



## Penerapan Konsep Pekarangan Pangan Bergizi dalam Menunjang Kebutuhan Gizi Masyarakat di Lembang Ke'pe' Tinoring Kecamatan Mengkendek Kabupaten Tana Toraja Sulawesi Selatan

Maria Octaviane<sup>1\*</sup>, Syamsul Rahman<sup>1</sup>, Helda Ibrahim<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Universitas Islam Makassar, Makassar, Indonesia

\*Corresponding Author's e-mail: maria.vhivien@gmail.com

### Article History:

Received: December 12, 2025

Revised: January 28, 2026

Accepted: January 30, 2026

### Keywords:

nutritious home garden, food security, community empowerment

**Abstract:** *Indonesia prioritizes the development of food security as a foundation for other sectors. Food security and the fulfillment of community nutrition are among the main indicators of human resource development. Indonesia still faces various nutritional problems, such as low consumption of vegetables and fruits, inadequate intake of micronutrients, and high prevalence of stunting and anemia in several regions. The success of utilizing home gardens cannot be separated from various factors, such as access to superior seeds and seedlings, cultivation knowledge, water availability, and the level of participation of family members (Sulistyawati et al., 2020). This study aims to describe the implementation of nutritious food home gardens by the community in Lembang Ke'pe' Tinoring, to analyze the application of the nutritious food home garden concept in supporting the nutritional needs of the community in Lembang Ke'pe' Tinoring, Mengkendek District, Tana Toraja Regency, and to identify factors influencing the success of implementing nutritious food home gardens, as well as to identify constraints and solutions in their implementation. The research approach uses a quantitative descriptive method, with a population of 70 members of farmer groups receiving the P2B program, and sampling conducted through purposive sampling. The variables studied include the implementation of the P2B concept and the fulfillment of community nutritional needs, with indicators consisting of yard area, group activeness, consumption of garden produce, and reduction in food expenditure. The results show that the utilization of nutritious food home gardens contributes fairly well to family nutrition and economic aspects, as indicated by an increase in family income through P2B categorized as good, fairly good family nutrition understanding, and adequate fulfillment of nutrition through P2B.*

Copyright © 2026, The Author(s).  
This is an open access article under the CC-BY-SA license



**How to cite:** Octaviane, M., Rahman, S., & Ibrahim, H. (2026). Penerapan Konsep Pekarangan Pangan Bergizi dalam Menunjang Kebutuhan Gizi Masyarakat di Lembang Ke'pe' Tinoring Kecamatan Mengkendek Kabupaten Tana Toraja Sulawesi Selatan. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, 5(1), 898–901. <https://doi.org/10.55681/sentri.v5i1.5327>

## PENDAHULUAN

Pekarangan merupakan lahan yang berada di sekitar rumah dan dapat dimanfaatkan untuk memproduksi berbagai jenis tanaman pangan, sayuran, buah, bumbu, tanaman obat, maupun ternak kecil. Melalui konsep Pekarangan Pangan Bergizi, masyarakat didorong untuk mengembangkan sumber pangan yang dapat memenuhi kebutuhan zat gizi keluarga, meningkatkan ketersediaan pangan harian, serta menekan pengeluaran rumah tangga. pemanfaatan pekarangan untuk budidaya sayuran dapat berkontribusi pada upaya penurunan stunting dan peningkatan gizi keluarga. Sebuah studi kasus di Kabupaten Mandailing (2023) menyimpulkan bahwa pekarangan produktif

membantu menyediakan sumber sayuran bergizi bagi rumah tangga, mendukung diversifikasi pangan dan membantu memenuhi kebutuhan gizi anak balita (Ritonga,2023)

Lembang Ke'pe' Tinoring di Kecamatan Mengkendek, Kabupaten Tana Toraja, merupakan wilayah yang memiliki karakteristik geografis dan sosial budaya yang unik. Masyarakat di wilayah ini pada umumnya memiliki pekarangan rumah, namun pemanfaatannya masih belum optimal dalam pemenuhan kebutuhan gizi keluarga. Sebagian pekarangan dimanfaatkan hanya sebagai halaman kosong, tanaman hias, atau tanaman dalam jumlah terbatas. Padahal, potensi pekarangan untuk dikembangkan menjadi sumber pangan keluarga sangat besar, terutama untuk menanam sayuran lokal, tanaman umbi, buah-buahan, serta beternak mikro seperti ayam kampung atau ikan air tawar. Pemanfaatan pekarangan secara intensif dan berkelanjutan dapat memberikan kontribusi nyata terhadap ketersediaan pangan rumah tangga sekaligus mendukung pencapaian gizi seimbang.

