, application of nutrition garden technology, mentoring, and evaluation. The results showed an increase in participants’ knowledge regarding the benefits of vegetable and fruit consumption as well as the utilization of limited land. The average knowledge score increased from 6,65 (pre-test) to 8,60 (post-test) with $p\text{-value} = 0,001$, indicating a significant difference before and after the intervention. The final evaluation of the program will be carried out through surveys and interviews to assess the improvement in vegetable and fruit consumption, the utilization of home yards as nutrition gardens, and participants’ understanding of balanced nutrition practices.

Keywords: nutrition education, nutrition gardens, training

Article history:

PUBLISHED BY:

Sarana Ilmu Indonesia (salnesia)

Address:

Jl. Dr. Ratulangi No. 75A, Baju Bodoa, Maros Baru,
Kab. Maros, Provinsi Sulawesi Selatan, Indonesia

Email:

info@salnesia.id, jagri@salnesia.id

Phone:

+62 85255155883

Submitted 28 September 2025

Revised 26 Oktober 2025

Accepted 13 Desember 2025



Abstrak

Rendahnya konsumsi sayur dan buah di Indonesia masih menjadi permasalahan gizi yang berdampak pada peningkatan risiko penyakit tidak menular seperti hipertensi, diabetes, dan obesitas. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi permasalahan tersebut adalah melalui pemanfaatan lahan pekarangan rumah sebagai sumber pangan keluarga. Program pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan kesadaran gizi masyarakat melalui optimalisasi pekarangan rumah menjadi kebun gizi, sehingga mampu menunjang ketahanan pangan keluarga, menekan pengeluaran rumah tangga, serta mendukung peningkatan ekonomi keluarga. Program pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 31 Juli 2025 di Kelurahan Sukahurip, Kecamatan Tamansari, Kota Tasikmalaya, Jawa Barat dengan sasaran Kelompok Wanita Tani (KWT) dan Kader Posyandu sebanyak 35 orang. Metode pelaksanaan dilakukan secara partisipatif melalui lima tahapan, yaitu sosialisasi, pelatihan keterampilan bercocok tanam dan edukasi gizi, penerapan teknologi kebun gizi, pendampingan, serta evaluasi. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta terkait manfaat konsumsi sayur dan buah serta pemanfaatan lahan terbatas. Rata-rata skor pengetahuan meningkat dari 6,65 (*pre-test*) menjadi 8,60 (*post-test*) dengan nilai $p\text{-value} = 0,001$, yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah pemberian edukasi. Evaluasi akhir program ini akan dilakukan dengan cara melakukan survei dan wawancara untuk menilai peningkatan konsumsi sayur dan buah, pemanfaatan pekarangan rumah sebagai kebun gizi, serta pemahaman tentang penerapan gizi seimbang.

Kata Kunci: edukasi gizi, kebun gizi, pelatihan

*Penulis Korespondensi:

Iseu Siti Aisyah, email: iseusitiaisyah@unsil.ac.id



This is an open access article under the **CC-BY** license

Highlight:

- Peserta (KWT dan Kader) berhasil memahami keterkaitan antara pemanfaatan lahan pekarangan dengan pemenuhan standar gizi keluarga, khususnya asupan vitamin dan mineral dari sayur/buah.
- Masyarakat mampu mempraktikkan teknik penanaman yang efisien di lahan sempit, mulai dari penyiapan media tanam, pemilihan bibit unggul, hingga perawatan tanaman secara mandiri.
- Terbentuknya kesadaran kolektif untuk menyediakan pangan sehat di tingkat rumah tangga yang berdampak pada penghematan biaya belanja harian dan penguatan ketahanan pangan lokal.

PENDAHULUAN

Gizi seimbang merupakan pola konsumsi harian yang mencakup berbagai zat gizi dengan jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh. Empat pilar utama dalam gizi seimbang antara lain, konsumsi makanan yang bervariasi, melakukan aktivitas fisik, menjaga kebersihan pribadi dan lingkungan, serta memantau berat badan secara rutin. Salah satu anjuran dalam pedoman gizi seimbang adalah meningkatkan konsumsi sayuran dan mencukupi asupan buah-buahan setiap hari

(Kemenkes, 2014). Konsumsi sayur dan buah adalah bagian penting dari pedoman gizi seimbang yang bertujuan untuk membentuk pola hidup sehat di masyarakat.

