



EDUKASI DAN PEMBERDAYAAN IBU DALAM PEMANFAATAN LAHAN SEMPIT UNTUK PENINGKATAN GIZI KELUARGA DI PEMUKIMAN NELAYAN DESA GLUMPANG SULU TIMU, ACEH UTARA

Zulkifli^{1*}, Rohana², Linda Adriani³, Juwita Maulani⁴, Fitrayani⁵, Wahyuni⁶

Zulkifli251970@gmail.com^{*}, Rohana.rn12@gmail.com, lindaadriani.ns@gmail.com,
Juwitamaulani13@gmail.com, fitrayani2828@gmail.com, wahyuni.mkm.2021@gmail.com

¹Prodi S1 Ilmu Keperawatan, Stikes Darussalam Lhokseumawe

²³Prodi Ners, Stikes Darussalam Lhokseumawe

⁴⁵Prodi S1 Kebidanan, Stikes Darussalam Lhokseumawe

⁶Prodi Profesi Bidan, Stikes Darussalam Lhokseumawe

Abstrak

Program pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di pemukiman nelayan Desa Glumpang Sulu Timu, Aceh Utara, dengan tema “*Pemberdayaan Ibu dalam Pemanfaatan Lahan Sempit untuk Peningkatan Gizi Keluarga*”. Latar belakang kegiatan ini adalah permasalahan gizi masyarakat pesisir yang disebabkan rendahnya diversifikasi pangan, terbatasnya akses terhadap sayuran dan buah, serta minimnya pengetahuan mengenai gizi seimbang. Metode yang digunakan meliputi edukasi gizi, pelatihan teknik pertanian di lahan sempit (vertikultur, hidroponik sederhana, penanaman dalam pot/polybag), pendampingan lapangan, serta pembentukan kelompok swadaya ibu-ibu. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa 95% peserta mengalami peningkatan pemahaman tentang gizi seimbang, 85% menguasai minimal dua teknik bercocok tanam, dan 75% berhasil memanfaatkan pekarangan sempit untuk menanam 4–6 jenis sayuran. Selain itu, terbentuk kelompok swadaya ibu-ibu bernama “*KWT Sejahtera Glumpang Sulu Timu*” yang berfungsi menjaga keberlanjutan praktik. Program ini terbukti efektif meningkatkan pengetahuan, keterampilan, serta ketersediaan pangan lokal, sekaligus berkontribusi pada diversifikasi gizi keluarga dan kemandirian pangan rumah tangga.

Kata Kunci: Gizi, Lahan Sempit, Nelayan, Pemberdayaan

Abstract

This community service program was carried out in the fishermen’s settlement of Glumpang Sulu Timu Village, North Aceh, under the theme “*Empowering Mothers in Utilizing Limited Land for Family Nutrition Improvement*.” The background of this activity lies in the nutritional problems faced by coastal communities, caused by low food diversification, limited access to vegetables and fruits, and a lack of knowledge regarding balanced nutrition. The methods applied included nutrition education, training in small-scale farming techniques (verticulture, simple hydroponics, planting in pots/polybags), field mentoring, and the establishment of self-help groups for mothers. The results showed that 95% of participants experienced an increase in their understanding of balanced nutrition, 85% mastered at least two cultivation techniques, and 75% successfully utilized narrow yards to plant 4–6 types of vegetables. Furthermore, a



women's self-help group named “*KWT Sejahtera Glumpang Sulu Timu*” was formed to maintain the sustainability of the practice. This program has proven effective in improving knowledge, skills, and local food availability, while contributing to family nutrition diversification and household food self-sufficiency.

Keywords: Nutrition, Limited Land, Fishermen, Empowerment.

I. PENDAHULUAN

Desa Glumpang Sulu Timu di Kabupaten Aceh Utara merupakan salah satu wilayah pemukiman nelayan yang memiliki karakteristik sosial, ekonomi, dan lingkungan khas. Masyarakat di desa ini mayoritas berprofesi sebagai nelayan, dengan tingkat ketergantungan ekonomi yang tinggi pada hasil laut. Kondisi ini menjadikan ikan sebagai sumber protein utama dalam pola konsumsi keluarga. Namun, dominasi hasil laut dalam menu sehari-hari tidak otomatis menjamin terpenuhinya kebutuhan gizi seimbang. Keterbatasan diversifikasi pangan, khususnya kurangnya asupan vitamin dan mineral dari sayur serta buah, masih menjadi masalah mendasar yang memengaruhi kualitas gizi keluarga nelayan.

Permasalahan gizi di wilayah pesisir tidak terlepas dari rendahnya akses terhadap bahan pangan segar selain ikan. Harga sayur dan buah di pasar relatif lebih tinggi dibandingkan dengan ketersediaan ikan, sehingga banyak keluarga yang lebih memilih mengonsumsi ikan secara berulang dalam menu sehari-hari. Akibatnya, anak-anak dan ibu hamil sering kali menjadi kelompok rentan yang mengalami gizi kurang atau bahkan berisiko stunting. Kondisi ini sejalan dengan data Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022 yang menunjukkan bahwa prevalensi gizi kurang dan stunting di daerah pesisir masih cukup tinggi dibandingkan dengan wilayah perkotaan.

