PEMENUHAN GIZI KELUARGA MELALUI PEKARANGAN

RUMAH KAMBERA

PEKARANGAN BELAKANG

Rumah Kambera

Kebun Rumah Kambera terletak di pekarangan belakang Rumah Kambera dengan luasan kurang lebih 20x10 meter dengan kelerengan yang tidak rata. Bentangan lahan ini akan dimanfaatkan untuk membuat kebun skala kecil atau skala rumahan yang akan ditanam dengan sayur-sayuran untuk dapat memenuhi kebutuhan sendiri. Namun dengan demikian dapat juga dikembangkan di rumah-rumah sekitar Rumah Kambera untuk dapat dijadikan percontohan. Tujuan lain dari kegiatan berkebun ini adalah mengaktifkan lahan-lahan pekarangan yang kosong untuk lebih produktif, yakni dapat memenuhi kebutuhan gizi keluarga atau pada skala rumah tangga. Kebun Rumah Kambera ini diharapkan dapat juga menjadi kegiatan bersama pada relawan atau muda-mudi di sekitar Rumah Kambera untuk belajar berkebun.

Dalam proses persiapan kegiatan berkebun ini diperlukan pengolahan lahan, yakni diantaranya:

- Persiapan lahan
  - Pembersihan lahan
  - Pembuatan bedeng-bedeng
  - Penimbunan lahan dengan tanah kompos
  - Penyungkupan tanah
- Pembibitan
  - Pembuatan rumah bibit
  - Pembuatan polybag bibit
  - Pengisian polybag bibit
  - Penyemaian bibit
  - Perawatan bibit
- Penanaman sayuran di tanah bedeng
- Pemindahan tanaman dari polybag ke bedeng
- Perawatan
  - Penyiraman
  - Pemupukan
  - Penyiangan
- Pembuatan ajir tanaman (bagi tanaman yang memerlukan)
  - Kacang panjang
  - Buncis
  - Pare
- Pembuatan pagar bamboo di sekeliling lahan tanaman dengan tinggi 80 cm

PERALATAN BERKEBUN

Beberapa peralatan dan perlengkapan yang dibutuhkan dalam kegiatan berkebun diantaranya:

- Sabit
- Cangkul
- Golok
- Gunting tanaman
- Skop tanaman
- Tray bibit (tray telur)
- Polybag
- Pupuk organic
- Selang siram (lengkap dengan kepala selang)
- Plastik mulsa
- Bambu untuk rumah bibit
- Bambu untuk ajir tanaman
- Bambu untuk pagar tanaman
- Kawat untuk bamboo ajir
- Tanah kompos
- Tanah sekam bakar
- Bibit tanaman
- Paranet

BIBIT YANG DISEDIAKAN

Beberapa jenis benih sayuran dan buah sayur yang dibeli untuk disemai dan ditanam di kebun organik Rumah Kambera diantaranya:

- Benih sawi
- Kangkung
- Bayam
- Kemangi
- Daun bawang (leek)
- Seledri
- Cabe rawit
- Cabe besar
- Tomat
- Timun
- Pare
- Terong bulat
- Terong Black Beauty
- Buncis
- Kacang Panjang
- Bunga Telang
- Gemitir
- Bunga Kapas
- Kale Curly

