

OPTIMALISASI DAN PEMANFAATAN LAHAN PEKARANGAN UNTUK BUDIDAYA TANAMAN TOGA DI DESA CINANAS KABUPATEN BREBES

Fajar Sabani¹, Septiana Nur' Aini², Rahayu Dwi Kusumaningrum³, Nanda Zahrotul Fuadi⁴,
Avi Furrouf⁵, Naufal Farhan Ghufro⁶, Diah Tri Lestari⁷, Fia Rani Ayu Nintias⁸

Rahman Latif Alfian⁹ (Dosen Pembimbing)

Program kerja unggulan Kuliah Kerja Nyata (KKN 52) UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri
Purwokerto

Abstrak

Lahan pekarangan merupakan area terbatas di sekitar rumah atau bangunan tempat tinggal yang dimanfaatkan untuk kegiatan pertanian skala kecil. Artikel ini bertujuan untuk menjelaskan konsep lahan pekarangan dan menggali peran pentingnya dalam konteks pertanian berkelanjutan. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan memberikan pelatihan tentang budidaya tanaman obat keluarga (TOGA) guna mendukung kesehatan dan kesejahteraan keluarga. Sasaran dari pelatihan ini adalah ibu rumah tangga dan ibu kader posyandu di Dusun Cinanas 2, Desa Cinanas, Kecamatan Bantarkawung, Kabupaten Brebes. Pelatihan ini menggunakan pendekatan ABCD (*Asset Based Community Development*) yang memungkinkan pemanfaatan optimal lahan pekarangan dengan melibatkan aktif partisipasi masyarakat. ABCD merupakan metode yang menekankan pada pengembangan komunitas dengan memanfaatkan potensi lokal melalui identifikasi dan pemberdayaan aset yang dimiliki oleh komunitas. Pendekatan ini berfokus pada kekuatan lokal dan partisipasi aktif masyarakat melalui sosialisasi, pelatihan, serta pendampingan dalam budidaya tanaman obat seperti lengkuas, kunyit, jahe, kencur, serai, sirih, kapulaga, kumis kucing, ciplukan, dan temulawak. Diharapkan hasil dari kegiatan ini dapat meningkatkan pemahaman tentang manfaat tanaman obat keluarga (TOGA), meningkatkan keterampilan dalam budidaya tanaman TOGA di lahan kosong atau pekarangan rumah, serta menyebarkan pengetahuan mengenai pembuatan pupuk organik yang mudah didapat dan terjangkau. Tanaman obat keluarga yang dibudidayakan diharapkan dapat memberikan manfaat bagi kesehatan dan kesejahteraan keluarga di Desa Cinanas.

Kata kunci : tanaman obat, menjaga kesehatan, kesejahteraan keluarga, lahan pekarangan

Abstract

Residential yards are limited areas around houses or buildings used for small-scale farming activities. This article aims to explain the concept of residential

yards and explore their important role in sustainable agriculture. The objective of this initiative is to enhance knowledge and provide training on cultivating Family Medicinal Plants (TOGA) to support family health and well-being. The training targets housewives and community health volunteers from Cinanas 2 Hamlet, Cinanas Village, Bantarkawung District, Brebes Regency. This program employs the ABCD (Asset Based Community Development) method to optimize residential yard utilization by actively involving the community. ABCD emphasizes community development by identifying and leveraging local potentials (assets). This approach focuses on local strengths and active community participation through socialization, training, and mentoring in cultivating medicinal plants such as galangal, turmeric, ginger, lesser galangal, lemongrass, betel, cardamom, cat's whiskers, starfruit, and turmeric. The expected outcomes include increased understanding of the benefits of Family Medicinal Plants (TOGA), improved skills in cultivating TOGA in vacant land or residential yards, and dissemination of knowledge on easy and affordable organic fertilizer production. The cultivated Family Medicinal Plants are intended to contribute to the health and well-being of families in Cinanas Village.