Ke'pe' Tinoring adalah salah satu lembang (desa/kelurahan) di Kecamatan Mengkendek, Kabupaten Tana Toraja. Secara geografis, Kecamatan Mengkendek berada pada ketinggian sekitar 700-1.200 meter di atas permukaan laut (mdpl). Bentuk bentang alam di Mengkendek sebagian besar bergelombang: bukit, lembah, dan gunung. (BPS Tana Toraja, 2023). Elevasi terendah Kecamatan Mengkendek berada di Lembang Ke'pe' Tinoring yaitu sekitar 700 meter dpl dan berjarak 15 km dari ibu kota Kabupaten Tana Toraja.

## LANDASAN TEORI

Ketahanan pangan keluarga (household food security) tetap menjadi isu penting di Indonesia, terutama dalam konteks sosial-ekonomi dan dampak pandemi. Studi sosial-ekonomi modern berfokus pada faktor-faktor determinan pada tingkat rumah tangga, termasuk pendidikan, demografi, sanitasi, dan penghasilan kepala rumah tangga. Devi, Andari, dan Wihastuti (2020) menggunakan data IFLS5 untuk menganalisis faktor-faktor sosial-ekonomi yang memengaruhi status ketahanan pangan rumah tangga.

Gizi seimbang adalah prinsip konsumsi pangan harian yang memenuhi berbagai zat gizi (makro dan mikro) sesuai kebutuhan tubuh agar fungsi fisiologis optimal dan risiko penyakit dapat ditekan. Pengetahuan tentang gizi seimbang berperan penting dalam pembentukan pola makan sehat. Dalam sebuah studi di remaja MTs Muhammadiyah Penyasawan, diketahui bahwa pengetahuan gizi seimbang berkorelasi signifikan dengan asupan makronutrien (energi, protein, karbohidrat), dan pengetahuan rendah dapat meningkatkan risiko gizi kurang.

Kebutuhan makro dan mikro sangat dipengaruhi oleh tahap kehidupan (usia, pertumbuhan, aktivitas). Herawati (2020-an) menjelaskan bahwa anak, remaja, dewasa, dan lansia memiliki profil kebutuhan gizi yang berbeda berdasarkan pertumbuhan dan fungsi tubuh. Dalam teori ini, mikronutrien seperti zat besi, kalsium, vitamin D, dan vitamin A sangat penting di fase-fase tertentu (misalnya masa pertumbuhan) karena fungsinya spesifik (pertumbuhan tulang, pembentukan sel darah, dsb).

Sari & Irawati (2020), kegiatan P2L dilaksanakan untuk memperluas pemanfaatan pekarangan dan penerima manfaat yang sejalan dengan program pemerintah dalam menangani daerah prioritas intervensi stunting dan atau penanganan daerah rawan pangan atau pemantapan daerah tahan pangan. Tujuan Program P2L adalah untuk meningkatkan ketersediaan, aksesibilitas dan pemanfaatan pangan rumah tangga yang sesuai dengan kebutuhan akan makanan yang beragam, bergizi dan aman. Program ini juga diharapkan

dapat meningkatkan pendapatan rumah tangga melalui penyediaan pangan yang berorientasi pada pasar. Program ini ditargetkan untuk menjangkau 1.500 kelompok penerima manfaat pada tahap awal dan 2.100 kelompok pada tahap pengembangan. Upaya mencapai tujuan tersebut, Program P2L dilaksanakan dengan pendekatan pengembangan pertanian berkelanjutan, pemanfaatan sumber daya lokal, pemberdayaan masyarakat dan orientasi pemasaran.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan di Lembang Ke'pe' Tinoring Kecamatan Mengkendek Kabupaten Tana Toraja pada bulan September-Oktober 2025. Jenis penelitian yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif. Teknik pengumpulan data yaitu dengan menggunakan kuesioner dan dokumentasi. Metode pengambilan sampel yang dilakukan adalah sampling purposive dengan jumlah sampel sebanyak 70 orang. Data analisis yang digunakan dalam penerapan konsep pekarangan pangan bergizi dalam menunjang kebutuhan gizi masyarakat di Lembang Ke'pe' Tinoring Kecamatan Mengkendek Kabupaten Tana Toraja adalah dengan skala Likert.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis deskriptif untuk mengetahui distribusi frekuensi dari jawaban responden terhadap hasil kuesioner yang disebarluaskan. Deskripsi data variable penelitian dimaksudkan untuk menggambarkan rata-rata jawaban responden terhadap variabel dan indikator penelitian yang meliputi variabel Faktor Internal; Faktor Eksternal; Program Pekarangan Pangan