Selain faktor ekonomi dan akses pangan, kondisi fisik pemukiman nelayan yang padat penduduk turut memperburuk situasi. Rumah-rumah warga umumnya berdiri berdekatan, meninggalkan sedikit ruang terbuka yang dapat dimanfaatkan untuk kegiatan produktif. Lahan sempit yang tersedia di sekitar rumah sering kali tidak digunakan secara optimal karena minimnya pengetahuan dan keterampilan bercocok tanam. Padahal, ruang sempit tersebut sebenarnya berpotensi dikembangkan menjadi sumber pangan tambahan jika dikelola dengan teknik pertanian sederhana seperti vertikultur, hidroponik, atau penanaman dalam pot dan polybag.

Dalam konteks ini, peran ibu-ibu di pemukiman nelayan sangat strategis. Sebagai pengelola keuangan rumah tangga sekaligus penentu menu makanan keluarga, ibu memiliki peran penting dalam menentukan kualitas gizi anggota keluarga. Namun, keterbatasan pengetahuan tentang gizi seimbang dan teknik pemanfaatan lahan sempit menjadi hambatan bagi ibu-ibu untuk mengambil keputusan yang tepat dalam penyediaan pangan keluarga. Oleh karena itu, pemberdayaan ibu melalui edukasi gizi dan pelatihan bercocok tanam di lahan sempit menjadi sangat relevan dan mendesak.

Program edukasi dan pemberdayaan ibu dalam pemanfaatan lahan sempit diharapkan mampu memberikan solusi inovatif atas permasalahan gizi keluarga di Desa Glumpang Sulu Timu. Melalui pendekatan ini, ibu-ibu tidak hanya memperoleh pemahaman tentang pentingnya diversifikasi pangan, tetapi juga dibekali keterampilan praktis untuk memproduksi sayuran dan buah-buahan secara mandiri. Dengan demikian, keluarga nelayan dapat meningkatkan



ketersediaan pangan lokal, mengurangi ketergantungan pada pasar, serta memperbaiki pola konsumsi yang lebih sehat dan seimbang.

Lebih jauh, pemberdayaan ibu juga akan berdampak pada terbentuknya kelompok swadaya masyarakat yang mampu menjaga keberlanjutan program. Kelompok ini dapat menjadi wadah bagi ibu-ibu untuk berbagi pengalaman, bertukar hasil panen, hingga menginisiasi kegiatan kolektif lain yang bermanfaat bagi komunitas. Dengan adanya inisiatif ini, upaya peningkatan gizi keluarga nelayan tidak hanya berhenti pada level individu, tetapi juga berkembang menjadi gerakan bersama yang memperkuat kemandirian pangan komunitas pesisir.

Berdasarkan latar belakang tersebut, program pengabdian kepada masyarakat ini memiliki urgensi tinggi untuk dilaksanakan. Melalui kombinasi edukasi gizi, pelatihan teknik pemanfaatan lahan sempit, dan pembentukan kelompok swadaya, diharapkan permasalahan gizi keluarga nelayan dapat diatasi secara berkelanjutan. Pada akhirnya, program ini tidak hanya berkontribusi terhadap peningkatan kualitas gizi dan kesehatan keluarga, tetapi juga terhadap penguatan kapasitas masyarakat dalam mewujudkan kemandirian pangan di wilayah pesisir.

2. METODE PENGABDIAN

Metode pelaksanaan program "Edukasi Pemberdayaan Ibu Dalam Pemanfaatan Lahan Sempit Untuk Peningkatan Gizi Keluarga di Pemukiman Nelayan di Desa Glumpang Sulu Timu, Aceh Utara" dirancang secara partisipatif dan holistik, dengan fokus pada transfer pengetahuan, pengembangan keterampilan praktis, dan pembentukan kemandirian masyarakat. Pendekatan ini memastikan bahwa program tidak hanya memberikan solusi jangka pendek, tetapi juga membangun kapasitas berkelanjutan di tingkat komunitas. Pelaksanaan program akan terbagi menjadi beberapa tahapan utama, sebagai berikut:

1. Tahap Persiapan dan Koordinasi

Tahap awal ini krusial untuk memastikan program berjalan lancar dan mendapatkan dukungan penuh dari berbagai pihak.

- Koordinasi dengan Pemerintah Desa dan Tokoh Masyarakat: Melakukan pertemuan awal dengan Kepala Desa, perangkat desa, dan tokoh masyarakat Desa Glumpang Sulu Timu untuk menjelaskan tujuan program, mendapatkan izin, serta memastikan dukungan lokal.
- Identifikasi dan Rekrutmen Peserta: Mengidentifikasi dan merekrut ibu-ibu di pemukiman nelayan yang memiliki motivasi dan komitmen untuk mengikuti program. Proses ini dapat melibatkan sosialisasi di tingkat rukun tetangga atau pertemuan ibu-ibu.
- Pembentukan Tim Fasilitator: Mempersiapkan tim fasilitator yang kompeten, terdiri dari ahli gizi, praktisi pertanian perkotaan, atau kader kesehatan yang terlatih, untuk mendampingi seluruh kegiatan.
- Penyusunan Modul dan Materi Pelatihan: Mengembangkan materi edukasi dan modul pelatihan yang mudah dipahami, relevan dengan konteks lokal, dan praktis untuk diaplikasikan oleh ibu-ibu, mencakup gizi seimbang dan teknik bercocok tanam lahan sempit.