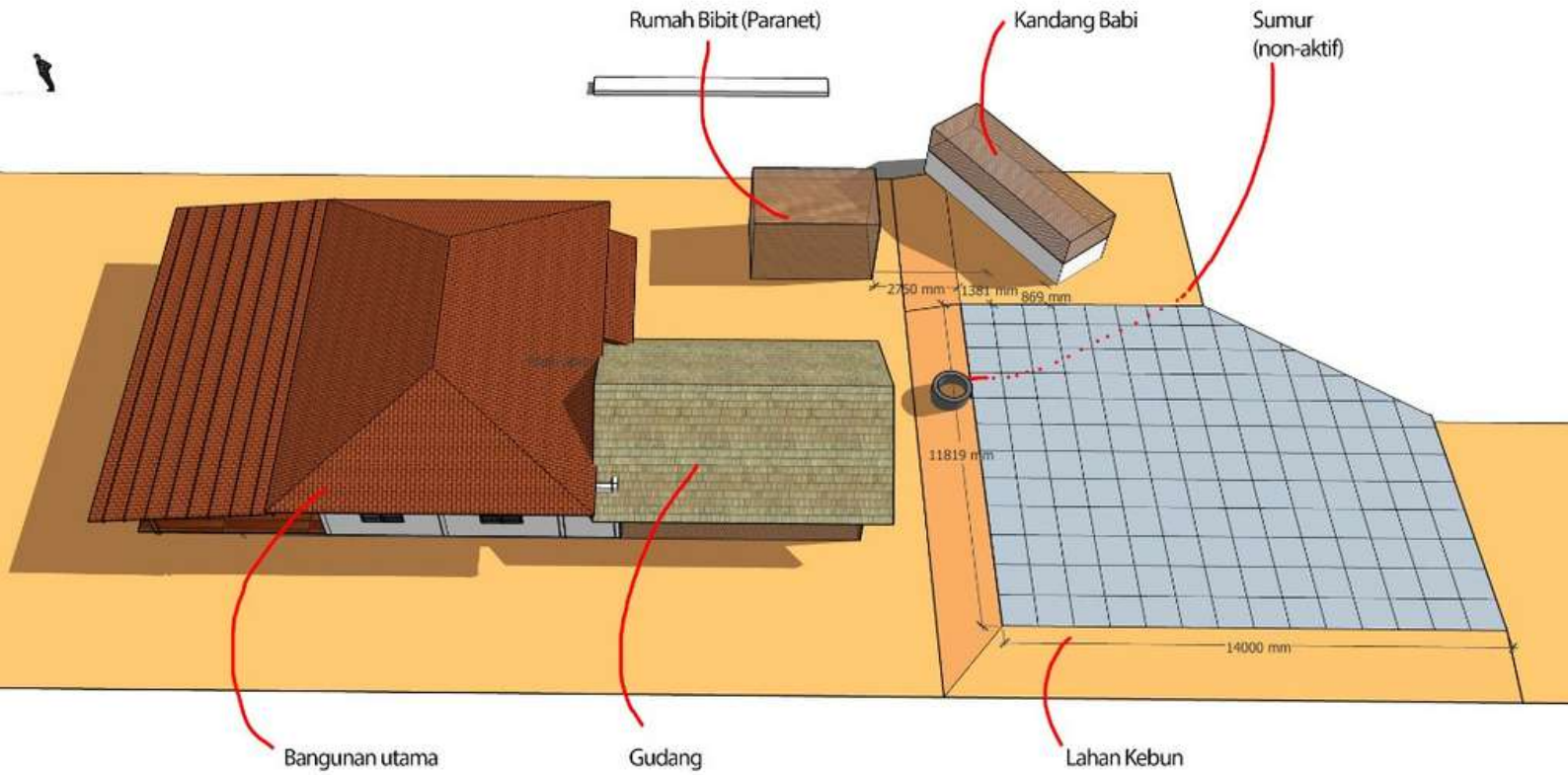
PANDUAN LANGKAH KEGIATAN BERKEBUN

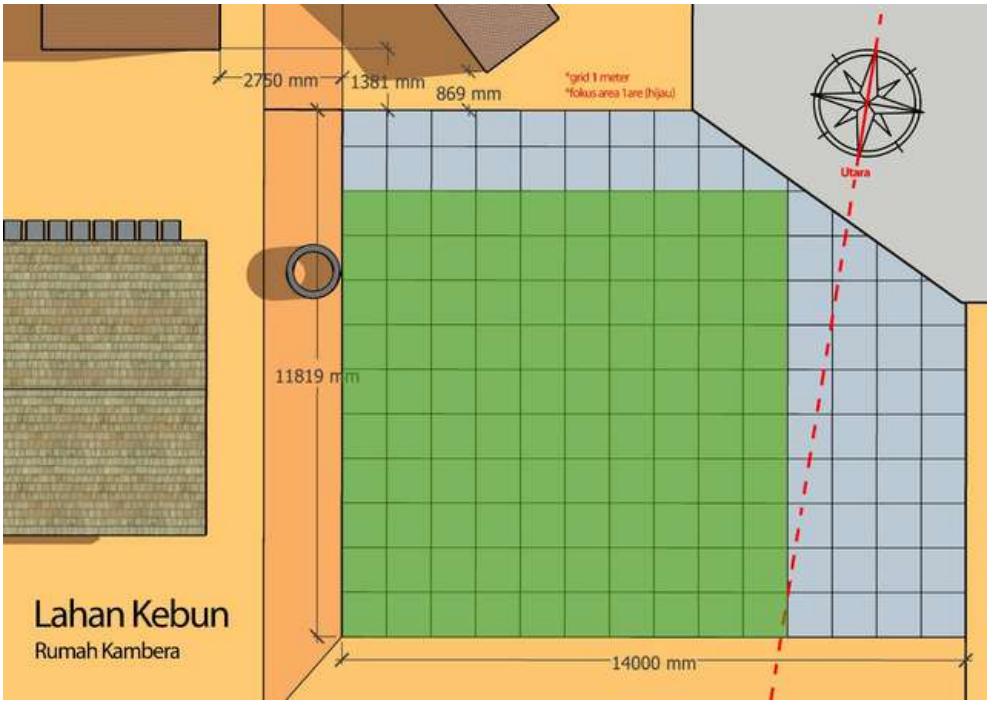
Langkah	Implementasi	Perkiraan Waktu
Pengolahan Lahan	Pemberian Pupuk Kandang 15 sak Pemberian Dolomit/Kapur maksimal 2 sak	1-3 Hari
Penyemaian	Pemberian Pupuk NPK Persiapan media tanam, opsi 1 membeli media tanam dengan komposisi yang sudah lengkap atau membuat sendiri dengan perbandingan 1:1:1 (tanah, sekam dan pupuk kandang) Adanya alat hygrometer untuk pengecekan suhu dan kelembaban dalam ruang penyemaian untuk pemeliharaan bibit yang lebih intensif	21 Hari
Penanaman	Penanaman dilakukan sesuai dengan jarak tanam tiap tanaman Penyiraman	1 Hari
Pemeliharaan	Pemberian pupuk awal Penyiraman Pembersihan Gulma Pemberian Pupuk Pemberian pestisida baik hayati maupun kimia	1 Kali jika selesai dalam sehari 1 Kali Setiap Hari 2 Kali Seminggu 1 Kali Seminggu
Pemanenan	Pemanenan dilakukan baik dengan dua cara yaitu panen cabut dan panen bertahap yang dilakukan pada tanaman cabai, timun, tomat dan terong	1 Kali Seminggu

PEMBUATAN RUMAH BIBIT

Rumah bibit ini dibangun dengan memanfaatkan bangunan kandang ayam yang sudah tidak terpakai. Dengan memperbaiki struktur kayu utama, kemudian melepas dinding bambu yang sudah lapuk dan dilanjutkan dengan menutup seluruh permukaan bangunan dengan menggunakan paranet 60%.

Untuk memudahkan proses pembibitan juga dibuatkan rak-rak bambu dua tingkat sebanyak 3 set, dengan ukuran 2,5 x 5 meter. Satu rak bambu ini dapat menampung 10 tray bibit.