Sayur dan buah merupakan bagian dari tanaman, seperti bunga, akar, batang, daun, dan buah yang dapat dikonsumsi baik dalam keadaan mentah maupun melalui proses pemasakan. Sayur dan buah mengandung berbagai vitamin, mineral, serta serat yang berperan penting dalam menjaga kesehatan tubuh dan mencegah penyakit tidak menular (PTM) seperti hipertensi, diabetes, dan obesitas (Irwan et al., 2024). Namun, kenyataannya tingkat konsumsi sayur dan buah masyarakat Indonesia masih tergolong rendah. Berdasarkan data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 diketahui bahwa persentase kurangnya konsumsi sayur dan buah di Indonesia adalah 96,7% hal ini mengalami peningkatan dibandingkan dengan hasil Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) 2018 Kemenkes (2018), yaitu 95,5% dan di Provinsi Jawa Barat proporsi kurang makan sayur dan buah perhari dalam seminggu pada penduduk usia ≥ 5 tahun sebesar 98,3% (Kemenkes, 2023). Rendahnya asupan tersebut dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain ketergantungan pada pasokan dari luar daerah, fluktuasi harga di pasar, serta keterbatasan pengetahuan masyarakat mengenai pentingnya pola makan beragam dan bergizi seimbang.

Sebenarnya masyarakat memiliki peluang besar untuk mencukupi kebutuhan sayur dan buah secara mandiri melalui pemanfaatan lahan pekarangan rumah. Akan tetapi, kesadaran dan keterampilan masyarakat untuk mengoptimalkan lahan pekarangan rumah sebagai “lumbung hidup” masih tergolong rendah. Meskipun pekarangan rumah memiliki area yang terbatas, pekarangan rumah tetap dapat dioptimalkan menjadi sumber pangan keluarga dengan menerapkan metode budidaya hemat lahan seperti vertikultur, *polybag farming*, maupun hidroponik sederhana (Septiandika et al., 2025). Pemanfaatan pekarangan sebagai kebun gizi tidak hanya bermanfaat dalam meningkatkan ketersediaan sayur dan buah segar, tetapi juga mampu menekan pengeluaran rumah tangga serta berpotensi menambah pendapatan jika hasil panen dijual ke pasar lokal (Idham et al., 2024).

Berdasarkan permasalahan tersebut pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan untuk mengembangkan “Gerakan Kebun Gizi” di lingkungan masyarakat, khususnya untuk ibu rumah tangga agar bisa mandiri dalam menyediakan pangan bergizi seimbang untuk keluarga. Kebun gizi merupakan salah satu program berbasis masyarakat yang memanfaatkan lahan pekarangan rumah untuk menanam berbagai jenis sayuran, buah-buahan, serta tanaman pangan bergizi lainnya yang dapat dikonsumsi langsung oleh anggota keluarga. Program ini tidak hanya berperan dalam meningkatkan ketersediaan makanan sehat, tetapi juga mendorong masyarakat untuk membiasakan pola makan bergizi dan seimbang serta memperkuat ketahanan pangan di tingkat rumah tangga (Kurniyawan et al., 2024; Sintawati dan Anggraeni, 2024).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Rasidin et al. (2023) diketahui bahwa penerapan program kebun gizi terbukti efektif dalam meningkatkan asupan sayur dan buah, sekaligus menurunkan risiko kekurangan gizi terutama pada masyarakat yang tinggal di daerah pedesaan. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ilyas dan Sugianto (2022) yang menyatakan bahwa program pemberdayaan masyarakat melalui kebun gizi terbukti efektif dalam meningkatkan kualitas hidup masyarakat pedesaan dan memberikan dampak positif bagi masyarakat, seperti meningkatkan pola konsumsi sayur dan buah serta dapat menjadi sumber daya alam yang dapat dimanfaatkan dan dikembangkan oleh masyarakat untuk membantu perempuan menjadi lebih mandiri dalam mencukupi kebutuhan pangan dan meningkatkan kualitas gizi serta kesejahteraan keluarga.

