



## METODE VERTIKULTUR SEBAGAI UPAYA PEMENUHAN KEBUTUHAN PANGAN RUMAH TANGGA GUNA PENCEGAHAN STUNTING

**Ferry Fadzlul Rahman\*, Fella Abdullah, Fiska Tita Aprilia Irawannama, Hanifah Tanjung, Badrani Abbas Al-Fajri**

Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Jl. Ir. H. Juanda No.15, Sidodadi, Kec. Samarinda Ulu, Kota Samarinda, Kalimantan Timur 75124, Indonesia  
[ffr607@umkt.ac.id](mailto:ffr607@umkt.ac.id)

### ABSTRAK

Kalimantan Timur merupakan salah satu provinsi dengan prevalensi stunting yang masih tinggi dapat dilihat dari prevalensi stunting pada balita 0-59 bulan tahun 2015 sebanyak (26,7%), kemudian meningkat tahun 2016 sebanyak (27,14%) dan terjadi peningkatan yang signifikan pada tahun 2017 sebanyak (30,86 %). Melihat peluang banyaknya lahan pekarangan kosong yang tidak terpakai pada tiap rumah warga dan warga telah memahami pentingnya menjaga asupan gizi pada anak guna mencegah stunting, maka upaya selanjutnya yang dilakukan untuk memenuhi kebutuhan pangan rumah tangga yang mudah didapatkan yaitu dengan menerapkan metode tanam vertikultur. Vertikultur adalah pola bercocok tanam yang menggunakan wadah tanam vertikal untuk mengatasi keterbatasan lahan. Adapun metode pengambilan data dilakukan menggunakan metode kualitatif Hanloon (USG) menggunakan pendekatan observasi dilapangan. Hasil kegiatan yang diperoleh yaitu warga dapat mempraktikkan metode vertikultur sebagai upaya pemenuhan kebutuhan pangan rumah tangga alternatif untuk pencegahan stunting.

Kata kunci: gizi; pangan; rumah tangga; stunting; vertikultur

### **VERTICULTURAL METHOD AS AN EFFORT TO FULFILL HOUSEHOLD FOOD NEEDS TO PREVENT STUNTING**

### ABSTRACT

*East Kalimantan is one of the provinces with a high prevalence of stunting, it can be seen from the prevalence of stunting in toddlers 0-59 months in 2015 as much as (26.7%), then increased in 2016 as much as (27.14%) and there was a significant increase in 2017 as much as (30.86 %). Seeing the opportunity for many unused empty yards in each house, residents and residents have understood the importance of maintaining nutritional intake in children to prevent stunting, then the next effort to fulfill household food needs that are easily obtained is by applying the vertical planting method. Verticality is a farming pattern that uses vertical planting containers to overcome land limitations. The data collection method was carried out using the qualitative Hanloon (USG) method using a field observation approach. The results of the verticultur method as an effort to fulfill alternative household food needs for stunting prevention.*

*Keywords:* food; household; nutrition; stunting; verticultur

### PENDAHULUAN

Stunting (kerdil) merupakan kondisi keadaan balita dengan panjang atau tinggi badan yang kurang jika dibandingkan dengan umur yang seharusnya (Kemenkes RI, 2018). Menurut Tasman et al., (2021) Kalimantan Timur merupakan salah satu provinsi dengan prevalensi stunting yang masih

tinggi dapat dilihat dari prevalensi stunting pada balita 0-59 bulan tahun 2015 sebanyak (26,7%), kemudian meningkat tahun 2016 sebanyak (27,14%) dan terjadi peningkatan yang signifikan pada tahun 2017 sebanyak (30,86 %). Adapun data stunting pada tahun 2017 di kota Samarinda sebanyak (28,8%) (Tasman, 2021).