2. Tahap Edukasi dan Pelatihan (Teori dan Praktik)

Tahap ini merupakan inti dari program, di mana transfer pengetahuan dan keterampilan dilakukan.



- Sesi Edukasi Gizi Seimbang: Mengadakan sesi interaktif tentang pentingnya gizi seimbang, sumber-sumber gizi dari bahan pangan lokal, serta dampaknya terhadap kesehatan keluarga, khususnya anak-anak dan ibu hamil. Materi disampaikan dengan metode ceramah, diskusi, dan media visual yang menarik.
 - Pelatihan Teknik Pemanfaatan Lahan Sempit: Melaksanakan pelatihan praktis mengenai berbagai teknik bercocok tanam di lahan terbatas, seperti:
 - Vertikultur: Pemanfaatan ruang vertikal dengan media tanam bertingkat.
 - Hidroponik Sederhana: Teknik menanam tanpa tanah menggunakan larutan nutrisi.
 - Penanaman dalam Pot/Polybag/Botol Bekas: Pemanfaatan wadah bekas sebagai media tanam.
 - Pengolahan Kompos Skala Rumah Tangga: Pelatihan pembuatan pupuk organik dari sampah dapur.
 - Setiap sesi akan dilengkapi dengan demonstrasi langsung dan praktik bersama agar ibu-ibu dapat langsung mencoba.
 - Penyediaan Stimulan Awal: Mendistribusikan paket bibit awal (misalnya, sayuran hijau, tomat, cabai), media tanam (polybag, pot), atau bahan-bahan sederhana lainnya sebagai modal awal bagi peserta untuk memulai praktik.
3. Tahap Pendampingan dan Implementasi Mandiri
- Setelah pelatihan, pendampingan berkelanjutan sangat penting untuk memastikan ibu-ibu dapat mengaplikasikan ilmu yang diperoleh.
- Kunjungan Lapangan dan Pendampingan Individu/Kelompok Kecil: Tim fasilitator akan melakukan kunjungan rutin ke rumah peserta untuk memantau kemajuan, memberikan bimbingan teknis langsung, serta membantu memecahkan masalah yang mungkin timbul selama praktik penanaman.
 - Pembentukan Kelompok Belajar/Swadaya Ibu-ibu: Mendorong terbentuknya kelompok belajar atau kelompok swadaya di antara peserta. Kelompok ini berfungsi sebagai wadah untuk berbagi pengalaman, pengetahuan, bibit, atau hasil panen, serta memecahkan masalah secara kolektif.
 - Monitoring dan Evaluasi Partisipatif: Secara berkala, tim akan memantau kemajuan praktik dan indikator gizi keluarga melalui kunjungan, kuesioner, atau diskusi kelompok terarah. Evaluasi akan melibatkan partisipasi aktif dari ibu-ibu untuk mendapatkan umpan balik langsung.
4. Tahap Penguatan dan Keberlanjutan
- Tahap akhir ini bertujuan untuk memastikan program memiliki dampak jangka panjang dan dapat dilanjutkan secara mandiri oleh komunitas.
- Forum Diskusi dan Berbagi Pengalaman: Mengadakan pertemuan besar untuk seluruh peserta guna mempresentasikan hasil panen, berbagi keberhasilan, dan mendiskusikan tantangan yang dihadapi. Ini juga menjadi ajang pengakuan terhadap upaya peserta.
 - Pengembangan Jaringan Komunitas: Membangun atau menguatkan jaringan antara kelompok ibu-ibu dengan pihak terkait lainnya (misalnya, dinas pertanian, penyuluh pertanian, pasar lokal) untuk mendukung keberlanjutan program.
 - Penyusunan Laporan Akhir: Mendokumentasikan seluruh proses, hasil, dan pembelajaran dari program ke dalam laporan akhir yang komprehensif.



Melalui metode pelaksanaan yang terstruktur dan melibatkan partisipasi aktif masyarakat ini, diharapkan program dapat menciptakan perubahan positif yang berkelanjutan dalam peningkatan gizi keluarga di pemukiman nelayan Desa Glumpang Sulu Timu.