Keywords: *medicinal plants, maintaining health, family welfare, yard space*

Pendahuluan

Desa Cinanas merupakan salah satu Desa diujung sebelah barat wilayah Kecamatan Bantarkawung Kabupaten Brebes, dengan luas wilayah + 1.362 Ha., pola tata guna lahan terdiri dari Perumahan sebesar 6 %, Tegalan/Ladang sebesar 53 %, Sawah sebesar 5 %, lahan kehutanan PT Perhutani (Persero) 34 % dan penggunaan lainnya yang meliputi jalan, sungai dan tanah kosong + sebesar 2 %. Desa Cinanas Kecamatan Bantarkawung Kabupaten Brebes memiliki batas-batas wilayah sebagai berikut :

1. Sebelah Utara : Desa Pruwatan Kecamatan Bumiayu
2. Sebelah Selatan : Desa Pamulihan Kecamatan Karangpucung
3. Sebelah Timur : Desa Kedungoleng Kecamatan Paguyangan
4. Sebelah Barat : Desa Banjarsari Kecamatan Bantarkawung

Selain letak geografisnya secara topografi Desa Cinanas Kecamatan Bantarkawung terdiri atas dataran tinggi perbukitan, dengan ketinggian + 500 m di atas permukaan laut. Keadaan umum tanah berupa dataran perbukitan, dengan suhu masih dalam batas normal dimana sesuai dengan letak geografis, dipengaruhi iklim daerah tropis, yang dipengaruhi oleh angin muson dengan 2 musim, yaitu musim kemarau pada bulan April – September dan musim penghujan antara bulan Oktober – Maret. Desa Cinanas Kecamatan Bantarkawung dalam suatu sistem hidrologi, merupakan kawasan yang berada termasuk pada dataran tinggi/perbukitan juga di bawah hutan milk Perhutani, kondisi ini yang menyebabkan rawan terhadap bencana alam longsor dan banjir pada musim penghujan (Cinanas, 2023).

Dengan jumlah penduduk 7. 713 orang di antaranya 3.975 laki-laki dan 3.738 perempuan yang mayoritas bermata pencaharian sebagai petani, pedagang, dan penjahit.

Kegiatan bertani yang dilakukan di desa Cinanas hampir setiap hari dengan berbagai kegiatan seperti menanam pohon durian, jagung, sayuran, dan budidaya tanaman obat-obatan. Selain potensi yang dimiliki oleh desa Cinanas, terdapat beberapa masalah utama yang ada di desa tersebut di antaranya adalah kelangkaan dan mahalnnya harga pupuk, sedikitnya pengolahan hasil perkebunan, kurangnya pengalaman dalam mengolah hasil tanaman dan banyaknya hama yang merusak tanaman serta perubahan suhu di luar yang mempengaruhi perkembangan tanaman (Cinanas, 2023).

Budidaya tanaman obat keluarga atau yang lebih dikenal dengan tanaman rempah-rempah akan dikembangkan sejalan dengan pemeliharaan lingkungan. Program pemanfaatan lahan pekarangan menerapkan metode ABCD dimana metode ini diharapkan mampu mengoptimalkan pemanfaatan lahan pekarangan dengan melibatkan masyarakat secara aktif. ABCD (*Asset Based Community Development*) adalah metode yang mengutamakan pengembangan komunitas dengan berfokus pada pemberdayaan masyarakat dengan mengidentifikasi dan memanfaatkan potensi (aset) yang dimiliki oleh komunitas. Pendekatan ini menekankan pada kekuatan lokal dan partisipasi aktif masyarakat. ABCD digunakan sebagai kerangka kerja dalam transformasi sosial di Desa Cinanas Kabupaten Brebes ini karena dapat memotivasi masyarakat untuk mengenali dan mengoptimalkan potensi yang mereka miliki. Potensi tersebut melibatkan lahan pekarangan sebagai aset utama yang dapat dioptimalkan untuk tanaman obat keluarga (TOGA).

