



PENYULUHAN TABULAMPOT BAGI WARGA PERUMAHAN VILLA BOUGENVILLE INDAH JEMBER GUNA PENINGKATAN GIZI KELUARGA

Oleh

Ilham Muhklisin¹ Putri Santika²

^{1,2}Politeknik Negeri Jember

E-mail: ¹ilham.m@polije.ac.id

Article History:

Received: 14-11-2025

Revised: 27-11-2025

Accepted: 17-12-2025

Keywords:

Gizi, Keluarga, Pertanian
Urban

Abstract: Kegiatan penyuluhan tabulampot di Perumahan Villa Bougenville Indah Jember bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kepedulian warga dalam pemenuhan gizi keluarga melalui urban farming. Melalui penyuluhan, demonstrasi praktik, dan diskusi interaktif, warga memperoleh pemahaman mengenai teknik budidaya tanaman buah dalam pot (tabulampot). Respon positif dan antusiasme peserta menunjukkan bahwa kegiatan ini efektif dalam mendorong penerapan tabulampot sebagai upaya peningkatan kemandirian pangan rumah tangga. Kegiatan ini diharapkan menjadi langkah awal pengembangan lingkungan yang hijau, produktif, dan berkelanjutan.

PENDAHULUAN

Kebutuhan gizi keluarga merupakan bagian penting dalam peningkatan kualitas hidup masyarakat. Untuk itu, urban farming menjadi salah satu solusi praktis untuk membantu pemenuhan kebutuhan pangan secara mandiri, khususnya di kawasan perumahan (Muhklisin dan Santika, 2025). Salah satu teknik urban farming yang mudah diterapkan adalah budidaya tanaman buah dalam pot. Tabulampot memiliki banyak manfaat yang penting bagi pemenuhan gizi keluarga. Dengan menanam buah-buahan seperti jeruk, jambu, pepaya mini, atau stroberi dalam pot, keluarga dapat memperoleh sumber vitamin dan mineral yang segar tanpa harus bergantung sepenuhnya pada pasokan dari pasar. Buah yang dipetik langsung dari pekarangan umumnya lebih segar dan kaya nutrisi karena tidak melalui proses penyimpanan atau distribusi yang panjang. Selain itu, tabulampot memungkinkan keluarga menanam varietas buah yang mereka butuhkan untuk menunjang asupan gizi harian, seperti vitamin C, serat, dan antioksidan. Selain manfaat gizi, tabulampot sebagai salah satu penerapan urban farming juga mudah untuk diterapkan meskipun pada lahan terbatas, sehingga cocok untuk keluarga yang tinggal di perkotaan (Alif dkk., 2025; Muhklisin dan Santika, 2023; Muhklisin dan Santika, 2024; Soelaksini dkk., 2025). Jenis pertanian ini pun dapat menggunakan berbagai media tanam seperti tanah, kompos, ataupun jenis lainnya. Aktivitas merawat tanaman pun dapat menjadi sarana edukasi gizi bagi anak-anak, sekaligus mendorong gaya hidup sehat dan cinta lingkungan. Dengan menanam sendiri, keluarga bisa mengurangi biaya belanja buah, memastikan keamanan pangan dari bahan kimia berlebih, serta menikmati kepuasan tersendiri saat memanen hasilnya. Dengan demikian, tabulampot bukan hanya gaya hidup, tetapi juga strategi praktis untuk meningkatkan kualitas gizi keluarga. Namun, masih banyak warga yang belum memahami teknik, manfaat, serta cara perawatan tabulampot. Oleh karena itu, kegiatan penyuluhan ini dilaksanakan untuk

meningkatkan pengetahuan dan kepedulian warga terhadap pemanfaatan tabulampot sebagai sumber pangan keluarga.

METODE

Penyuluhan diselenggarakan menggunakan metode home visit dan demonstrasi. Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan melalui tiga kegiatan yakni penyuluhan mengenai manfaat tabulampot, demo praktik pembuatan dan perawatan tabulampot, serta diskusi interaktif untuk menjawab pertanyaan serta berbagi pengalaman antar warga.

HASIL

Warga Perumahan Villa Bougenville Indah memberikan respon yang sangat positif terhadap kegiatan ini. Antusiasme peserta terlihat dari banyaknya pertanyaan serta minat untuk mencoba menanam tabulampot di halaman rumah masing-masing. Beberapa warga langsung mempraktikkan teknik yang diberikan menggunakan media tanam yang telah disediakan. Kegiatan ini dinilai bermanfaat dan membuka wawasan baru mengenai pentingnya urban farming sebagai bagian dari pemenuhan gizi keluarga.