Tabel Peta Meta-Konsep Kegiatan Pengabdian Masyarakat

Komponen Peta Meta-Konsep	Deskripsi
1. Masalah Utama	Gizi Kurang/Buruk pada Keluarga Nelayan di Desa Glumpang Sulu Timu, khususnya pada anak-anak dan ibu hamil. Ini disebabkan oleh kurangnya diversifikasi pangan dan keterbatasan akses terhadap sumber vitamin/mineral (sayur, buah).
2. Akar Permasalahan	Keterbatasan lahan di pemukiman nelayan yang padat, minimnya pengetahuan dan keterampilan tentang pemanfaatan lahan sempit, serta kurangnya kesadaran gizi seimbang di kalangan masyarakat.
3. Kondisi Pendukung Potensi	Adanya lahan sempit yang belum dimanfaatkan, peran sentral ibu-ibu dalam keluarga dan motivasi mereka, serta potensi dukungan dari pemerintah desa dan tokoh masyarakat.
4. Intervensi Kegiatan Utama	<ul style="list-style-type: none"> • Edukasi Gizi Seimbang: Sesi interaktif dan transfer pengetahuan gizi. • Pelatihan Teknik Pemanfaatan Lahan Sempit: Vertikultur, hidroponik sederhana, penanaman dalam pot, pembuatan kompos, disertai demonstrasi dan penyediaan stimulan awal. • Pendampingan dan Monitoring: Kunjungan rutin, bimbingan teknis. • Pembentukan & Penguatan Kelompok Swadaya Ibu-ibu: Fasilitasi kelompok belajar/berbagi. • Peningkatan pengetahuan dan keterampilan ibu-ibu. • Tersedianya materi edukasi dan stimulan.
5. Luaran (Outputs)	<ul style="list-style-type: none"> • Terlaksananya praktik mandiri pemanfaatan lahan sempit oleh ibu-ibu. • Terbentuknya kelompok swadaya yang aktif. • Terlaksananya pendampingan lapangan. • Peningkatan ketersediaan pangan lokal di rumah tangga.
6. Tujuan Jangka Pendek (Outcomes)	<ul style="list-style-type: none"> • Peningkatan diversifikasi pangan dan frekuensi konsumsi sayur/buah dalam keluarga. • Meningkatnya kemandirian pangan rumah tangga. • Mekuatnya jejaring dan partisipasi komunitas.
7. Tujuan Jangka Panjang (Impact)	<ul style="list-style-type: none"> • Peningkatan status gizi keluarga di pemukiman nelayan (penurunan prevalensi gizi kurang/buruk). • Peningkatan kualitas hidup dan kesehatan keluarga. • Terwujudnya kemandirian pangan berkelanjutan di tingkat komunitas.



Analisis Situasi

Analisis situasi ini bertujuan untuk memberikan gambaran komprehensif mengenai kondisi eksisting di Pemukiman Nelayan, Desa Glumpang Sulu Timu, Aceh Utara, yang menjadi dasar perlunya implementasi program edukasi dan pemberdayaan ini. Pemahaman mendalam terhadap konteks lokal sangat krusial untuk memastikan relevansi dan efektivitas intervensi yang dilakukan.

1. Kondisi Geografis dan Demografis Pemukiman Nelayan

Desa Glumpang Sulu Timu, secara geografis, terletak di wilayah pesisir Aceh Utara, dengan sebagian besar penduduknya bermata pencarian sebagai nelayan. Kondisi pemukiman nelayan umumnya dicirikan oleh kepadatan penduduk yang relatif tinggi dan ketersediaan lahan yang sangat terbatas untuk kegiatan non-perikanan, termasuk bercocok tanam. Rumah-rumah penduduk seringkali berdekatan dengan area pelelangan ikan atau bibir pantai, menyisakan sedikit sekali ruang terbuka. Data demografi menunjukkan bahwa sebagian besar keluarga memiliki anggota yang cukup banyak, dengan ibu-ibu memegang peran sentral dalam manajemen rumah tangga dan pemenuhan kebutuhan sehari-hari.

2. Tantangan Gizi dan Ketahanan Pangan Keluarga

Meskipun hidup berdekatan dengan sumber daya laut yang melimpah, keluarga nelayan di Desa Glumpang Sulu Timu tidak serta-merta terbebas dari masalah gizi. Ketergantungan utama pada hasil laut sebagai sumber protein seringkali menyebabkan kurangnya diversifikasi pangan, terutama asupan vitamin dan mineral dari sayur-mayur serta buah-buahan. Akses terhadap bahan pangan segar, selain ikan, bisa menjadi terbatas atau memerlukan biaya yang lebih tinggi. Kondisi ini berpotensi menyebabkan kerentanan terhadap masalah gizi kurang atau gizi buruk pada kelompok rentan seperti anak-anak dan ibu hamil. Pemahaman masyarakat tentang pentingnya gizi seimbang dan cara memenuhinya dengan sumber daya lokal juga perlu ditingkatkan.

3. Potensi dan Keterbatasan Pemanfaatan Lahan

Keterbatasan lahan menjadi kendala utama bagi masyarakat untuk mengembangkan pertanian subsisten atau kebun keluarga. Namun, terdapat potensi tersembunyi berupa lahan sempit di sekitar rumah, pekarangan kecil, atau bahkan ruang vertikal yang belum dimanfaatkan secara optimal. Selama ini, minimnya pengetahuan dan keterampilan tentang teknik bercocok tanam di lahan terbatas (misalnya, hidroponik sederhana, vertikultur, atau penanaman dalam pot/polybag) menyebabkan lahan-lahan tersebut tidak produktif. Ibu-ibu, sebagai penentu utama menu keluarga, memiliki motivasi tinggi untuk meningkatkan kesejahteraan keluarganya jika dibekali dengan pengetahuan dan cara yang tepat.

4. Kebutuhan Pemberdayaan Ibu.

Ibu-ibu di pemukiman nelayan memiliki posisi strategis untuk menjadi agen perubahan dalam keluarga. Mereka adalah pengelola keuangan rumah tangga dan penentu utama jenis makanan yang dikonsumsi. Oleh karena itu, pemberdayaan ibu melalui edukasi tentang gizi dan teknik pemanfaatan lahan sempit merupakan langkah yang paling tepat dan efektif. Pemberian informasi yang praktis dan pelatihan yang relevan akan memungkinkan mereka untuk secara mandiri memproduksi sebagian kebutuhan pangan keluarga, mengurangi pengeluaran, dan pada akhirnya meningkatkan asupan gizi secara berkelanjutan.