Ketahanan pangan keluarga diukur menggunakan dua (2) indikator yaitu Peningkatan Pendapatan Keluarga dan Pemenuhan Gizi Keluarga. Analisis deskriptif pada variabel ketahanan pangan dapat diketahui sebagai berikut:

**Tabel 1.** Instrumen Skala Likers terhadap 70 Responden mengenai Ketahanan Pangan.

No	Indikator	Rata-rata Skor	Nilai Indeks (%)	Kategori
1	Peningkatan Pendapatan	2,80	70,00	Baik
2	Pemenuhan Gizi	2,74	68,39	Baik
	Total	<b>2,77</b>	<b>69,20</b>	<b>Baik</b>

Sumber : Data diolah Peneliti, 2025

Indikator ketahanan pangan keluarga yang pertama adalah peningkatan pendapatan keluarga yang diperlihatkan melalui dua pernyataan yaitu adanya peningkatan pendapatan keluarga melalui P2B memiliki mean sebesar 3,06 yang berarti bahwa adanya peningkatan pendapatan keluarga melalui Program P2B termasuk kategori sangat baik. Pada pernyataan pendapatan yang diterima dapat mencukupi kebutuhan keluarga yang ditanggung memiliki nilai rata-rata sebesar 2,54 termasuk pada kategori cukup memenuhi kebutuhan keluarga.

Indikator ketahanan pangan keluarga yang kedua adalah pemenuhan gizi keluarga yang diperlihatkan melalui dua pernyataan yaitu pernyataan pemahaman anggota kelompok tani mengenai gizi keluarga memiliki mean sebesar 2,76 yang berarti rata-rata anggota kelompok tani cukup memahami tentang gizi keluarg. Pada pernyataan tingkat

terpenuhinya gizi keluarga melalui P2B dengan peningkatan ketersediaan, menanam sayuran, konsumsi sayuran dan memberikan edukasi kepada ketahanan pangan keluarga tentang pentingnya sayuran dimana memiliki nilai mean sebesar 2,71 yang berarti bahwa gizi keluarga sudah terpenuhi melalui kegiatan P2B.

## KESIMPULAN

Pemanfaatan pekarangan pangan bergizi berkontribusi cukup baik pada aspek gizi dan ekonomi keluarga, ditunjukkan oleh Peningkatan pendapatan keluarga melalui P2B berada pada kategori baik, pemahaman gizi keluarga cukup baik dan Pemenuhan gizi melalui P2B cukup terpenuhi.

## SARAN

Optimalkan pemanfaatan pekarangan, misalnya dengan kebun gizi, vertical garden, dan tanaman cepat panen agar lebih berkontribusi pada pemenuhan gizi keluarga.

## DAFTAR REFERENSI

1. Ritonga, E. N., Nasution, E. K. I., Siregar, E. S., Harahap, S., & Harahap, Q. H. (2023). *Pemanfaatan Pekarangan untuk Budidaya Sayuran sebagai Penyedia Bahan Pangan Keluarga dalam Mengatasi Stunting di Gunung Tua Lumban Pasir, Kabupaten Mandailing*. AKSEN Jurnal, 3(2), 1–9.
2. Sulistyawati, D., Suwarto, & Setyowati, N. (2020). Faktor-faktor yang mempengaruhi keberhasilan pemanfaatan pekarangan keluarga. *Jurnal Pengembangan Wilayah dan Perdesaan*, 6(2), 125–136.
3. Devi, Laksmi Yustika; Andari, Yuni; Wihastuti, Latri; Haribowo, RY Kun. (2020). Model Sosial-Ekonomi dan Ketahanan Pangan Rumah Tangga di Indonesia. *Jurnal Ekonomi dan Pembangunan*, 28(2), 103–115.
4. Herawati, A. T. (2020). Gizi dalam Siklus Kehidupan. Neliti.
5. Sari, S. D., & Irawati, A. (2020). *Pemberdayaan Masyarakat melalui P2L (Program Pekarangan Pangan Lestari) sebagai Pemenuhan Hak Konstitusional Ketahanan Pangan*. *Jurnal Pemerintahan, Pembangunan Dan Inovasi Daerah*, 2(2), 74–83.