PERSIAPAN LAHAN

Lahan sebelum dibersihkan, banyak ditumbuhi oleh tanaman liar. Terdapat beberapa jenis tanaman pohon yang sebelumnya sudah tumbuh dengan ketinggian kurang lebih 3 meter, diantaranya pepaya, mahoni, kelor dan belimbing serta pohon mimba.

Lahan setelah dibersihkan, pada gambar nampak tanah sangat kering dan kurang baik. Menurut pemilik lahan sebelumnya, lahan ini adalah tempat untuk membuang kotoran ternak ayam, sehingga dipastikan bahwa tanah disini memiliki kualitas yang baik untuk kegiatan bercocok tanam, namun perlu ditambahkan campuran kompos dari daun asam untuk dapat lebih maksimal.

PANDUAN PENYEMAIAN BIBIT

Jenis Benih	Usia Semai
Sawi	14 hari
Kangkung	Sowing
Bayam	Sowing
Kale Green Curly	19 hari
Cabai Rawit	21 hari
Cabai Besar	21 hari
Tomat	21 hari
Timun	14 hari
Pare	21 hari
Terong Bulat	21 hari
Terong Black Beauty	21 hari
Buncis	Sowing
Kacang Panjang	Sowing
Bunga Telang	21 hari
Bunga Gumitir	21 hari
Bunga Kapas	21 hari
Daun Bawang	Seedling
Seledri	21 hari
Kemangi	21 hari

Beberapa jenis benih yang disemai lebih awal karena memiliki usia semai lebih lama, diantaranya:

1. Terong hitam
2. Tomat
3. Cabai kecil
4. Cabai besar
5. Kale
6. Seledri

Dihari ketujuh, rata-rata tinggi benih yang sudah tumbuh adalah 5 cm. Perlakuan yang diberikan kepada benih yang disemai adalah penyiraman dipagi dan sore hari.