Manifestasi asupan gizi yang cukup dan seimbang adalah keberhasilan tumbuh kembang anak yang optimal. Asupan gizi yang baik sangat diperlukan dalam periode emas pertumbuhan dan perkembangan anak (Oxy Handika, 2020). Mengingat pentingnya pencegahan stunting pada anak, hal ini sejalan dengan program pemerintah dalam mencegah stunting yaitu dengan adanya program ketahanan pangan rumah tangga mandiri (Kemenkes Republik Indonesia, 2018). Kegiatan pemberdayaan dilakukan di RT 02 Talang Sari Kelurahan Tanah Merah, Kota Samarinda. RT 02 terdiri dari 105 KK, dengan total ibu yang memiliki balita ada 19 ibu dan terdapat 2 balita dalam kondisi stunting. Pelayanan kesehatan untuk ibu yang memiliki balita sangat dirasakan oleh masyarakat walaupun ada beberapa ibu yang tidak dapat menyempatkan waktunya untuk datang ke posyandu dikarenakan bekerja.

Berdasarkan data yang didapat bahwasannya pendapatan rata-rata warga RT.02 Talang Sari yang cenderung berpenghasilan rendah akan tetapi daerah tersebut memiliki potensi tanah yang subur dan pekarangan yang cukup luas. Dalam hal ini terutama masyarakat di RT.02 Talang Sari yang sebagian besar penduduknya bermata pencaharian sebagai kuli bangunan, supir, pedagang kecil, dan berkebun. Hal tersebut tentunya berpengaruh dalam pemenuhan kebutuhan pangan rumah tangga termasuk pemenuhan nutrisi gizi pada anaknya (Di et al., 2019). Melihat peluang banyaknya lahan pekarangan kosong yang tidak terpakai pada tiap rumah warga dan warga telah memahami pentingnya menjaga asupan gizi pada anak guna mencegah stunting, maka upaya selanjutnya yang dilakukan untuk memenuhi kebutuhan pangan rumah tangga yang mudah didapatkan yaitu dengan menerapkan metode tanam vertikultur. Hal tersebut berguna untuk meningkatkan gizi keluarga, maka diperlukan strategi intensifikasi pangan keluarga dengan vertikultur. Vertikultur adalah pola bercocok tanam yang menggunakan wadah tanam vertikal untuk mengatasi keterbatasan lahan (Hidayati, 2018). Vertikultur juga merupakan salah satu alternatif yang dapat dipakai pada lingkungan yang padat penduduk serta memiliki lahan yang terbatas dan memiliki keunggulan yang mudah, bebas hama dan relative murah untuk perawatannya (Tobing, 2021).

Kegiatan pemberdayaan masyarakat ini, warga masyarakat dan tokoh masyarakat (ketua RT, kader posyandu) diajak untuk berdiskusi dalam focus group discussion (FGD) guna mengenal masalah dan mencari pemecahan masalah stunting dengan pembuatan vertikultur sebagai upaya pemenuhan pangan rumah tangga. setelah itu masyarakat berikan praktik pembuatan tanaman vertikultur dilanjutkan dengan pembagian leaflet dan pembagian bibit kepada warga yang hadir di posyandu. Harapannya dengan pelatihan vertikultur tersebut masalah risiko stunting berkurang serta masyarakat yang memiliki pengetahuan dapat menjadi peer Educator dan agen perubahan di lingkungan masing-masing.

## METODE

Pada tahap awal pelaksanaan kegiatan ini yaitu dengan melakukan analisis situasi dengan observasi dan wawancara langsung kepada pengurus Posyandu Bonsai, Ketua RT dan warga dengan tujuan untuk menggali permasalahan yang terjadi di RT.02 Talang Sari Kelurahan Tanah Merah. Untuk mengetahui sebab akibat permasalahan yang terjadi di RT. 02 Talang Sari kami menggunakan metode Fishbone. Fishbone diagram adalah metode mengidentifikasi berbagai sebab potensial dari

satu efek atau masalah, dan menganalisis masalah tersebut melalui sesi brainstorming. Masalah akan dipecah menjadi sejumlah kategori yang berkaitan, mencakup manusia, material, mesin, prosedur, kebijakan, dan sebagainya (Rizal, 2013).