Program pengabdian kepada masyarakat ini mengintegrasikan antara pelatihan bercocok tanam di lahan terbatas dengan edukasi gizi seimbang, sehingga diharapkan mampu meningkatkan konsumsi sayur dan buah, memperkuat ketahanan pangan rumah tangga, sekaligus mendukung kesehatan dan perekonomian keluarga secara berkelanjutan. Pelaksanaan program pengabdian ini dirancang secara sistematis dan partisipatif untuk menjawab permasalahan mitra melalui pendekatan pemberdayaan, edukasi, dan pemanfaatan teknologi tepat guna.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan kesadaran gizi masyarakat melalui pemanfaatan pekarangan sempit menjadi kebun gizi sehingga dapat menunjang ketahanan pangan keluarga, meningkatkan penerapan pola makan beragam, bergizi, dan seimbang, serta membantu mengurangi pengeluaran rumah tangga, dan mendorong peningkatan ekonomi keluarga melalui pemanfaatan hasil panen.

METODE

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan di Kelurahan Sukahurip, Kecamatan Tamansari, Kota Tasikmalaya, Jawa Barat. Sasaran dalam kegiatan pengabdian ini adalah Kelompok Wanita Tani (KWT) dan Kader Posyandu yang berjumlah 35 orang. Proses pelaksanaan program pengabdian ini dibagi menjadi lima tahapan utama, yaitu: sosialisasi dan persiapan awal, pelatihan keterampilan dan edukasi gizi, penerapan teknologi dan implementasi kebun gizi, pendampingan dan evaluasi, dan strategi keberlanjutan program.

Tahap pertama, sosialisasi dan persiapan awal

Tahap awal kegiatan difokuskan pada membangun komunikasi dan persamaan persepsi antara tim pengabdian, mitra sasaran, serta pemangku kepentingan agar program pengabdian ini dapat diterima dan berjalan dengan dukungan semua pihak. Kegiatan yang dilakukan meliputi; a. Melakukan perizinan dan koordinasi dengan Dinas Ketahanan Pangan dan Dinas Tanaman Pangan dan Hortikultura, b. Sosialisasi program kepada aparat kelurahan dan tokoh masyarakat sebagai mitra strategis, c. Pengumpulan data sekunder dan observasi lapangan untuk mengetahui potensi dan hambatan yang ada di lingkungan mitra, d. Mengidentifikasi peserta, yaitu Kelompok Wanita Tani (KWT) dan Kader Posyandu yang merupakan ibu rumah tangga serta pengumpulan data dasar mengenai konsumsi sayur dan buah serta pengetahuan gizi, e. Pengembangan modul dan media edukasi pelatihan, berupa *PowerPoint* dan buku saku serta pengadaan bahan pendukung. Mitra berpartisipasi aktif dalam proses sosialisasi, memberikan dukungan logistik dan fasilitas, serta menyiapkan peserta dari kelompok sasaran secara sukarela.

Tahap kedua, pelatihan keterampilan dan edukasi gizi

Tahap ini berisi pelaksanaan pelatihan dan pemberian edukasi gizi kepada Kelompok Wanita Tani (KWT) dan Kader Posyandu yang juga sekaligus ibu rumah tangga sebagai peserta utama yang dilaksanakan pada tanggal 31 Juli 2025 di Aula Kelurahan Sukahurip, Kecamatan Tamansari, Kota Tasikmalaya, Jawa Barat. Pelatihan dan edukasi dilakukan dalam sesi tatap muka dengan pendekatan partisipatif dan demonstratif. Pemateri berasal dari dosen Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Siliwangi dan materi yang diberikan mencakup dua topik utama, yaitu; a. Edukasi pedoman gizi seimbang dan penerapan pola makan yang sehat, terutama berkaitan dengan konsumsi sayur dan buah serta manfaatnya dengan menekankan prinsip pangan