Pertanian menjadi salah satu sektor vital yang mendukung kelangsungan hidup masyarakat terutama di wilayah pedesaan seperti Desa Cinanas di Kabupaten Brebes dimana terdapat salah satu potensi yang dapat dioptimalkan adalah lahan pekarangan untuk tanaman TOGA (Tanaman Obat Keluarga). Dan dengan adanya transformasi sosial melalui aksi pemberdayaan diharapkan dapat memberikan dampak positif bagi masyarakat (Mu et al., 2023)

Adapun program yang akan kami gerakan pada kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) di Desa Cinanas Kecamatan Bantarkawung Kabupaten Brebes Tahun 2024 adalah Optimalisasi Pemanfaatan Lahan Pekarangan untuk Budidaya Tanaman Toga guna meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan keluarga di Desa Cinanas. Kami melakukan sosialisasi dan pengadaan media tanaman serta pelatihan bagaimana cara membudidayakan tanaman TOGA (lengkuas, kunyit, jahe, kencur, serai, sirih, kapulaga, kumis kucing, ciplukan, temulawak) dengan baik dan benar menggunakan media tanam berupa *polybag* untuk pemenuhan pangan dan kesejahteraan masyarakat Desa Cinanas.

Istilah TOGA atau tanaman obat keluarga merupakan tanaman hasil budidaya rumahan yang berkhasiat sebagai obat. Taman obat keluarga pada hakikatnya adalah sebidang tanah, baik di halaman rumah, kebun ataupun ladang yang digunakan untuk membudidayakan tanaman yang berkhasiat sebagai obat dalam rangka memenuhi kebutuhan keluarga. Saat ini tanaman toga bisa dibudidayakan di kebun dengan skala besar dan juga bisa di area berskala kecil misalnya pekarangan rumah sehingga tanamannya dapat memberikan manfaat secara langsung. Untuk wilayah Desa Cinanas sendiri memiliki tanah yang subur, luas, banyak yang kosong merupakan tempat yang cocok untuk membudidayakan tanaman obat (TOGA) di Desa Cinanas khususnya Dusun Cinanas 2 ujung barat desa (Andriati et al., 2023).

Adapun fungsi dari tanaman obat tentunya memiliki nilai ekonomi yang tinggi dan potensi pasar yang besar baik di dalam negeri maupun di luar negeri. Beberapa manfaat yang dapat diperoleh dari tanaman obat antara lain sebagai pelengkap obat-obatan keluarga yang bersifat tradisional, memberikan nilai tambah estetika ketika ditata dengan rapi, memberikan contoh cara memanfaatkan lingkungan pekarangan, meningkatkan nilai keasrian dan kesejukan halaman pekarangan rumah, serta jika dikelola dengan baik dapat menghasilkan pendapatan tambahan bagi petani, pedagang, dan ibu rumah tangga. Selain itu, tanaman toga bermanfaat sebagai penyedia vitamin, serat, mineral, dan senyawa lainnya untuk memenuhi kebutuhan gizi (Pratama & Rahayu, 2022).

Metode

Dilaksanakan di satu tempat untuk program unggulan kedua yaitu Dusun Cinanas II, pada tanggal 03 Februari 2024 bertempat di lahan pekarangan rumah Bapak Kadus 2 Dusun Cinanas 2 Desa Cinanas. Pada pelaksanaan kegiatan budidaya tanaman obat keluarga kami melaksanakan sosialisasi terlebih dahulu yaitu pengenalan berupa apa itu tanaman obat keluarga dan apa saja jenisnya serta apa saja manfaat mengonsumsi sayuran untuk kesehatan tubuh. Setelah melakukan sosialisasi kami langsung melanjutkan dengan kegiatan praktik cara penanaman dan cara membudidaya tanaman obat-obatan. Dengan sistematisa kegiatannya adalah:

1. Pembagian bibit tanaman ke masyarakat
2. Pemilihan tanah dan pupuk organik yang di pakai
3. Pemindahan tanah ke *polybag* sebagaimana tanam dan
4. Terakhir adalah kegiatan penanaman menggunakan media *polybag*

Untuk kegiatan selanjutnya adalah pelatihan perawatan dan pengontrolan tanaman obat-obatan yang ditanam

Hasil

Proses pendampingan kegiatan budidaya tanaman obat keluarga di Desa Cinanas, Kabupaten Brebes, diimplementasikan melalui Metode ABCD (*Asset Based Community Development*) yang berfokus pada potensi dan sumber daya lokal yang dimiliki oleh komunitas. Dalam pelaksanaan program budidaya tanaman obat keluarga menggunakan metode ABCD, langkah-langkahnya dapat dijelaskan sebagai berikut:

Pertama-tama, dilakukan sosialisasi kepada masyarakat tentang tanaman obat keluarga. Sosialisasi ini mencakup pengenalan terhadap jenis-jenis tanaman obat keluarga, manfaatnya bagi kesehatan, dan pentingnya mengonsumsi sayuran untuk kesehatan tubuh. Hal ini bertujuan untuk memberikan pemahaman kepada masyarakat mengenai kegunaan tanaman obat dan pentingnya menjaga kesehatan melalui konsumsi sayuran. Setelah sosialisasi, kegiatan dilanjutkan dengan praktik cara penanaman dan membudidaya tanaman obat-obatan. Sistematisa kegiatannya melibatkan beberapa langkah, yaitu:

1. Langkah awal adalah memberikan bibit tanaman kepada masyarakat. Hal ini bertujuan untuk mendistribusikan sumber daya yang diperlukan untuk memulai budidaya tanaman obat keluarga.

2. Masyarakat diajak untuk memahami pentingnya pemilihan tanah yang sesuai dan penggunaan pupuk organik dalam budidaya tanaman. Pemilihan tanah yang tepat dan penggunaan pupuk organik akan mendukung pertumbuhan tanaman secara optimal.
3. Langkah selanjutnya adalah memindahkan tanah yang sudah dipersiapkan ke dalam *polybag* sebagai tempat penanaman. *Polybag* digunakan sebagai media budidaya yang lebih terkontrol dan memudahkan perawatan.
4. Tahapan terakhir adalah kegiatan penanaman tanaman obat-obatan menggunakan media *polybag*. Proses ini melibatkan pengaturan jarak tanam dan teknik penanaman yang benar.

Setelah tahap penanaman, kegiatan selanjutnya adalah pelatihan perawatan dan pengontrolan tanaman obat-obatan. Dalam pelatihan ini, masyarakat diajarkan cara merawat tanaman, mengenali gejala-gejala penyakit, dan langkah-langkah pengontrolan yang efektif. Dengan metode ABCD, program budidaya tanaman obat keluarga tidak hanya memberikan pengetahuan teknis tentang tanaman, tetapi juga menggali potensi masyarakat dan memperkuat keterlibatan mereka dalam pengembangan program tersebut. Transformasi sosial ini juga diharapkan mampu menciptakan pranata baru, seperti peningkatan nilai ekonomi melalui pemasaran produk tanaman obat keluarga. Dengan demikian, program ini tidak hanya berkontribusi pada kesehatan dan kesejahteraan keluarga, tetapi juga pada pembentukan pranata baru yang mendukung perkembangan masyarakat Desa Cinanas (Alpandari et al., 2023).

Pembahasan

Pada kegiatan ini dilakukan budidaya tanaman obat-obatan sebagai upaya peningkatan gizi dan kesejahteraan keluarga di Dusun Cinanas 2, Desa Cinanas, Kecamatan Bantarkawung, Kabupaten Brebes. Untuk jenis tanaman obat-obatan yang kami bagikan yaitu jenis tanaman yang dapat dikonsumsi, memiliki serat dan vitamin yang bermanfaat bagi tubuh, dan tanaman ini juga memiliki nilai ekonomis yang tinggi. Contoh tanaman obat keluarga tradisional seperti: lengkuas, kunyit, jahe, kencur, serai, sirih, kapulaga, kumis kucing, ciplukan, temulawak, dan lain-lain.

Adapun toga yang akan kami kembangkan dan budidayakan dengan menggunakan media tanam *polybag* di lahan pekarangan Bapak Kadus 2 Desa Cinanas adalah :

1. Lengkuas
2. Kunyit
3. Jahe
4. Kencur
5. Serai
6. Sirih
7. Kapulaga
8. Kumis kucing
9. Ciplukan
10. Temulawak

Adapun tanaman obat yang kami sosialisasikan yaitu:

1. Lengkuas (bermanfaat untuk mengatasi radang sendi dan menghilangkan jerawat membandel)
2. Kunyit (mengurangi nyeri haid dan mengatasi masalah kulit)
3. Jahe (untuk meredakan sakit kepala)
4. Kencur (menghilangkan perut kembung dan mengobati diare)
5. Serai (obat alami anti kanker dan menurunkan kolesterol jahat)
6. Sirih (menjaga kesehatan gigi dan mempercepat penyembuhan luka)
7. Kapulaga (mengobati infeksi bakteri dan memelihara kesehatan jantung)
8. Kumis Kucing (mencegah diabetes dan mengobati rematik atau asam urat)
9. Ciplukan (mengatasi penyakit batu ginjal dan mengatasi tekanan darah tinggi)
10. Temulawak (mengobati diare dan membantu meningkatkan nafsu makan)

Beberapa resep ramuan dari tanaman obat keluarga:

A. Resep Ramuan JSR (Jurus Sehat Rasulullah) Untuk Membersihkan Sel Tubuh Manfaat:

1. Meningkatkan metabolisme
 2. Meregenerasi sel-sel rusak
 3. Membantu menurunkan berat badan
 4. Membersihkan pencernaan Bahan:
 1. Jahe (seukuran jempol)
 2. Kunyit (setengah jahe)
 3. Lengkuas (setengah jahe)
 4. Sereh 1, jeruk nipis secukupnya
 5. Air Panas 1 gelas Cara Pembuatannya:
 1. Potong-potong semua bahan, campurkan dalam satu gelas
 2. Seduh dengan 1 gelas air panas lalu tunggu sampai keluar aromanya (hangat-hangat kuku)
 3. Beri perasan jeruk nipis
 4. Minum setiap pagi sebelum sarapan
- Catatan: Jeruk nipis tidak wajib, jika punya riwayat penyakit maag ataupun asam lambung sebaiknya tidak perlu menggunakan jeruk nipis.

B. Resep Ramuan JSR (Jurus Sehat Rasulullah) Untuk Penguat Tubuh Manfaat:

1. Menambah Stamina
2. Membersihkan darah
3. Memperkuat sistem pencernaan
4. Memperkuat Jantung
5. Membersihkan Paru- Paru

Bahan: jahe, lengkuas, sereh, kunyit, kencur, daun salam (untuk takarannya boleh dikira kira secukupnya)

Cara membuatnya yaitu dengan potong iris – iris semua bahan kemudian direbus dengan air bersama dengan daun salam. Bisa ditambah dengan ketumbar atau cengkeh. Dapat diminum 2x sehari setiap pagi dan sebelum subuh.

Selanjutnya adalah teknik atau cara budidaya tanaman obat keluarga (TOGA) dengan praktis dan sederhana:

1. Pertama-tama, siapkan *polybag* dengan ukuran sedang dan sesuai dengan kebutuhan
2. Langkah yang kedua adalah menyiapkan tanah yang dicampur dengan merang, kotoran kambing, dan kapur dolomit. Untuk takaran masing- masing bahan itu 50 % tanah dicampur dengan 20 % merang 20 % kotoran kambing dan 10 % kapur dolomit
3. Untuk pembuatan pupuk, perlu dipersiapkan air leri kemudian dicampur dengan EM4. Jika sudah tercampur, maka masukan air gula jawa untuk perbandingan tiap 1 liter air leri dicampur dengan 2 tutup botol EM4 yang setara dengan 10 ml.
4. Untuk pembuatan insektisida, perlu disiapkan tembakau dengan sunlight (sabun cuci piring) dengan takaran tembakau secukupnya dan sunlight 1 tetes.

Persiapan Bibit:

Persiapan bibit biasanya dilakukan bersamaan dengan kegiatan pengolahan lahan. Pembibitan bertujuan mendapatkan tanaman muda yang tumbuh subur.

Langkah- langkah Penanaman Bibit:

1. Bibit yang sudah disiapkan sebelumnya dipindah ke lubang tanam
2. Pastikan media tanam melekat pada bibit
3. Tutup lubang tanam dengan tanah dan dipadatkan agar bibit bisa tumbuh dengan kokoh
4. Kemudian siram bibit yang baru dipindah dan tanam dengan air secukupnya.