Selanjutnya pada saat pengambilan data terdapat beberapa permasalahan yang kami dapatkan di RT.02 Talang Sari Kelurahan Tanah Merah. Adapun metode pengambilan data dilakukan menggunakan metode kualitatif Hanloon (USG) menggunakan pendekatan observasi dilapangan (Naser et al.,2021). Berdasarkan hasil analisis situasi dengan menggunakan USG dan pengambilan data didapatkan 3 permasalahan yaitu ekonomi masyarakat yang cenderung menengah kebawah, tersedianya lahan pekarangan kosong yang kurang dimanfaatkan dan terdapat beberapa warga tidak datang rutin ke posyandu dikarenakan bekerja. Adapun hasil dari penentuan prioritas dengan menggunakan metode USG didapatkan masalah yang menjadi prioritas yaitu ekonomi masyarakat yang cenderung menengah kebawah.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Pelaksanaan kegiatan ini berlangsung pada tanggal 13 November 2021 – 25 Desember 2021 yang bertempat di RT.02 Talang Sari Kelurahan Tanah Merah. Kegiatan di awali dengan meminta izin kepada Kepala Lurah Tanah Merah dan Ketua RT 02 dilanjut dengan meminta izin tempat pelaksanaan kegiatan kepada pihak pengurus Posyandu Bonsai sehingga dapat terjalin kerja sama untuk dapat melakukan program kegiatan pemberdayaan masyarakat. Selanjutnya kami melakukan pengambilan data berupa wawancara langsung kepada Ketua RT dan Kepala Posyandu beserta dengan beberapa warga. Kemudian dilanjut dengan melakukan observasi langsung dilapangan dengan tujuan untuk menggali permasalahan yang ada di RT.02 Talang Sari Kelurahan Tanah Merah. Adapun kegiatan praktik belajar lapangan yang telah dilaksanakan pada tanggal 22 November 2021 dengan melakukan praktik pembuatan tanaman vertikultur dilanjut dengan pembagian leaflet dan pembagian bibit kepada warga yang hadir di posyandu.

Hal tersebut bertujuan agar warga dapat mengelola lahan kosong dengan menanam tanaman vertikultur sebagai upaya untuk meminimalisir pengeluaran biaya rumah tangga dan sebagai pemenuhan gizi harian ibu dan anaknya. Adapun kegiatan dilaksanakan berdampingan dengan kegiatan posyandu. Seseorang dapat memperoleh pengetahuan setelah secara sadar melihat, merasakan, dan mendengar sesuatu (Ernawati et al., 2021)(Rahman et al.,2020). Kegiatan dimulai dengan memberikan edukasi mengenai stunting dan penerapan metode tanam vertikultur. Setelah dilakukannya edukasi, dilakukan praktik dan tahapan pembuatan tanaman vertikultur yang melibatkan warga secara langsung, diawali oleh tim pelaksana sebagai contoh praktik pembuatan modul tanam vertikultur.



Gambar 1. Praktik Vertikultur

Adapun tim pelaksana melakukan pemeriksaan menggunakan lembar *checklist* untuk mengetahui warga yang dapat mempraktikkan ulang tahapan pembuatan metode tanam vertikultur.



Gambar 2. Pemeriksaan Lembar Checklist

Selanjutnya diakhir kegiatan dilakukan pembagian leaflet tentang pengertian, penyebab, pencegahan, fungsi vertikultur dan langkah-langkah pembuatan vertikultur serta manfaat dari tanaman kangkung, sawi dan selada yang di bagikan. Kemudian dilanjut dengan pembagian bibit kangkung, sawi dan selada agar warga bisa menerapkannya dirumah.



Gambar 3. Pembagian Leaflet dan Pembagian Bikit

Setelah dilaksanakannya praktik pembuatan vertikultur, didapatkan hasil dari kegiatan tersebut bahwa warga dapat mempraktikkan ulang langkah pembuatan tanaman vertikultur.