beragam, bergizi, seimbang, dan aman (PB2SA), b. Pelatihan pemanfaatan pekarangan rumah dan teknik *urban farming* dengan konsep kawasan rumah pangan lestari (KRPL), seperti penanaman sayur menggunakan barang bekas di rumah, penanaman secara vertikultur dan hidroponik sederhana serta pembuatan pupuk organik dan pestisida nabati dari limbah organik dapur. Mitra berperan sebagai peserta aktif dalam pelatihan, menyediakan lokasi pelatihan, yaitu aula kelurahan, dan memfasilitasi kegiatan secara administratif.

Tahap ketiga, penerapan teknologi dan implementasi kebun gizi

Setelah menyelesaikan pelatihan, peserta diarahkan untuk mempraktikkan teknologi yang telah dipelajari di pekarangan rumah masing-masing. Proses ini didukung dengan pendampingan dari tim pengabdian agar penerapan kebun gizi dapat disesuaikan dengan kondisi lahan yang ada. Teknologi yang digunakan mencakup metode budidaya hemat lahan seperti *vertical gardening*, *polybag farming*, serta hidroponik sederhana, disertai penerapan teknologi ramah lingkungan berupa penggunaan pupuk kompos dan pestisida nabati dari limbah organik dapur, contohnya kulit bawang putih. Hasil yang diharapkan dari tahap ini adalah terbentuknya kebun gizi produktif di setiap rumah peserta sebagai sumber pangan sehat sekaligus peluang tambahan pendapatan keluarga.

Tahap kelima, evaluasi pelaksanaan program

Evaluasi pelaksanaan program ini bertujuan untuk menjamin keberhasilan program sekaligus menilai dampak intervensi terhadap peningkatan pengetahuan, perubahan perilaku dan peningkatan ketahanan pangan keluarga peserta. Evaluasi pelaksanaan dilakukan dengan mengevaluasi proses, yaitu saat penyuluhan, pelatihan, dan evaluasi output dengan *pre-test* dan *post-test* pengetahuan. Keberlangsungan program di lapangan akan tetap dilaksanakan setelah kegiatan PKM selesai dengan cara melakukan monitoring secara berkala oleh tim pengabdian untuk menilai perkembangan kebun gizi, pola konsumsi sayur dan buah, serta penerapan gizi seimbang dalam kehidupan sehari-hari peserta. Evaluasi dilaksanakan dengan cara diskusi kelompok fokus untuk memperoleh masukan serta mengidentifikasi kendala yang dialami peserta. Peran mitra pada tahap evaluasi ini adalah menerima kunjungan tim, melaporkan hasil panen, mengisi kuesioner, dan berpartisipasi dalam evaluasi akhir.

Evaluasi akhir akan dilakukan dengan cara melakukan survei dan wawancara untuk menilai peningkatan konsumsi sayur dan buah, pemanfaatan pekarangan rumah sebagai kebun gizi, serta pemahaman tentang penerapan gizi seimbang. Hasil pengabdian ini kemudian disusun dalam bentuk laporan akhir yang dilengkapi dengan dokumentasi berupa foto, video, artikel populer yang dipublikasikan secara daring, dan pengajuan Hak Kekayaan Intelektual (HKI) buku saku yang telah didaftarkan hak penciptaan pada 17 September 2025.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian ini dilaksanakan pada tanggal 31 Juli 2025 dan berlokasi di Aula Kelurahan Sukahurip, Kecamatan Tamansari, Kota Tasikmalaya, Jawa Barat yang dihadiri oleh 35 subjek. Kegiatan ini sudah dipublikasikan pada media berita *online* NewTasikmalaya.com. Seluruh subjek kegiatan pengabdian ini adalah perempuan dan memiliki usia yang beragam, yaitu mulai dari usia 21 tahun hingga 55 tahun. Distribusi frekuensi usia subjek disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Distribusi frekuensi subjek