Dari analisis situasi ini, dapat disimpulkan bahwa program edukasi dan pemberdayaan ibu dalam pemanfaatan lahan sempit sangat relevan dan mendesak untuk dilaksanakan guna mengatasi isu gizi dan meningkatkan kemandirian pangan keluarga di Pemukiman Nelayan Desa Glumpang Sulu Timu, Aceh Utara

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Target dan Luaran Program

Bagian ini menguraikan tujuan spesifik yang ingin dicapai melalui implementasi program "Edukasi Pemberdayaan Ibu Dalam Pemanfaatan Lahan Sempit Untuk Peningkatan Gizi Keluarga di Pemukiman Nelayan di Desa Glumpang Sulu Timu, Aceh Utara", serta luaran konkret yang diharapkan dari setiap kegiatan.

1. Target Program

Target program adalah sasaran spesifik yang ingin dicapai pada akhir periode implementasi. Target yang ditetapkan bersifat realistis, terukur, dan berorientasi pada perubahan yang diharapkan:

- Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan Ibu-ibu:
 - 90% ibu-ibu peserta program di Desa Glumpang Sulu Timu memahami konsep gizi seimbang dan pentingnya diversifikasi pangan keluarga.
 - 80% ibu-ibu peserta program menguasai setidaknya dua teknik dasar pemanfaatan lahan sempit (misalnya: vertikultur, hidroponik sederhana, penanaman dalam pot/polybag).
- Pemanfaatan Lahan Sempit Secara Mandiri:
 - 70% dari ibu-ibu peserta program berhasil mengimplementasikan praktik bercocok tanam di lahan sempit mereka sendiri, minimal dengan menanam 3-5 jenis sayuran atau tanaman gizi lainnya.
- Peningkatan Ketersediaan Pangan Lokal dan Diversifikasi Gizi:
 - Terjadi peningkatan ketersediaan sayuran dan/atau buah-buahan lokal yang diproduksi sendiri di rumah tangga peserta.
 - Terjadi peningkatan frekuensi konsumsi sayuran dan/atau buah-buahan di antara anggota keluarga peserta program, khususnya pada kelompok anak-anak dan ibu-ibu.
- Terbentuknya Kelompok Swadaya Masyarakat:
 - Terbentuknya satu kelompok belajar atau kelompok swadaya ibu-ibu yang berfokus pada keberlanjutan praktik pemanfaatan lahan sempit dan pertukaran pengetahuan tentang gizi di Desa Glumpang Sulu Timu.

2. Luaran (Output) Program

Luaran adalah hasil langsung dan konkret dari kegiatan yang dilaksanakan. Ini adalah capaian yang dapat diamati dan diverifikasi setelah intervensi program:

- Pelaksanaan Sesi Edukasi dan Pelatihan:
 - Terselenggaranya minimal 3 sesi pelatihan interaktif tentang gizi seimbang dan teknik bercocok tanam di lahan sempit bagi ibu-ibu peserta.
 - Tersedianya materi edukasi dan modul pelatihan yang mudah dipahami (misalnya, leaflet, poster, buku saku sederhana).



- Penyediaan Sarana dan Prasarana Awal:
 - Tersedianya paket bibit awal dan/atau media tanam dasar (misalnya, polybag, pot bekas, paralon) sebagai stimulan bagi ibu-ibu untuk memulai praktik.
 - Tersedianya demonstrasi plot atau percontohan aplikasi pemanfaatan lahan sempit di lokasi strategis atau rumah salah satu peserta.
- Kegiatan Pendampingan Lapangan:
 - Terlaksananya minimal 2 kali kunjungan pendampingan lapangan oleh tim fasilitator untuk memberikan bimbingan teknis dan monitoring kemajuan praktik ibu-ibu.
 - Teridentifikasinya tantangan dan solusi praktis yang muncul selama proses implementasi di lapangan.
- Forum Pertemuan Komunitas:
 - Terselenggaranya minimal 1 pertemuan komunal untuk berbagi pengalaman dan keberhasilan antar ibu-ibu peserta.
- Dokumentasi Program:
 - Tersedianya laporan kemajuan program yang mendokumentasikan setiap kegiatan, partisipasi, dan capaian.
 - Tersedianya foto dan video dokumentasi dari aktivitas pelatihan dan hasil praktik ibu-ibu.

Dengan merumuskan target dan luaran ini secara jelas, program akan memiliki panduan yang terukur untuk menilai keberhasilan dan dampak yang dihasilkan.

Tabel. Rencana Target Capaian Dan Luaran dan Indikator Keberhasilan

No.	Rencana Target	Luaran (Output)	Indikator Keberhasilan (Pengukuran)
1.	Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan Ibu-ibu	1.1. Pelaksanaan Sesi Edukasi dan Pelatihan	Jumlah sesi pelatihan yang diselenggarakan (minimal 3 sesi). Tingkat kehadiran ibu-ibu peserta (misalnya, >80% dari target). Hasil pre-test dan post-test pengetahuan (peningkatan rata-rata skor >20%). Keterampilan ibu-ibu dalam mempraktikkan teknik tanam yang diajarkan (dinilai melalui observasi).
		1.2. Ketersediaan Materi Edukasi	Ketersediaan dan distribusi materi edukasi (leaflet, poster, modul). Umpan balik positif dari peserta terkait pemahaman materi.
2.	Pemanfaatan Lahan Sempit Secara Mandiri	2.1. Penyediaan Sarana dan Prasarana Awal	Jumlah paket bibit/media tanam yang terdistribusi. Berfungsinya demonstrasi plot/percontohan.. Jumlah ibu-ibu yang memulai praktik tanam setelah menerima stimulan (>70% dari target).



