

**PEMBERDAYAAN MASYARAKAT DALAM UPAYA
KEMANDIRIAN KELUARGA PADA MASA PANDEMI COVID-19
DI WILAYAH RT 02/09 KELURAHAN JATIWARNA**

Retno Martini Widhyasih, Burhannudin, Fira Kuswandari

¹Jurusan Teknologi Laboratorium Medis, Poltekkes Kemenkes Jakarta III
retnomartiniw@gmail.com

ABSTRACT

Many parties are feeling the negative impact of the current Covid-19 pandemic, especially for those who earn daily. They are in a position of losing their jobs without income. The Pondok Melati District area is a densely populated area with most of the population having a daily income. The government and community organizations have helped the people in this area who are economically affected. So that this community does not get worse off, community empowerment is needed, including they need to be encouraged to adopt a clean lifestyle by always washing their hands, keeping a distance in every interaction, always wearing a mask when traveling, so that they can prevent the transmission of Covid-19 as well as increasing immunity given activities such as “Independent Food Houses” including raising fish in making yoghurt and its processed products. The strategy for implementing community service begins with field observations and data collection by soliciting input from local community leaders to identify problems. Furthermore, in the implementation of active partnering activities with cadres and rukun tetangga officials. Community service activities are carried out in the RT02 RW09 area, Jatiwarna Village. Fulfillment of sufficient food availability at all times is an undeniable necessity. Provision of food in the form of protein through “budikdamber” empowerment, being home breeders was attended by 25 families who provided assistance for 4 months, until the catfish harvest. Counseling and training activities in making probiotic yoghurt drink as a functional drink which is beneficial for health were attended by 40 participants. The recommended result of this activity is to make the house a front line for food security and self sufficiency and can improve people welfare.

Keywords : community empowerment; budikdamber; yoghurt making

ABSTRAK

Banyak pihak yang merasakan dampak negatif dari pandemi Covid-19 saat ini, terutama bagi mereka yang berpenghasilan harian. Mereka dalam posisi kehilangan pekerjaan tanpa penghasilan sulit untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari. Wilayah Kecamatan Pondok Melati termasuk wilayah yang padat penduduk dengan sebagian penduduknya berpenghasilan harian. Pemerintah dan organisasi kemasyarakatan telah ikut membantu warga di wilayah ini yang terdampak secara ekonomi. Agar masyarakat ini tidak menjadi tambah terpuruk, maka diperlukan pemberdayaan masyarakat diantaranya mereka perlu dihimbau untuk menerapkan pola hidup bersih dengan selalu mencuci tangan, menjaga jarak dalam setiap berinteraksi, selalu memakai masker bila bepergian, sehingga bisa mencegah

penularan Covid-19 juga dalam meningkatkan imunitas perlu diberikan kegiatan seperti “Rumah Pangan Mandiri” meliputi beternak ikan dalam ember “budikdamber”, dan memberikan pembekalan dalam pembuatan yoghurt dan hasil olahannya. Strategi dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat ini diawali dengan observasi lapangan dan pengumpulan data dengan meminta masukan dari tokoh masyarakat sekitar untuk identifikasi masalah. Selanjutnya dalam pelaksanaan kegiatan bermitra aktif dengan kader dan pengurus Rukun Tetangga. Kegiatan Pengabdian Masyarakat dilakukan di wilayah RT02 RW09, Kelurahan Jatiwarna, Pemenuhan ketersediaan pangan dalam jumlah yang cukup sepanjang waktu merupakan keniscayaan yang tidak terbantahkan. Penyediaan pangan berupa protein melalui pemberdayaan “budikdamber”, menjadi peternak rumahan diikuti oleh 25 keluarga yang dilakukan pendampingan selama 4 bulan, sampai panen ikan lele. Kegiatan penyuluhan dan pembekalan dalam pembuatan minuman probiotik yoghurt sebagai minuman fungsional yang bermanfaat bagi kesehatan diikuti oleh 40 peserta. Hasil yang direkomendasikan dari kegiatan ini adalah menjadikan rumah sebagai sebagai lini terdepan untuk ketahanan dan kemandirian pangan serta dapat meningkatkan kesejahteraan masyarakat.