Gambar 1. Warga menerima paket tabulampot pada rangkaian kegiatan penyuluhan

DISKUSI

Dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian, antusiasme warga terhadap tabulampot cukup tinggi karena dianggap sebagai solusi praktis untuk menghadirkan sumber pangan bergizi di lingkungan rumah. Namun, hasil diskusi menunjukkan bahwa warga juga menghadapi beberapa kendala yang menghambat optimalisasi budidaya ini. Salah satu tantangan utama adalah waktu yang relatif lama untuk menikmati hasil panen, terutama bagi tanaman buah yang membutuhkan fase pertumbuhan cukup panjang sebelum berproduksi. Hal ini membuat sebagian warga merasa kurang sabar atau menganggap usaha perawatan tidak sebanding dengan kecepatan hasil yang diperoleh. Selain itu, keterbatasan pengetahuan mengenai pemeliharaan, pemupukan, dan pemilihan varietas juga menjadi faktor yang memengaruhi keberhasilan tabulampot di tingkat rumah tangga.

Kendala lain yang sering muncul adalah minimnya area terbuka di lingkungan



permukiman, terutama pada daerah padat penduduk. Banyak rumah hanya memiliki ruang sempit atau bahkan tidak memiliki halaman sama sekali, sehingga penempatan pot menjadi masalah tersendiri. Beberapa warga juga mengkhawatirkan potensi gangguan seperti serangan hama atau keharusan menyiram secara rutin, yang dianggap menambah beban aktivitas harian. Meski demikian, diskusi menunjukkan bahwa dengan pendekatan kreatif seperti penggunaan pot vertikal, tanaman gantung, atau memanfaatkan area balkon, sebagian hambatan tersebut dapat diminimalkan. Temuan ini menjadi dasar penting bagi tim pengabdian untuk menyusun strategi pendampingan yang lebih adaptif terhadap kondisi nyata masyarakat.

KESIMPULAN

Penyuluhan tabulampot berhasil meningkatkan pengetahuan dan kesadaran warga mengenai praktik urban farming. Dengan tingginya antusiasme warga, diharapkan kegiatan serupa dapat dilakukan secara berkelanjutan guna memperkuat kemandirian pangan rumah tangga serta menciptakan lingkungan perumahan yang lebih hijau dan sehat.

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Terimakasih kepada warga perumahan Villa Bougenville Indah Antirogo Jember dan Politeknik Negeri Jember untuk dukungan dan aspirasinya.

DAFTAR REFERENSI

- [1] Alif, Trisnani, Liliek D. Soelaksini, Tirto W. Widodo, Ilham Muhklisin, Dewi P. Arisandi, and Triono B. Irawan. "Inovasi Urban Farming Secara Wall gardening Sebagai Upaya Peningkatan Ketahanan Pangan". *Agrimas: Jurnal Pengabdian Masyarakat Bidang Pertanian* Vol. 4, No. 1 (April 2025): 20-24
- [2] Muhklisin, Ilham, and Putri Santika. "Demo Pembuatan Compost Bin Sederhana Kepada Warga Desa Antirogo Jember Guna Alternatif Penanganan Sampah Organik". *J-Abdi Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* Vol 3, No. 4 (September 2023): 747-750.
- [3] Muhklisin, Ilham, and Putri Santika. "Penyuluhan Sistem Hugelkultur Guna Pengefisiensian Input Pertanian Bagi Komunitas Urban Farming Antirogo Jember". *Jurnal Jurnal Pengabdian Mandiri* Vol.3, No.7 (Juli 2024): 677-680.
- [4] Muhklisin, Ilham, and Putri Santika. "penyuluhan microgreen bagi warga perumahan villa bougenville indah Antirogo jember guna peningkatan ketahanan pangan keluarga". *J-Abdi Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* Vol.5, No.2 (Juli 2025): 369-371.
- [5] Soelaksini, L. Dwi, Trisnani Alif, Tirto W. Widodo, Ilham Muhklisin, Dewi P. Arisandi, and Nurfadila. "Wall Gardening Sebagai Strategi Pemberdayaan Masyarakat Perkotaan Melalui Konsep Urban Farming". *Sejagat : Jurnal Pengabdian Masyarakat* Vol. 1, No. 3 (Februari 2025): 128-132.



HALAMAN INI SENGAJA DIKOSONGKAN