Usia	Frekuensi	Persentase
17-25 tahun	2	5,7
26-35 tahun	2	5,7
36-45 tahun	16	45,7
46-55 tahun	15	42,9
Total	35	100 %

Subjek dalam pengabdian ini adalah Kelompok Wanita Tani dan Kader Posyandu yang juga merupakan seorang ibu di dalam keluarganya. Dalam sebuah keluarga sosok ibu memegang peranan penting dalam menyiapkan segala kebutuhan keluarga termasuk menyiapkan pemenuhan asupan gizinya. Seorang ibu yang memiliki pengetahuan gizi baik akan berpengaruh terhadap pengambilan keputusan untuk memberikan makanan sehat kepada keluarganya (Rokhaidah and Hidayattullah, 2022). Ketika pemenuhan gizi dari keluarga sudah terpenuhi dengan baik hal ini akan menjadi pondasi bagi tercapainya kualitas hidup dalam suatu keluarga. Oleh sebab itu, pengabdian ini dilakukan guna meningkatkan pengetahuan dan kemampuan ibu untuk memanfaatkan lahan yang ada guna memenuhi kebutuhan asupan sayur dan buah harian dalam keluarga.

**Gambar 1. Kegiatan pemberian materi, *pre-test* dan *post-test***

Pengabdian yang dilaksanakan berupa pemberian pelatihan tentang keterampilan bercocok tanam dengan pendekatan Kawasan Rumah Pangan Lestari (KRPL) dan teknologi *urban farming* serta edukasi gizi menggunakan metode ceramah dua arah. Hasil dari persentase nilai pengetahuan subjek berdasarkan item soal disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Distribusi hasil *pre-test* dan *post-test*

Soal Pengetahuan	<i>Pre-test</i>		<i>Post-test</i>	
	n	%	n	%
Vitamin yang berperan untuk Kesehatan mata adalah	33	94,3	35	100
Zat besi yang terdapat di sayuran berfungsi untuk	14	40	15	42,9
Contoh jenis sayuran umbi adalah	24	68,6	33	94,3
Pigmen warna yang memberikan warna merah pada sayuran adalah	11	31,4	26	74,3
Serat yang terkandung dalam sayuran bermanfaat	34	97,1	31	88,6

Soal Pengetahuan	<i>Pre-test</i>		<i>Post-test</i>	
	n	%	n	%
untuk				
Langkah-langkah yang tidak termasuk dalam proses dasar menanam sayur adalah	17	48,6	22	62,9
Contoh sayuran yang cocok ditanam pada wadah bekas adalah	29	82,9	34	97,1
Wadah bekas yang sering digunakan untuk menanam sayur di lahan terbatas adalah	23	65,7	32	91,4
Tujuan melakukan rotasi tanaman adalah	12	65,7	30	85,7
Contoh jenis olahan camilan berbahan sayur adalah	32	91,4	35	100

Sebelum diberikan materi diketahui bahwa hasil nilai rata-rata peserta (*pre test*) adalah 6,65. Setelah diberikan pemaparan materi (*post test*) nilai rata-rata subjek mengalami peningkatan, yaitu 8,60 dengan $p\text{-value} = 0,001$ ($p\text{-value} < 0,05$). Berdasarkan hal tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa pemaparan materi berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan kader berkaitan dengan pemanfaatan lahan sempit sebagai kebun gizi guna memenuhi asupan sayur dan buah keluarga serta pemahaman tentang pentingnya konsumsi sayur dan buah berdasarkan pedoman gizi seimbang guna meningkatkan derajat kesehatan keluarga (Tabel 3).