Berdasarkan hasil penilaian team Cocoon, benih yang tumbuh kurang mendapatkan sinar matahari, karena nampak bibit-bibit tersebut etiolasi atau pertumbuhan tidak normal dimana tanaman tumbuh di tempat gelap tanpa adanya sinar Matahari.

BENIH YANG TELAH MENJADI BIBIT

Jenis Benih	Jumlah
1. Tomat	72 Tanaman
2. Kale	60 Tanaman
3. Cabai Besar	12 Tanaman
4. Seledri	5 Tanaman
5. Buncis	-
6. Bayam	-

BENIH YANG TELAH DISEMAIKAN

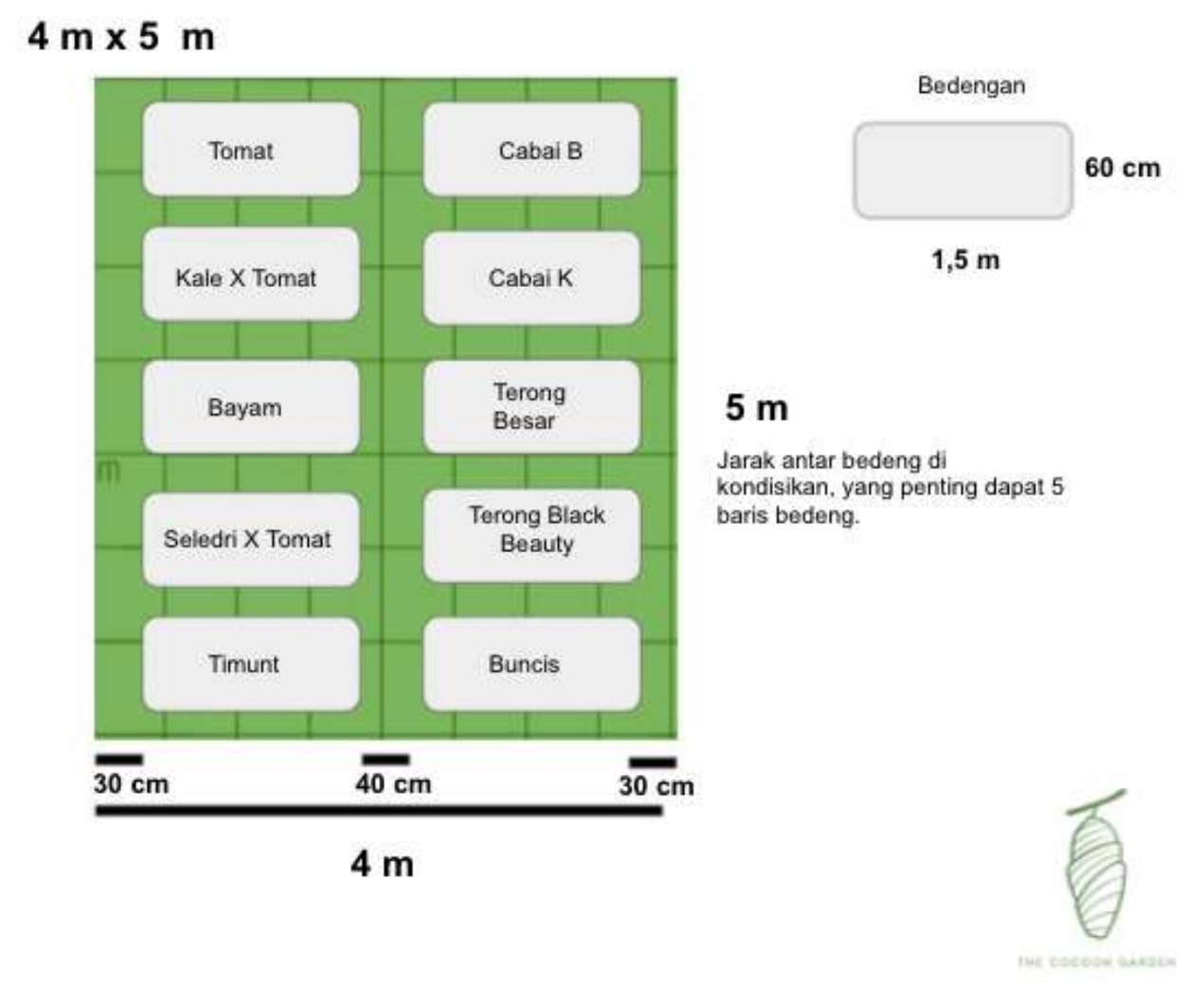
1. Terong Bulat : 100 Tanaman
2. Bunga Telang : 10 Tanaman
3. Bunga Kapas : 15 Tanaman