Adapun langkah-langkah dalam melakukan pelatihan penanaman obat keluarga dengan menggunakan media *polybag* yang kami sosialisasikan pada saat pelatihan adalah sebagai berikut:

Gambar 1 Sosialisasi Terlebih Dahulu Yaitu Pengenalan Berupa Apa Itu Tanaman Obat Keluarga



Menyiapkan tempat dan media tanam budidaya tanaman toga dalam pot atau *polybag* yang di isi dengan media tanah pupuk kandang. Perbandingan 50 % tanah dicampur dengan 20 % merang, 20 % kotoran kambing, dan 10 % kapur dolomit.

Gambar 2 Proses Menanam Tanaman Obat Keluarga



Proses menanam tanaman obat keluarga melibatkan warga di Dusun Cinanas 2. Sebelum *polybag* ditanam di lahan, langkah awal yang dilakukan adalah membersihkan lahan dari alang-alang menggunakan alat mesin pemotong dan mulai melakukan pengadukan tanah menggunakan alat cangkul untuk menanam bibit.

Gambar 3 Kegiatan Membersihkan Lahan



Setelah membersihkan lahan, persiapan bibit dilakukan bersamaan dengan kegiatan pengolahan lahan. Proses pelatihan penanaman obat keluarga melibatkan penggunaan media *polybag* dan penanaman langsung di tanah. Bibit berupa rempah-rempah yang sudah tumbuh tunas ditanam di *polybag* dan langsung ke tanah.

Pembibitan bertujuan untuk mendapatkan tanaman muda yang tumbuh subur. Bibit yang sudah disiapkan sebelumnya dipindah ke lubang tanam. Penting untuk memastikan media tanam melekat pada bibit, lalu lubang tanam ditutup dengan tanah dan dipadatkan agar bibit dapat tumbuh dengan kokoh. Langkah selanjutnya adalah menyiram bibit yang baru dipindahkan dan menanam dengan memberikan air secukupnya.

Gambar 4 Pembibitan, Penanaman Di Polybag, Dan Penanaman Langsung Ke Tanah.



Selama pelatihan, langkah-langkah yang disosialisasikan mencakup pembibitan, penanaman di *polybag*, dan penanaman langsung ke tanah. Sebagai tahap lanjutan, setelah penanaman, dilakukan pengamatan selama satu minggu sebelum memberikan pupuk yang sudah difermentasikan. Proses ini bertujuan untuk memberikan nutrisi yang cukup pada tanaman yang telah ditanam (Pambudi, 2020).

Selama kegiatan berlangsung, diakhiri dengan pengambilan foto bersama sebagai dokumentasi. Selain itu, kepada masyarakat Dusun Cinanas 2 yang antusias, diberikan biji sayuran sebagai apresiasi. Terima kasih kepada seluruh masyarakat yang telah berpartisipasi dalam kegiatan ini. Semoga tanaman obat keluarga yang ditanam dapat memberikan manfaat yang besar bagi kesehatan dan kesejahteraan masyarakat setempat.

Gambar 5 Foto Bersama



Kesimpulan

Program ini mengusung konsep pemanfaatan lahan pekarangan dengan metode ABCD (Asset Based Community Development), yang memberikan fokus pada pemberdayaan masyarakat melalui identifikasi dan optimalisasi potensi lokal. ABCD menjadi kerangka kerja yang efektif untuk memotivasi masyarakat Desa Cinanas dalam mengenali dan mengembangkan potensi lahan pekarangan mereka, khususnya untuk budidaya tanaman obat keluarga (TOGA).

Dengan pendekatan ABCD, program ini tidak hanya memberikan pengetahuan teknis tentang budidaya tanaman obat keluarga, tetapi juga menggali potensi masyarakat, memperkuat keterlibatan mereka, dan menciptakan pranata baru dalam masyarakat Desa Cinanas. Transformasi sosial melalui aksi pemberdayaan diharapkan dapat memberikan dampak positif bagi kesehatan dan kesejahteraan keluarga, serta meningkatkan nilai ekonomi melalui pemasaran produk tanaman obat keluarga.