Tabel 3. Hasil *pre-test* dan *post-test* pengetahuan peserta

Kegiatan	$X \pm SD$
<i>Pre-test</i>	6,65 \pm 1,55
<i>Post-test</i>	8,60 \pm 1,86

Keterangan: $X \pm SD$ merupakan nilai rata-rata \pm standar deviasi dimana nilai *post-test* memiliki hasil yang lebih tinggi dibandingkan nilai *pre-test* dengan sebaran nilai yang lebih besar

Pemberian edukasi dengan menggunakan teknik ceramah interaktif terbukti dapat meningkatkan pengetahuan subjek terlihat dari peningkatan jumlah soal yang benar pada *post-test* yang diberikan. Hal ini sejalan dengan penelitian Hapzah dan Nurbaya (2021) yang menyatakan bahwa penyampaian materi dengan menerapkan komunikasi timbal balik terbukti lebih efektif meningkatkan pengetahuan subjek dibandingkan dengan metode ceramah satu arah.



Gambar 2. Penyerahan bibit secara simbolis dan foto Bersama

Ceramah interaktif memungkinkan pemateri untuk menyampaikan informasi

secara sistematis dan memberikan kesempatan kepada subjek untuk bertanya dan menciptakan diskusi antara pemateri dan subjek. Selain itu, metode ini dapat meningkatkan motivasi subjek untuk belajar (Damanik et al., 2024). Pada kegiatan ceramah interaktif subjek tidak hanya mendengarkan tetapi juga diajak berpartisipasi, sehingga tercipta suasana belajar yang lebih menyenangkan dan tidak membosankan. Dengan demikian, informasi yang disampaikan oleh pemateri lebih mudah diingat dan dipahami oleh subjek. Selain itu, partisipasi aktif ibu sebagai subjek utama menjadi faktor penting dalam menjaga keberlanjutan program. Peran ibu memiliki pengaruh besar terhadap pemenuhan gizi keluarga serta penerapan kebiasaan hidup bersih dan sehat di lingkungan rumah tangga (Putra et al., 2024).

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini juga menghasilkan peningkatan pengetahuan mitra mengenai optimalisasi lahan pekarangan sebagai upaya pemenuhan kebutuhan gizi keluarga. Selain itu, mitra didorong untuk mulai menanam sayuran dan buah-buahan melalui pemberian bibit, yang kemudian dipraktikkan menggunakan media tanam sederhana dengan memanfaatkan barang bekas yang tersedia di lingkungan rumah masing-masing. Dorongan dan bimbingan yang diberikan oleh tim pengabdian ini diharapkan dapat meningkatkan motivasi ibu untuk memanfaatkan lahan pekarangan rumah dalam memenuhi kebutuhan sayur dan buah dalam kehidupan sehari-hari. Adanya dorongan motivasi ini memiliki peran penting dalam mengarahkan perilaku seseorang untuk mencapai tujuan yang diharapkan (Hamadal dan Adil, 2019).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil perhitungan rata-rata skor *pre-test* peserta adalah 6,65 dan hasil rata-rata *post-test* peserta adalah 8,60 dengan nilai $p = 0,001$ ($p < 0,05$). Hasil pengujian statistik menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara nilai *pre-test* dan *post-test*, hal ini membuktikan bahwa pemberian edukasi berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan berkaitan dengan manfaat sayur dan buah serta cara memanfaatkan lahan pekarangan sebagai kebun gizi untuk memenuhi kebutuhan asupan sayur dan buah keluarga.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih ditujukan kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat Universitas Siliwangi atas dukungan pendanaan kegiatan ini, serta kepada Perangkat Desa, Kelompok Wanita Tani (KWT), dan Kader Posyandu di Kelurahan Sukahurip, Kecamatan Tamansari, Kota Tasikmalaya atas partisipasi dan kerja samanya.

DAFTAR PUSTAKA

- Damanik, H., Lestari, P., Nurazmi, N., 2024. Penggunaan Metode Ceramah Interaktif untuk Meningkatkan Pemahaman Siswa tentang Rukun Islam di SMPN 6 Kandis. *Jurnal Pendidikan Kolaboratif* 1(4), 484-490. <https://www.journal.makwafoundation.org/index.php/eduspirit/article/view/1221>
- Hamadal, R., Adil, M., 2019. Peran dan Fungsi Lembaga Penyuluhan Pertanian (Kehutanan) terhadap Pembangunan Pertanian di Kabupaten Bulukumba Provinsi Sulawesi Selatan. *Jurnal Competitiveness* 8(1), 211-224.
- Hapzah, H., Nurbaya, N., 2021. Penyuluhan Metode Ceramah terhadap Pengetahuan