PENANAMAN

Untuk langkah selanjutnya adalah penanaman, dari benih yang sudah disemai menjadi tanaman muda yang siap di tanam di lahan dengan jarak tertentu. Berikut adalah jarak taman yang disarankan untuk setiap jenis tanaman sayur-sayuran agar dapat tumbuh secara maksimal:

Jenis Benih	Jarak Tanam
Sawi	20 x 20
Kangkung	Sowing
Bayam	Sowing
Kale Green Curly	20 x 20
Cabai Rawit	50 x 50
Cabai Besar	50 x 50
Tomat	50 x 50
Timun	30 x 30
Pare	
Terong Bulat	30 x 40
Terong Black Beauty	30 x 40
Buncis	30 x 40
Kacang Panjang	30 x 40
Bunga Telang	
Bunga Gumitir	40 x 40
Bunga Kapas	40 x 40
Daun Bawang	20 x 20
Seledri	20 x 20
Kemangi	20 x 20

Dari lahan yang sudah siap tanam, tersedia 10 bedengan yang didalamnya akan ditanam kurang lebih 10 tanaman (buah).



Saat bedeng sudah siap, bibit sudah siap, kemudian proses berikutnya adalah pemindahan bibit ke lahan dengan jarak tanam yang disesuaikan.

PERKEMBANGAN TANAMAN

Pada bulan kedua, beberapa tanaman sayur yang memiliki buah mulai berbuah, seperti tomat, paria, cabai. Untuk beberapa tanaman lain juga sudah mulai dapat dipanen, seperti selada air dan seledri.

Perawatan juga terus dilakukan, penyiraman dilakukan setiap hari, menyiangi tanaman-tanaman liar yang tumbuh di sekitar tanaman utaman, pengikatan tanaman-tanaman yang menjulur hingga pencangkulan kembali tanah-tanah yang sudah mulai mengeras. Sedangkan pemupukan sendiri tidak dilakukan karena tanah yang digunakan untuk menanam adalah tanah kompos asam yang sudah cukup mengandung banyak mineral. Untuk perkembangan berikutnya akan di pupuk dengan NPK mutiara, setiap sebulan sekali.

PANEN BERKALA

Panen pada skala kecil ini dimungkinkan dapat berjalan dalam waktu yang lebih lama, namun dapat memenuhi kebutuhan pada skala rumah tangga.

Kebutuhan gizi keluarga dapat dihadirkan dari pekarangan rumah kita sendiri, lebih sehat, lebih segar dan lebih murah.

DEKI, PETANI MUDA LAMBANAPU

Menu Makan Siang Sehat

DISIAPKAN OLEH KAWAN AYU DAN MAMA DESMIANTI

Menu makan siang kali ini dengan menggunakan sayuran yang dipanen dari pekarangan rumah kambera, diantaranya Slada, Tomat, Timun, Cabai merah besar sebagai salad sayur segar dengan menambahkan kabohidrat dari ubi ungu dan labu yang dapat dibeli di pasar dan ditambahkan protein hewani dari ikan segar yang digoreng.