Gambar 4. Hasil Praktik

Setelah kegiatan praktik dilaksanakan, selanjutnya dilakukan kegiatan evaluasi untuk melihat apakah program kegiatan yang dilaksanakan sesuai rencana dan mencapai tujuan. Dilakukan pengamatan dengan lembar ceklist bahwa dari 19 ibu yang memiliki balita mengikuti kegiatan praktik terdapat 17 ibu yang dapat mempraktikkan ulang cara pembuatan vertikultur dengan benar dan ada 2 ibu yang masih belum dapat mempraktikkan ulang dengan benar. Berdasarkan hasil kegiatan PBL yang dilaksanakan di RT.02 Talang Sari Kelurahan Tanah Merah, kegiatan berlangsung pada tanggal 22 November dengan warga yang mengikuti kegiatan dengan antusias

mulai dari awal kegiatan sampai kegiatan selesai. Selain itu, minat dan kesadaran masyarakat mulai berubah seusai diberikan edukasi dan praktik mengenai tanaman vertikultur. Hal ini disebabkan karena sebagian besar masyarakat yang berpenghasilan menengah kebawah terdorong untuk menghasilkan kebutuhan pangan dari hasil tanaman yang di tanam mandiri dirumah sehingga lebih menghemat biaya pengeluaran rumah tangga. Setelah beberapa hari kegiatan berlangsung, kami melakukan observasi dengan melihat langsung dilapangan maka diperoleh hasil bahwa warga membuat tanaman vertikultur dengan bibit sayuran hijau yang telah diberikan.



Gambar 5. Warga Menerapkan Metode Vertikultur

Pada gambar 5, dapat disimpulkan bahwa warga berminat dan sadar akan pentingnya menanam tanaman vertikultur sebagai salah satu cara untuk memenuhi asupan gizi dan kebutuhan pangan rumah tangga guna mencegah stunting bagi ibu yang memiliki balita dengan masyarakat yang berpenghasilan rendah. Adapun hasil kegiatan, warga dapat mengatasi masalah perekonomian mereka dengan menanam sayuran melalui metode tanam vertikultur. Hal tersebut sebagai bentuk upaya meningkatkan kesejahteraan pangan di rumah tangga khususnya di RT 02 talang sari Kelurahan Tanah Merah.

Adapun kendala dalam pelaksanaan kegiatan terdapat ibu-ibu yang datang terlambat ke posyandu. Hal tersebut mengakibatkan kurang tersampainya informasi yang disampaikan oleh pemateri pada ibu-ibu yang terlambat datang ke lokasi kegiatan. Kendala lainnya dapat dirasakan oleh tim kelompok pelaksana kegiatan karena minimnya jumlah anggota pelaksana kegiatan sehingga kurangnya tenaga dalam pelaksanaan selama kegiatan berlangsung. Setelah terlaksananya kegiatan praktik metode vertikultur sebagai upaya pemenuhan kebutuhan pangan rumah tangga guna pencegahan stunting dengan melakukan beberapa kegiatan yakni, praktik pembuatan tanaman vertikultur, pembagian leaflet mengenai manfaat, cara pengolahan dan perawatan serta pembagian bibit sawi, selada dan kangkung diharapkan masyarakat dapat menumbuhkan minat untuk menanam sayuran hijau melalui metode vertikultur sebagai pemenuhan nutrisi ibu dan anak sehingga gizi dapat tercukupi dan masyarakat tertarik untuk mengelola lahan tanaman vertikultur sebagai alternatif untuk menjaga dan merawat kesehatan secara mudah didapatkan. Hal ini perlu terus dilakukan untuk memperhatikan kesehatan kecukupan gizi anak dan ibunya di tengah kesulitan ekonomi. Apabila terjadi kekurangan asupan gizi pada anak usia dini, dapat mempengaruhi tumbuh kembang anak, kemampuan intelektual rendah, meningkatkan risiko kematian bayi dan anak, pada saat dewasa dapat berpotensi terjadinya gangguan metabolisme, sehingga gangguan pertumbuhan ini harus segera ditangani dengan tepat (Ningrum, N. P., Hidayatunnikmah, N. and Rihardini, 2020).