- Ibu tentang Asupan Sayur dan Buah Anak SD. *Jurnal Kesehatan Manarang* 7(1), 16-20. <https://doi.org/10.33490/jkm.v7i1.232>
- Idham, I., Khasanah, N., Lasmini, S.A., Nasir, B.H., Tangkesalu, D., 2024. Pemenuhan Gizi dan Peningkatan Pendapatan Masyarakat dengan Budidaya Sayuran di Lahan Pekarangan. *Jurnal Abdi Insani* 11(2), 1173-1181. <https://doi.org/10.29303/abdiinsani.v11i2.1421>
- Irwan, I., Kadir, S., Ain, N., 2024. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur. *Journal Health and Science* 8(2), 69-81. <https://ejurnal.ung.ac.id/index.php/gojhes/article/view/20659>
- Ilyas, S.N. Sugianto, A., 2022. Pemberdayaan Potensi Masyarakat melalui Pengelolaan Kebun Gizi di Dukuh Trenceng Mrican Ponorogo. [Prosiding]. Kolaborasi Dosen dan Mahasiswa.
- (Kemenkes) Kementerian Kesehatan., 2014. Peraturan Menteri Kesatuan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014. Kementerian Kesehatan RI, Jakarta.
- (Kemenkes) Kementerian Kesehatan., 2018. Laporan Riskesdas 2018 Nasional. Kementerian Kesehatan RI, Jakarta.
- (Kemenkes) Kementerian Kesehatan., 2023. Survei Kesehatan Indonesia Tahun 2023. Kementerian Kesehatan RI, Jakarta.
- Kurniyawan, E.H., Firdaus, A.G.N., Sari, F.R., Putri, M.H., Diyanti, S.P., Afandi, A.T., Nur, K.R.M., 2024. Pemenuhan Kebutuhan Gizi Balita Keluarga Petani. *Journal Health and Nutrition* 10(1), 38-46. <https://jurnal.poltekkesgorontalo.ac.id/index.php/JHN/article/view/896>
- Putra, B.M., Sukma, D.M.P., Fitrianda, H.F.N., Maulana, M.I., Humaidillah, R., Ghozali, N.A.W., Ismail, M., 2024. Intervensi Gizi Sensitif: Peran Ibu dalam Pemenuhan Gizi Seimbang dan Penerapan Pola Hidup. *Jurnal Ekonomi Bisnis dan Manajemen* 2(4), 178-187. <https://jurnal.alimspublishing.co.id/index.php/JISE/article/view/957>
- Rasidin, R., Swamilaksita, P.D., Melani, V., Ronitawati, P., Kuswari, M., 2023. Perbedaan Tingkat Pengetahuan Gizi, Ketersediaan Pangan Rumah Tangga, dan Konsumsi Sayuran pada Masyarakat Penerima P2KP dan Non P2KP. *Journal of Nutrition College* 12(3), 246-253. <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jnc/article/view/36723>
- Rokhaidah, R., Hidayattullah, R., 2022. Pengetahuan Ibu dan Dukungan Keluarga sebagai Upaya Pencegahan Stunting pada Balita. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat* 14(3), 141-146.
- Septiandika, V., Supriyanto, S., Yunus, E.Y., Maksin, M., Puspitarini, R.C., 2025. Pemanfaatan Lahan Sempit dalam Meningkatkan Ketahanan Pangan Keluarga di Desa Sebaung Kabupaten Probolinggo. *Jurnal of Human and Educational* 5(2), 618-624. <https://doi.org/10.31004/jh.v5i2.2478>
- Sintawati, N., Anggraeni, D., 2024. Pemberdayaan Masyarakat melalui Kebun Gizi untuk Meningkatkan Ketahanan Pangan. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 12(2), 92-97. <https://jurnal.stkipggritulungagung.ac.id/index.php/jadimas/article/view/6844>