No.	Rencana Target	Luaran (Output)	Indikator Keberhasilan (Pengukuran)
		2.2. Kegiatan Pendampingan Lapangan	Jumlah kunjungan pendampingan yang terlaksana (minimal 2 kali). Persentase ibu-ibu yang berhasil mengimplementasikan praktik bercocok tanam di lahannya (>70% dari target). Diversifikasi jenis tanaman yang berhasil ditanam oleh ibu-ibu (misalnya, rata-rata 3-5 jenis sayuran).
3.	Peningkatan Ketersediaan Pangan Lokal dan Diversifikasi Gizi	3.1. Hasil Praktik Pemanfaatan Lahan Sempit	Jumlah rumah tangga yang secara rutin memanen hasil tanamannya sendiri. Kuantitas dan kualitas hasil panen (berat/ukuran tanaman yang dipanen, frekuensi panen).
		3.2. Peningkatan Konsumsi Pangan Bergizi	Peningkatan frekuensi konsumsi sayuran/buah-buahan yang diproduksi sendiri per minggu oleh keluarga (survei/kuesioner). Peningkatan variasi jenis sayuran/buah-buahan yang dikonsumsi keluarga.
4.	Terbentuknya Kelompok Swadaya Masyarakat	4.1. Forum Pertemuan Komunitas dan Inisiasi Kelompok 4.2. Keberlanjutan Diskusi dan Pertukaran Pengetahuan	Terbentuknya struktur pengurus kelompok swadaya. Jumlah anggota aktif dalam kelompok. Frekuensi pertemuan rutin kelompok (misalnya, sebulan sekali). Adanya kegiatan atau inisiatif mandiri dari kelompok (misalnya, arisan bibit, pelatihan mandiri, pertukaran hasil panen). Bukti adanya transfer pengetahuan antar anggota kelompok.

II. PEMBAHASAN

1. Hasil Pelaksanaan Program

Berdasarkan data monitoring dan evaluasi yang dikumpulkan selama periode program [Maret - Mei 2025], berikut adalah hasil capaian dari setiap target dan luaran:

- Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan Ibu-ibu:
 - 95% dari ibu-ibu peserta program (target 90%) menunjukkan peningkatan pemahaman tentang konsep gizi seimbang, yang terbukti dari hasil *post-test* dengan rata-rata kenaikan skor lebih dari 30% dibandingkan *pre-test*.
 - 85% dari ibu-ibu peserta (target 80%) berhasil mendemonstrasikan penguasaan setidaknya dua teknik bercocok tanam di lahan sempit, seperti vertikultur dan penanaman dalam polybag, melalui praktik langsung saat sesi pelatihan dan kunjungan pendampingan.



- Seluruh 3 sesi pelatihan interaktif telah terlaksana dengan tingkat kehadiran rata-rata 90%, dan materi edukasi (leaflet, modul sederhana) telah didistribusikan kepada semua peserta.
- Pemanfaatan Lahan Sempit Secara Mandiri:
 - 75% dari ibu-ibu peserta (target 70%) berhasil mengimplementasikan praktik bercocok tanam di lahan sempit mereka sendiri. Observasi menunjukkan rata-rata setiap rumah tangga menanam 4-6 jenis sayuran (seperti bayam, kangkung, cabai, tomat) di pekarangan atau area terbatas lainnya.
 - Paket bibit awal dan media tanam dasar telah didistribusikan kepada 100% peserta sebagai stimulan, dan demonstrasi plot percontohan berhasil menarik minat lebih banyak ibu-ibu.
 - Tim fasilitator telah melaksanakan 2 kali kunjungan pendampingan lapangan untuk setiap kelompok, memberikan bimbingan teknis dan solusi atas tantangan yang dihadapi peserta.
- Peningkatan Ketersediaan Pangan Lokal dan Diversifikasi Gizi:
 - Sebanyak 60% dari keluarga peserta melaporkan telah secara rutin memanen hasil tanamannya sendiri, minimal 2 kali seminggu, yang kemudian digunakan untuk konsumsi keluarga.
 - Terdapat indikasi awal peningkatan frekuensi konsumsi sayuran dan/atau buah-buahan yang diproduksi sendiri di antara anggota keluarga peserta. Meskipun data gizi secara kuantitatif memerlukan studi lebih lanjut, laporan lisan dari ibu-ibu menunjukkan adanya diversifikasi menu makanan.
- Terbentuknya Kelompok Swadaya Masyarakat:
 - Satu kelompok belajar atau kelompok swadaya ibu-ibu bernama "KWT Sejahtera Glumpang Sulu Timu" telah berhasil terbentuk dengan 30 anggota aktif dan struktur pengurus. Kelompok ini telah melaksanakan 2 kali pertemuan mandiri pasca-program untuk berbagi pengalaman dan merencanakan aktivitas selanjutnya.
 - Telah terselenggara 1 pertemuan komunal yang sukses, di mana ibu-ibu berbagi hasil panen dan kesaksian positif tentang program.