Penerapan metode ABCD dalam program ini telah terbukti berhasil dalam mengoptimalkan pemanfaatan lahan pekarangan, melibatkan masyarakat secara aktif, dan menciptakan pranata baru yang mendukung pengembangan desa. Program Kuliah Kerja Nyata (KKN) di Desa Cinanas Tahun 2024 menjadi langkah konkret dalam optimalisasi pemanfaatan lahan pekarangan untuk budidaya tanaman TOGA, yang diharapkan dapat meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan keluarga di desa tersebut.

Setelah dilaksanakannya program ini, sosialisasi berhasil memberikan pemahaman tentang pentingnya memanfaatkan lahan pekarangan sebagai potensi untuk budidaya

TOGA, yang dapat mendukung kesehatan keluarga serta mengurangi ketergantungan pada obat-obatan kimia.

Melalui pelatihan yang diselenggarakan, peserta dapat mengimplementasikan teknik-teknik budidaya yang efektif dan efisien dalam memanfaatkan lahan pekarangan. Ini mencakup pemilihan jenis tanaman yang sesuai dengan kondisi lingkungan dan kebutuhan kesehatan, penggunaan pupuk organik, dan teknik penyiraman yang tepat. Dengan demikian, masyarakat Desa Cinanas dapat mengoptimalkan potensi lahan pekarangan mereka untuk mendukung ketahanan pangan dan kesehatan keluarga.

Selain itu, kegiatan ini juga menciptakan sinergi antara berbagai pihak, seperti petani lokal, pemerintah daerah, dan lembaga terkait, yang dapat saling mendukung dalam implementasi program ini. Hal ini menciptakan basis solid untuk pembangunan pertanian berkelanjutan dan peningkatan kesejahteraan masyarakat di Desa Cinanas.

DAFTAR PUSTAKA

- Alpandari, H., Anwar, K., & Krestiani, V. (2023). *Optimalisasi Pekarangan Menjadi Kebun Tanaman Obat Keluarga Yang Produktif di Desa Ploso , Kota Kudus*. 4(4), 1781–1786.
- Andriati, R., Rahmah Fahriati, A., Purnama Sari Indah, F., & Senja Maelaningsih, F. (2023). Optimalisasi Pemberdayaan Masyarakat Melalui Program Apotek Hidup dengan Pemanfaatan Limbah Plastik dengan Prinsip 3R (Reduce, Reuse, Recycle). *Pelita Masyarakat*, 5(2686–3200), 31–42. <https://doi.org/10.31289/pelitamasyarakat.v5i1.10018>
- Cinanas, P. D. (2023). *KECAMATAN BANTARKAWUNG KABUPATEN BREBES TAHUN 2023*.
- Mu, A., Islam, M., Anugrah, M. F., Maharasta, F. F., Wahyuni, T. I., Agustina, M., Sagita, N. S., Azzahro, B. H., Kerja, K., Desa, N., Mataram, U., Majapahit, J., Mataram, N., & Tenggara, N. (2023). Optimalisasi Pemanfaatan Lahan Pekarangan Untuk Budidaya Tanaman Holtikultura Dan Obat Guna Peningkatan Gizi Dan Kesejahteraan Keluarga Di Desa Kumbang Kecamatan Masbagik Kabupaten Lombok Timur. *Rosiding Seminar Nasional Gelar Wicara Volume 1 , April 2023 KELUARGA DI DESA KUMBANG KECAMATAN MASBAGIK KABUPATEN LOMBOK TIMUR Teknik Universitas Mataram Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Mataram 2 Fakultas Pertanian Universitas Mataram 6 Fakultas*, 1(April), 23–24.
- Pambudi, P. A. (2020). Pandemi Covid-19: Refleksi Pentingnya Optimasi Lahan Pekarangan Sebagai Penyokong Kemandirian Pangan Dan Kesehatan Keluarga. *EnviroScienteae*, 16(3), 408. <https://doi.org/10.20527/es.v16i2.9683>
- Pratama, A., & Rahayu, D. (2022). *Optimalisasi Pemanfaatan Lahan Tanaman Obat Keluarga Di Wilayah Kerja Puskesmas Tlogowaru, Kabupaten Malang*. 1–4. <https://www.bps.go.id/linkTabelStatis/view/id/1322>