

## **Budidaya Sayuran Organik dan Pemanfaatannya Untuk Kesehatan**

**Oleh: Suhartini, IGP. Suryadarm, Yuliati, Tien Aminatun dan Tutik Rahayu**

### **ABSTRAK**

Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan dan ketrampilan teknik budidaya sayuran secara organik, memberikan ketrampilan untuk mengelola bahan pangan sayuran sesuai konsep keamanan pangan, memberikan pemahaman tentang penyakit-penyakit akibat kekurangan vitamin dan mineral beserta pencegahannya pada siswa SMP dan pendamping di SALAM. Kegiatan ini dilaksanakan di Sekolah Sanggar Anak Alam, dengan kelompok sasaran guru dan pendamping siswa-siswi SMP di SALAM dengan jumlah peserta sebanyak 40 orang, 5 dari dosen pengabdian dan 3 mahasiswa. Adapun pelaksanaan kegiatan ini melalui ceramah, demonstrasi, diskusi dan praktek individu. Ceramah, demonstrasi, diskusi, dan tanya jawab tentang permasalahan yang berkaitan dengan pengetahuan dan ketrampilan teknik budidaya sayuran organik, pengetahuan dan ketrampilan mengelola bahan pangan sayuran sesuai konsep keamanan pangan dan pengetahuan serta pemahaman tentang penyakit-penyakit akibat kekurangan vitamin dan mineral beserta pencegahannya. Adapun praktek individu yang dilakukan menanam sayuran sawi dan cabe rawit di pot dan hasilnya ditinggal di sekolah, dan sebagian dibawa pulang ke rumahnya masing-masing. Hasil panen sayuran dipakai untuk memasak dan dimakan bersama untuk seluruh siswa yang ada di SALAM. Hasil dari kegiatan menunjukkan bahwa siswa-siswi SMP senang melakukan budidaya sayuran organik dengan rajin menyiram dan memeliharanya yaitu mengambil hama yang ada di tanaman sehingga tanaman dapat tumbuh subur. Di samping itu juga dapat dijadikan kegiatan praktek siswa, produknya dapat digunakan untuk memasak di Sekolah Sanggar Anak Alam sendiri selanjutnya dilakukan penanaman kembali. Hasil panen berikutnya bisa dimasak kembali atau dijual. Melalui tanam sayuran organik sendiri siswa-siswi dapat memperoleh sayuran yang aman dan sehat serta terbebas dari obat-obatan.

Kata Kunci: *Pelatihan, Sayuran organik, keamanan pangan, kesehatan, SALAM*