2. Pembahasan

Hasil-hasil di atas menunjukkan bahwa program edukasi dan pemberdayaan ibu dalam pemanfaatan lahan sempit di Pemukiman Nelayan Desa Glumpang Sulu Timu telah mencapai sebagian besar target yang ditetapkan dan menunjukkan indikasi positif terhadap tujuan peningkatan gizi keluarga.

- **Efektivitas Pendekatan Edukasi dan Pelatihan:** Tingginya persentase peningkatan pengetahuan dan keterampilan menunjukkan bahwa metode pelatihan yang interaktif, disertai dengan demonstrasi dan penyediaan stimulan awal, sangat efektif dalam memotivasi dan membekali ibu-ibu. Ini membuktikan bahwa ibu-ibu di komunitas nelayan memiliki kapasitas dan kemauan belajar yang tinggi ketika diberikan akses dan bimbingan yang tepat.
- **Signifikansi Pemanfaatan Lahan Sempit:** Keberhasilan 75% ibu-ibu dalam mengimplementasikan praktik bercocok tanam di lahan terbatas menggarisbawahi potensi besar dari lahan-lahan kecil yang sebelumnya tidak termanfaatkan. Hal ini menunjukkan



bahwa keterbatasan lahan bukanlah penghalang mutlak jika ada inovasi dan pengetahuan yang tepat. Produksi pangan secara mandiri ini tidak hanya menambah ketersediaan bahan pangan tetapi juga dapat mengurangi beban ekonomi keluarga.

- **Dampak Terhadap Gizi Keluarga:** Meskipun data kuantitatif tentang status gizi memerlukan penelitian lebih lanjut (misalnya, survei konsumsi pangan atau pengukuran antropometri), peningkatan ketersediaan dan frekuensi konsumsi sayuran yang diproduksi sendiri merupakan indikator kuat adanya perbaikan pola makan. Diversifikasi pangan melalui sayuran dan buah-buahan ini sangat krusial untuk melengkapi asupan protein dari ikan, sehingga menciptakan gizi yang lebih seimbang.
- **Peran Penting Kelompok Swadaya:** Terbentuknya dan berfungsinya kelompok swadaya masyarakat merupakan capaian penting bagi keberlanjutan program. Kelompok ini menjadi platform bagi ibu-ibu untuk terus belajar, berbagi solusi, dan memperkuat rasa kebersamaan. Ini menunjukkan adanya modal sosial yang kuat di komunitas, yang akan mendukung keberlanjutan inisiatif tanpa ketergantungan penuh pada fasilitator eksternal.
- **Tantangan dan Pembelajaran:** Selama pelaksanaan, beberapa tantangan muncul, seperti:
 - Keterbatasan air bersih untuk penyiraman di beberapa lokasi, yang diatasi dengan inovasi penggunaan air limbah rumah tangga non-sabun.
 - Serangan hama pada beberapa jenis tanaman, yang diatasi melalui edukasi tentang pestisida alami dan metode pengendalian hama sederhana.
 - Fluktuasi minat sebagian kecil peserta yang memerlukan motivasi dan pendampingan lebih intensif. Pembelajaran dari tantangan ini menekankan pentingnya pendampingan yang adaptif dan responsif terhadap kebutuhan spesifik di lapangan.

Secara keseluruhan, program ini telah berhasil memberdayakan ibu-ibu di Pemukiman Nelayan Desa Glumpang Sulu Timu dalam memanfaatkan lahan sempit untuk produksi pangan keluarga. Hasil ini memberikan optimisme bahwa intervensi berbasis komunitas dengan fokus pada edukasi dan praktik dapat menjadi solusi efektif untuk peningkatan gizi dan kemandirian pangan di daerah pesisir.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pelaksanaan dan pembahasan program, dapat ditarik beberapa kesimpulan utama sebagai berikut:

1. Efektivitas Intervensi Pemberdayaan: Program ini terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu-ibu di pemukiman nelayan Desa Glumpang Sulu Timu terkait gizi seimbang dan teknik pemanfaatan lahan sempit. Tingginya partisipasi dan peningkatan pemahaman peserta menunjukkan bahwa pendekatan edukasi dan pelatihan praktis sangat relevan dan diterima dengan baik oleh komunitas.
2. Optimalisasi Pemanfaatan Lahan Sempit: Inisiatif ini berhasil mendorong pemanfaatan lahan sempit secara mandiri oleh sebagian besar ibu-ibu peserta. Hal ini menunjukkan bahwa keterbatasan ruang bukanlah penghalang mutlak untuk produksi pangan lokal jika didukung dengan pengetahuan dan bimbingan yang tepat, menciptakan solusi inovatif untuk masalah lahan.
3. Dampak Positif pada Gizi Keluarga: Meskipun memerlukan studi gizi kuantitatif lebih lanjut, program telah menunjukkan indikasi kuat peningkatan ketersediaan dan



- diversifikasi pangan lokal di tingkat rumah tangga, serta peningkatan frekuensi konsumsi sayuran dan buah-buahan yang diproduksi sendiri. Ini berkontribusi langsung pada upaya perbaikan gizi keluarga di komunitas nelayan.
4. Penguatan Kapasitas Komunitas: Terbentuknya kelompok swadaya ibu-ibu merupakan keberhasilan signifikan yang mengindikasikan adanya penguatan kapasitas internal komunitas. Kelompok ini berpotensi menjadi motor penggerak keberlanjutan inisiatif, memfasilitasi pertukaran pengetahuan, dan menguatkan ikatan sosial antaranggota.
 5. Relevansi dan Urgensi Program: Program ini sangat relevan dan mendesak dalam konteks pemukiman nelayan yang rentan terhadap masalah gizi dan keterbatasan sumber daya. Pendekatan holistik yang menggabungkan aspek gizi dan pertanian perkotaan terbukti dapat mengatasi tantangan ganda secara simultan.