Kata kunci : pemberdayaan masyarakat; budikdamber; pembuatan yoghurt

PENDAHULUAN

Pandemi Covid-19 telah melanda Indonesia selama satu tahun sejak 2 Maret 2020. Covid-19 merupakan penyakit saluran pernapasan yang disebabkan oleh Virus SARS-Cov-2 yang berpotensi menyebabkan kematian. Virus ini menyerang saluran pernapasan dan menyebabkan terjadinya gejala influenza seperti demam diatas 38 °C, sesak napas dan batuk hingga pneumonia paru-paru yang fatal. Penyebaran insidensi COVID-19 di Indonesia tertinggi terjadi di Pulau Jawa dan Pulau Bali. Bahkan, lonjakan krisis kasus COVID-19 di Indonesia menempati peringkat kedua tertinggi di Dunia.

Dalam kondisi kehidupan pada masa pandemik, dimana harga kebutuhan hidup semakin melambung tinggi, pasar yang sangat kompetitif, seringkali kita dihadapkan pada kondisi yang tidak efisien. Kondisi tersebut jika tidak diatasi, akan membuat penurunan kualitas kesehatan dalam diri masing masing individu di masyarakat. Hal ini memerlukan pemantauan kesehatan, juga perlu dilakukan peningkatan ketersediaan pangan dalam jumlah yang cukup sepanjang waktu merupakan keniscayaan yang tidak terbantahkan. Diharapkan setiap rumah tangga mengoptimalkan sumberdaya yang dimiliki, termasuk pekarangan, dalam menyediakan pangan bagi keluarga. Prinsip dasar Rumah Pangan Mandiri adalah pemanfaatan pekarangan yang ramah lingkungan dan dirancang untuk ketahanan dan kemandirian pangan, konservasi sumberdaya genetik pangan (tanaman, ternak, ikan) juga dilakukan pembimbingan dalam pembuatan yoghurt dan ahsil olahannya. Diharapkan dengan terwujudnya lingkungan dan perilaku sehat serta meningkatnya kemampuan masyarakat tersebut diatas, derajat kesehatan individu, keluarga dan masyarakat dapat ditingkatkan secara optimal.

Melalui analisa situasi terhadap sasaran dari pengabdian masyarakat, maka ditetapkan lokasi dari pengabdian masyarakat dilakukan di wilayah RT02/09 Kelurahan Jatiwarna, kota Bekasi. Pemilihan tempat didasarkan pada pemikiran

bahwa Poltekkes Jakarta III berada di lingkungan pemukiman penduduk yang dari pengamatan diperlukan pemberdayaan masyarakat dalam masa pandemik Covid-19 melalui upaya kegiatan yang dapat meningkatkan kemandirian keluarga. Target luaran dari kegiatan ini adalah buku saku panduan dalam budidaya ikan dalam ember yang dapat digunakan dalam kegiatan selanjutnya yang dilakukan secara mandiri. Demikian juga buku saku serta video tutorial dalam pembuatan “*mother yoghurt*” dapat dimanfaatkan sebagai upaya peningkatan perekonomian keluarga.

METODE

Metode yang diterapkan dalam kegiatan Pengabdian Masyarakat pada RT02/RW09 Kelurahan Jatiwarna meliputi 3 tahap yaitu persiapan, pelaksanaan dan evaluasi. Tahapan persiapan terdiri atas: (1) Pengumpulan data terhadap program kerja dari Puskesmas Jatiwarna Bekasi dan mengidentifikasi hambatan/masalah/ keterbatasan yang terjadi pada program Puskesmas tersebut. (2) Observasi terhadap wilayah yang akan menjadi binaan kegiatan pengabmas. Observasi dilakukan terhadap karakteristik demografi dan kondisi lingkungan dan warga sehingga layak untuk ditetapkan menjadi daerah binaan. (3) Pendalaman terhadap masalah, dengan melakukan pertemuan dan diskusi dengan tokoh masyarakat setempat, sekaligus merundingkan kebutuhan masyarakat yang dapat diimplementasikan dalam kegiatan pengabmas.