TERUNG

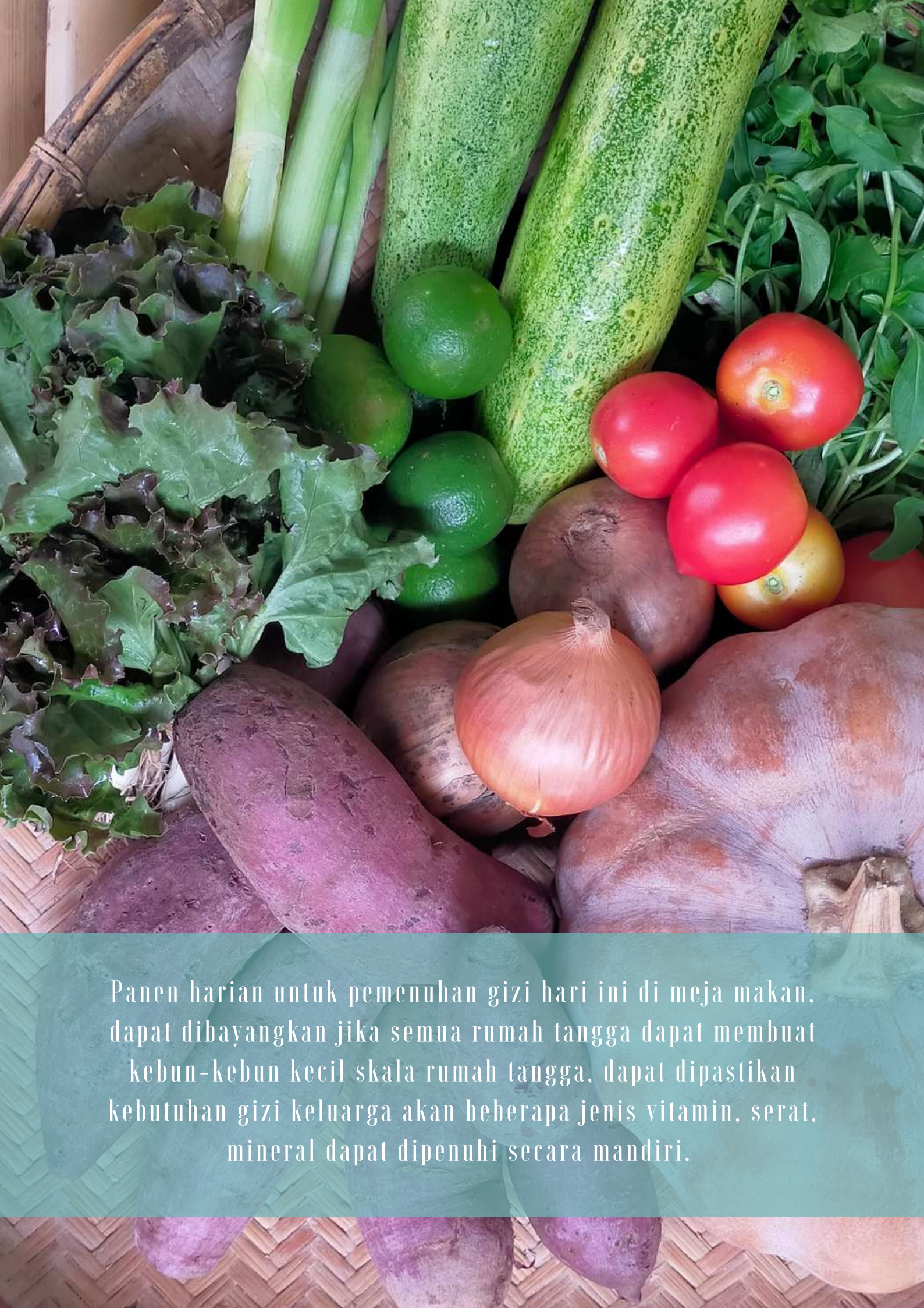
TOMAT

CABAI

SELEDRI

SELADA

PARIA

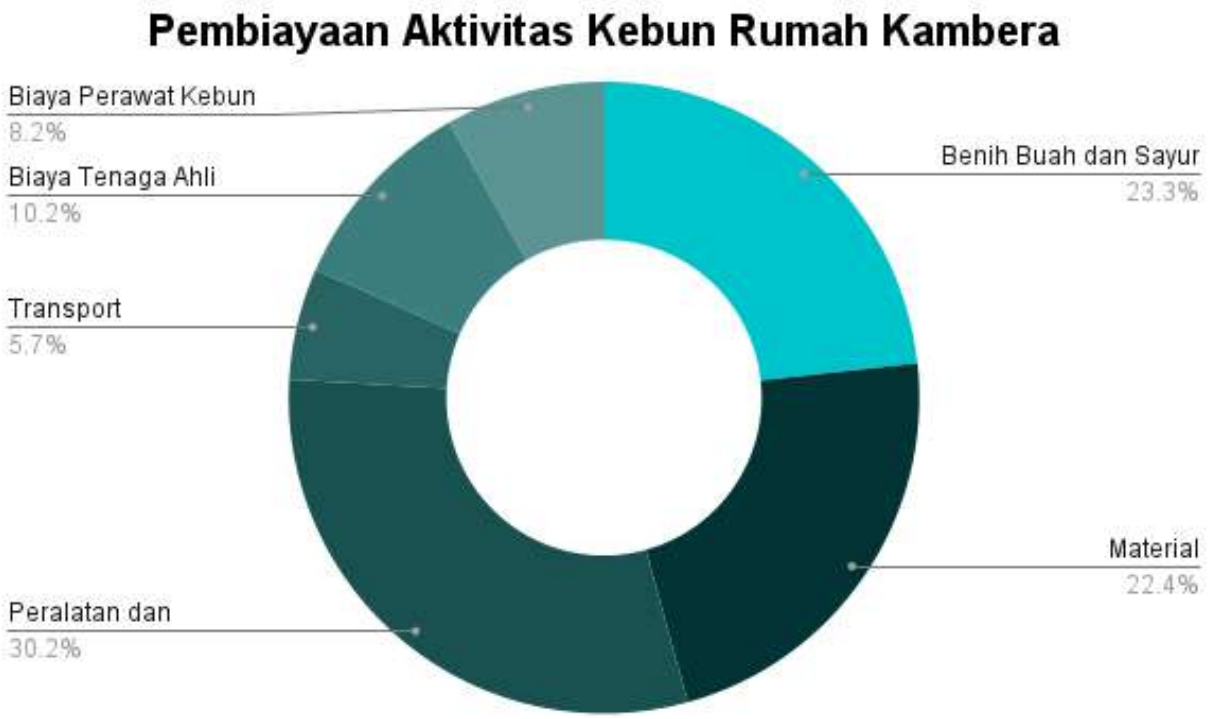


Panen harian untuk pemenuhan gizi hari ini di meja makan, dapat dibayangkan jika semua rumah tangga dapat membuat kebun-kebun kecil skala rumah tangga, dapat dipastikan kebutuhan gizi keluarga akan beberapa jenis vitamin, serat, mineral dapat dipenuhi secara mandiri.

LAPORAN PEMBIAYAAN

Secara keseluruhan, pembiayaan kegiatan kebun Rumah Kambera masuk kedalam Rencana Anggaran Biaya Rumah Kambera Sesi II. Dalam pengelolaan kebun ini menyerap dana 100 % dengan nilah Rp. 24.500,000,- dengan rincian sebagai berikut:

1. Benih Buah dan Sayur	Rp. 5,700,000
2. Material persiapan kebun	Rp. 5,500,000
3. Peralatan dan Perlengkapan	Rp. 7,400,000
4. Transport	Rp. 1,400,000
5. Biaya Tenaga Ahli	Rp. 2,500,000
6. Biaya Perawat Kebun	Rp. 2,000,000
	Rp. 24,500,000



100%

Anggaran terserap dalam implementasi kegiatan Kebun Rumah Kambera

UCAPAN TERIMAKASIH

Di bawah ini, daftar nama-nama mereka yang berkomitmen untuk proyek-proyek ini, seperti:

Mereka yang bertanggung jawab atas **konsep dan koordinasi - Annisa Yuniar & Niluh Paramashanti**
Kelompok peneliti kami - **Annisa Yuniar**
Manajer keuangan kami - **Niluh Paramashanti**
Donatur dan **pendukung kami - Fair Future Foundation**
Rekan kami dari **Organisasi Mitra - The Cocoon Garden**
Rekan-rekan kami dari **Komunitas Lokal** - **Yoakin Diki, Primus Lede**

KAWAN BAIK INDONESIA FOUNDATION
Rumah Sanur, Jalan Danau Poso 51A -
Banjar Semawang, Sanur,
Kec. Denpasar Selatan - 80228
Denpasar, Bali - Indonesia
https://kawanbaikindonesia.org/
info@kawanbaikindonesia.org

Project Report can be reached here:

KAMI BERTERIMA KASIH ATAS DUKUNGAN ANDA YANG BERKELANJUTAN TERHADAP PROGRAM KAMI