Untuk mengoptimalkan dampak program dan memastikan keberlanjutannya, berikut adalah beberapa saran yang dapat dipertimbangkan:

1. Penguatan Kelompok Swadaya:
 - a. Penyediaan Fasilitator Internal: Mendorong dan melatih beberapa anggota kelompok yang paling aktif untuk menjadi fasilitator internal atau "champion" yang dapat terus membimbing anggota lain.
 - b. Akses ke Sumber Daya: Memfasilitasi akses kelompok ke sumber daya tambahan, seperti bibit varietas unggul, pupuk organik, atau informasi tentang teknik bertanam yang lebih maju.
 - c. Pengembangan Inisiatif Mandiri: Mendorong kelompok untuk mengembangkan inisiatif mandiri, seperti bank bibit komunitas, kegiatan penjualan surplus hasil panen, atau pelatihan antar-anggota.
2. Pengembangan Diversifikasi Tanaman:
 - a. Eksplorasi Tanaman Berbasis Lokal: Memperkenalkan varietas tanaman pangan lokal yang kaya gizi dan cocok dengan kondisi iklim pesisir, termasuk tanaman obat keluarga (TOGA).
 - b. Teknik Budidaya Spesifik: Memberikan pelatihan lanjutan tentang budidaya beberapa jenis sayuran atau buah-buahan yang memiliki nilai gizi tinggi dan cocok untuk skala rumah tangga.
3. Integrasi dengan Program Lain:
 - a. Kolaborasi Lintas Sektor: Mengintegrasikan program pemanfaatan lahan sempit ini dengan program kesehatan masyarakat (misalnya, posyandu), pendidikan (misalnya, sekolah), atau ekonomi lokal (misalnya, UMKM), untuk menciptakan dampak yang lebih luas dan berkelanjutan.
 - b. Dukungan Kebijakan Desa: Mendorong pemerintah desa untuk memasukkan program ini ke dalam rencana pembangunan desa dan mengalokasikan sumber daya yang memadai.
4. Studi Lanjut dan Dokumentasi Berkelanjutan:
 - a. Evaluasi Dampak Gizi: Melakukan studi evaluasi dampak yang lebih mendalam, termasuk survei konsumsi pangan kuantitatif dan pengukuran antropometri, untuk mengukur perubahan status gizi secara objektif.



- b. Dokumentasi Best Practice: Mendokumentasikan praktik terbaik dan kisah sukses dari ibu-ibu peserta untuk dibagikan kepada komunitas lain atau sebagai bahan advokasi.
5. Pemanfaatan Teknologi Sederhana:
 - a. Informasi Digital: Mengembangkan materi edukasi dalam bentuk video pendek atau infografis yang dapat diakses melalui ponsel pintar untuk mempermudah penyebaran informasi.

Dengan menerapkan saran-saran ini, diharapkan program edukasi dan pemberdayaan ibu ini dapat terus berkembang, memberikan manfaat yang lebih besar, dan menjadi model keberlanjutan untuk peningkatan gizi keluarga di komunitas pesisir lainnya.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Pedoman Umum Gizi Seimbang*. Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022*. Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat.
- Maryani, E., & Suryati, I. (2021). Pemberdayaan Masyarakat Melalui Budidaya Sayuran dengan Metode Vertikultur di Lahan Sempit. *Jurnal Abdimas Mandiri*, 5(2), 112-120.
- Nugraha, P. (2019). *Urban Farming: Bertanam Sayuran di Lahan Sempit*. Penebar Swadaya.
- Pratiwi, H., Lestari, S., & Suryadi, A. (2022). Peran Ibu dalam Peningkatan Gizi Keluarga Melalui Pemanfaatan Pekarangan Rumah. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(2), 154-162.
- Rahardjo, M. (2018). *Gizi dan Kesehatan Keluarga*. Graha Ilmu.
- Setiawati, V., & Handayani, T. (2020). Edukasi Gizi Seimbang dan Diversifikasi Pangan untuk Pencegahan Stunting pada Balita. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional*, 15(3), 201-209.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- World Health Organization. (2021). *The Global Nutrition Report 2021: The State of Global Nutrition*. WHO.
- Badan Pusat Statistik. (2023). *Statistik Indonesia 2023*. BPS.
- Setiawan, D., & Pratiwi, H. (2023). Peran Ibu dalam Peningkatan Gizi Keluarga di Wilayah Pesisir. *Jurnal Ilmu Gizi Masyarakat*, 12(1), 45-58.
- Badan Pusat Statistik Aceh Utara. (2024). *Profil Daerah Kabupaten Aceh Utara Tahun 2023*. Lhokseumawe: BPS Aceh Utara.
- Sari, M. (2024, 15 April). *Teknik Vertikultur untuk Lahan Sempit*. Diambil dari www.pertanianku.com/vertikultur-lahan-sempit.
- Food and Agriculture Organization. (2022, 10 Maret). *Urban Gardening for Food Security*. Diambil dari www.fao.org/urbangardening.