Pelaksanaan kegiatan melalui pemberian hibah paket budikdamber (budidaya ikan lele dalam ember) kepada 25 keluarga dan dilakukan pendampingan selama 4 bulan. Kegiatan dilakukan bekerjasama dengan kader dan pengurus RT02/RW09 Kelurahan Jatiwarna. Penyuluhan terkait manfaat probiotik yoghurt untuk meningkatkan kesehatan dan menyampaikan cara pembuatan yoghurt serta hasil olahannya.

Tahap Evaluasi terhadap kegiatan Budikdamber dalam rangka rumah pangan mandiri dengan melakukan pemantauan terhadap keberhasilan pemeliharaan ikan lele dalam ember sampai didapatkan ikan lele yang siap panen selama 4 bulan pemeliharaan. Dalam upaya meningkatkan perekonomian keluarga, diberikan pendampingan khusus kepada keluarga yang akan mengembangkan produk minuman fungsional yoghurt.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Wilayah RT 02 RW 09 Kelurahan Jatiwarna merupakan salah satu bagian kelurahan Jatiwarna yang dijadikan subyek pengabdian masyarakat yang akan disebut dengan mitra. Wilayah ini terdiri atas 438 penduduk. Komposisi penduduk RT 02 RW 09 terdiri atas 130 kepala keluarga yang meliputi 124 lansia, 29 balita, 117 perempuan dan 168 laki-laki. Masyarakat mitra kegiatan pengabdian masyarakat diharapkan akan mampu berpartisipasi aktif dalam kegiatan dengan mewakilkan anggota keluarganya di setiap keluarga untuk mengikuti kegiatan. Karakteristik penerima hibah program Budikdamber berdasarkan bidang pekerjaan disajikan dalam tabel 1. Tabel 2 menyajikan karakteristik penerima program berdasarkan umur.

Tabel 1. Karakteristik penerima program Budikdamber RT02 RW09 Kelurahan Jatiwarna berdasarkan bidang pekerjaan tahun 2022

Jenis pekerjaan	Frekuensi (N)	Persentase (%)
Wirausaha	9	36
Pegawai swasta	6	24
Ojek online	2	8
Ibu Rumah tangga	1	4
Pensiunan	5	20
Lain-lain	2	8
Jumlah	25	100

Tabel 2. Karakteristik penerima program Budikdamber RT02 RW09 Kelurahan Jatiwarna berdasarkan umur

Umur (tahun)	Frekuensi (N)	Persentase (%)
31 - 40	9	36
41 - 50	2	8
51 - 60	10	40
> 61	4	16
Jumlah	25	100

Berdasarkan hasil pada tabel 1, penerima hibah program terbanyak sebagai wirausaha, 36% yang mempunyai semangat untuk lebih meningkatkan perekonomian keluarga. Bidang pekerjaan lainnya bervariasi mulai dari pegawai swasta sampai ibu rumah tangga dan pensiunan. Berdasarkan umur terbanyak pada umur 51 sampai 60 tahun sebanyak 40%. Data tersebut menggambarkan penerima program budikdamber bervariasi dari bidang pekerjaan dan umur. Hal ini tergambarkan dalam beberapa tanggapan penerima program budikdamber.

Bapak Asep, pensiunan, 54 tahun “ *Sebagai sarana menghilangkan mumet/refresing saat memberi pakan sehingga membuat kita happy melihat lele pada nyantap pakan, melatih kesabaran dan ketelatenan mulai dari bibit sampai panen, pengalaman ternak lele budikdamber bila sukses bisa jadi andalan namun bila tidak sukses bisa sebagai penyaluran hobi., melatih pergerakan otot saat kuras air dan sedikit nyali kalau menangkap lele yang lepas tapi tanpa jarring, jadi bekal pengalaman cara ternak lele berikut teknik-teknik lainnya dalam prosesnya.*”