## SIMPULAN

Hasil kegiatan yang diperoleh yaitu warga dapat mempraktikkan kembali langkah-langkah pembuatan tanaman vertikultur. Besar harapan agar program ini dapat menjadi solusi dalam

pemecahan masalah stunting di RT.02 Talang Sari Kelurahan Tanah Merah. Pembuatan RTL (Rencana Tindak Lanjut) berupa observasi lanjutan dan pemantauan secara berkala kepada warga. Hal tersebut bertujuan untuk menumbuhkan minat dan kesadaran warga untuk dapat menjalankan program secara terus-menerus sehingga program dapat berkembang.

## DAFTAR PUSTAKA

- Di, M. et al. (2019). Merintis Desa Hijau Mandiri Melalui Program Kebun Bibit Kabupaten Bone Bolango , Provinsi Gorontalo Passing The Mandiri Green Village Through Community Breeding Programs In Panggulo Barat Subdistrict Botupingge Bone Bolango District Gorontalo province. *Jurnal Abdimas Gorontalo*, 2, 78–82.
- Ernawati, R., Rahman, F. F., Khoiroh, M. S., Rahmah, F. D., Sulistiawan, J., & Moslehpoour, M. (2021). The Effectiveness of Web-Based Audiovisual Media Applications in Monitoring Children's Growth to Prevent Stunting. *Advances in Decision Sciences*, 25(3), 1–11.
- Hidayati, N. et al. (2018). Pemanfaatan Lahan Sempit Untuk Budidaya Sayuran Dengan Sistem Vertikultur. *PengabdianMu: Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3, 40–46.
- Indonesia, K. R. (n.d.). *Strategi Nasional Percepatan Pencegahan Anak Kerdil (stunting), Kebudayaan, Kementerian Koordinator Bidang Pembangunan Manusia Dan Kebudayaan*. 2018, 96.
- Naser, H. N. H., Devi, N. K., & Wahdini, N. (2022). Calibrating the Final Results of the Hay System of Job Evaluation Using Urgency, Seriousness, and Growth (USG) Analysis in Indonesia. *Journal of Indonesian Economy and Business*, 37(1), 73-91.
- Ningrum, N. P., Hidayatunnikmah, N. and Rihardini, T. (2020). Cegah Stunting Sejak Dini dengan Makanan Bergizi untuk Ibu Hamil. *E-Dimas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 11(4), 550–555.
- Oxy Handika, D. (2020). Keluarga Peduli Stunting Sebagai Family Empowerment Strategy Dalam Penurunan Kasus Stunting di Kabupaten Blora. *Dinamisia : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(4), 685–692. <https://doi.org/10.31849/dinamisia.v4i4.3981>
- Rahman, F. F., Noorbaya, S., Haris, F., & Johan, H. (2020, March). Health communication model based on character education to improve university student achievement in midwifery. In *Proceedings of the 2020 8th International Conference on Information and Education Technology* (pp. 226-230).
- RI, K. (2018). *Buletin Stunting, Kementerian Kesehatan RI*. 301(5), 1163–1178.
- Rizal. (2013). *Fishbone Diagram dan Langkah pemecahan masalah*. 1–6.
- Tasman, R. diana et al. (2021). Analisis Kluster Kejadian Stunting pada Balita di Provinsi Kalimantan Timur. *Jurnal Kesehatan*, 8(3), 143–150.
- Tobing, W. L. (2021). Pemanfaatan Lahan Pekarangan Melalui Sistem Vertikultur Budidaya Sayuran Kelompok Tani Sinar Manumuti Desa Upfaon. *Bakti Cendana*, 4(1), 68–75.