Bapak H. Arianto, pensiunan, 66 tahun, “*beliau pernah bilang ya bagus ada program ini, pertama mempererat persaudaraan, mengalihkan stres sehabis covid, ada rejeki bisa makan lele sama kangkung rame2.. Atas pembelajaran budi daya lele dalam ember bisa mengisi waktu luang saya setiap hari..*”

Bapak Pujo Saptono, Wirausaha, 50 tahun. “ *Program ini memberikan semangat bagi anggota yang lainnya, Ketahanan pangan adalah salah satu syarat mutlak berdirinya sebuah bangsa, selain ketahanan energi. Ketahanan pangan bisa diwujudkan melalui pengelolaan sumber bahan pangan secara mandiri oleh perorangan. Artinya sumber karbohidrat ataupun protein bisa diciptakan melalui rumah tangga, seperti budidaya ubi dan sayuran dg media sederhana (ember bekas*

dan planter bag). Untuk sumber protein hewani, terutama ikan, bisa dilakukan budidaya dengan ember atau kolam sederhana berbahan terpal atau semen. Dengan budi daya ikan dalam ember, banyak manfaat yang diperoleh, diantaranya; sumber protein hewani (ikan), Sumber protein nabati (kangkung-sudah panen tiga kali), Air kurasan ember sangat bermanfaat untuk tanaman, sarana penyaluran hobby dan sosialisasi.”

Bapak Edi Kesowosidi, pensiunan swasta, 52 tahun, “ Khusus untuk seluruh tim stimulus program ketahanan pangan melalui budidamber lele dan kangkung, saya, istri saya, terutama anak2 saya menghaturkan banyak terimakasih, sekeluarga saya betul2 senang, saya senang bisa memberi pangan dari hasil ternak lele dan mereka senang mengkonsumsi dari hasil ternak saya, katanya rasanya lain... , terimakasih juga kepada pengurus RT02 RW09 atas hadirnya program ini.”

Bapak Reyhan, usaha warung, 35 tahun, “ jenis bibit lele lebih aman ukuran 9 sampai 12 cm untuk pemula seperti sy... Karena klo terlalu kecil seperti pertama penyebaran rentan mati... , mengenai pakan lebih bagus yg hijau dan makan nya pun lebih bengis d banding pakan yg coklat yg 3mm..alhamdulillah saya kadang kasih ulet hongkong dan jangkrik untuk selingan makan nya.., pemeliharaan sebenarnya si gak ribet cuma ngasih makan aja secukupnya nya ya kalau masalah air ya 4 hari sekali pasti saya kuras berhubung saya taruh ember nya di depan warung jadi gak bisa lama" untuk g nguras nya... Pada saat nguras saya pun memberi garam kasar dan acriflavine plus mencegah jamur pada ikan... , Alhamdulillah jadi sekarang sebenarnya sudah bisa panen tapi sayang masih muda ikan nya tunggu 5 sampai 6 bulan kemungkinan baru saya panen.. Kalau sudah panen insya Allah mau pelihara lagi lele dan bawal... Terimakasih untuk bu Retno dan rekan" semenjak ada budi daya lele di ember ini saya jadi ada kegiatan di rumah jadi ga bete" banget d warung”.

Bapak H. Suryono, wirausaha, 45 tahun, “ Saya dangat berterimakasih sekali kepada Bapak dan Ibu pengurus ternak lele dalam ember yang telah membimbing saya hingga tau beternak lele dalam ember baik embernya lenya dan peletnya dikasih smuanya ga keluar modal sedikitpun terimakasih semuanya. Semoga Allah membalasnya dengn pahala yang banyak amin. Sama saya juga, berbagi suka bersama... baru tau ternak lele itu gimana.. ternyata banyak pengalaman baru.. siapa tau ada kesempatan.. ada kemampuan.. kalau mau terjun serius.. tidak perlu belajar dari 0.. (inget spbu.. dari nol ya om..)”.

Bapak Sujadi, Ketua RT02 RW09, “Tersampaiannya pelatihan dan pemberdayaan masyarakat dalam mendukung Program rumah pangan mandiri yang bermanfaat sebagai penyalur hobby, meningkatkan sistem imun dan diharapkan dapat diteruskan untuk meningkatkan perekonomian keluarga. Peran Ketua RT 02 RW 09 dan tokoh masyarakat sangat mendukung Program yang kami sampaikan dengan senang dikarenakan adanya bantuan berkesinambungan untuk Rumah Pangan Mandiri.”

Kegiatan penyuluhan tentang manfaat probiotik yoghurt untuk meningkatkan kesehatan, diikuti oleh 40 peserta baik laki-laki dan perempuan. Dalam kegiatan tersebut juga disampaikan cara pembuatan starter yoghurt yang selanjutnya dapat dibuat minuman fungsional, seperti yoghurt jelly drink. Terdapat satu peserta yang serius untuk belajar dan akan membuat produk ini karena dirasakan cara pembuatan yang mudah dan dari segi produk disukai. Peserta juga mendapatkan tester yoghurt untuk dirasakan kebermanfaatannya. Kedua kegiatan dalam upaya peningkatan peningkatkan kemandirian keluarga sangat diterima warga dan sebagian peserta akan terus melakukan kegiatan pelatihan yang sudah dilaksanakan. Berikut dokumentasi kegiatan Pengabdian masyarakat, berupa Budikdamber (Gambar 1,2 dan 3) dan penyuluhan serta pembuatan minuman fungsional yoghurt (Gambar 4 dan 5)



Gambar 1. Kegiatan pelatihan dan pemberian hibah paket Budikdamber (Budidaya ikan Lele dalam ember dan bibit kangkung) (dok.tim pengabmas TLM, 2022)



Gambar 2. Kegiatan pemberian bibit ikan lele ,pakan dan hasil pemeliharaan lele sampai panen selama 4 bulan. (dok.tim pengabmas TLM, 2022)



Gambar 3. Panen sayuran kangkung dan panen lele sebagai sumber protein untuk keluarga (dok.tim pengabmas TLM, 2022)



Gambar 4. Penyerahan booklet manfaat produk probiotik yoghurt jelly drink kepada Ketua RT002 dan Ketua RW09, Kelurahan Jatiwarna



Gambar 5. Penyuluhan manfaat probiotik yoghurt dan cara pembuatan hasil olah yoghurt

SIMPULAN DAN SARAN

Program IPteks bagi masyarakat di RT 02 RW09 untuk pemberdayaan ketahanan keluarga melalui program kemandirian keluarga dengan hibah pemberian paket Budikdamber, bibit kangkung dan penyuluhan manfaat probiotik yoghurt serta cara pembuatan hasil olahnya dapat menstimulasi warga menjadi peternak di rumah. Diharapkan dapat menjadi pemenuhan kebutuhan protein dan lauk keluarga secara berkala serta dapat meningkatkan perekonomian keluarga. Hasil yang direkomendasikan dari kegiatan ini adalah menjadikan rumah sebagai sebagai lini terdepan untuk ketahanan dan kemandirian pangan serta dapat meningkatkan kesejahteraan masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, A. S., & Fajrunni'mah, R. 2020. *Perbandingan Metode RT-PCR dan Tes Rapid ...* 47. 47–54. Dilihat 20 Januari 2022. <http://jurnal.poltekkesmamuju.ac.id/index.php/m>
- Amalia, L., Irwan, I., & Hiola, F. 2020. Analisis Gejala Klinis Dan Peningkatan Kekebalan Tubuh Untuk Mencegah Penyakit Covid-19. *Jambura Journal of Health Sciences and Research*, 2(2), 71–76. <https://doi.org/10.35971/jjhsr.v2i2.6134>. Dilihat 21 Januari 2022. <https://ejurnal.ung.ac.id/index.php/jjhsr/article/view/6134>
- Ambar, N. S. 2021. Diagnosis Laboratorium pada COVID-19. *Fkums*, 13–25. Dilihat 1 Februari 2022. <http://journal.um-surabaya.ac.id/index.php/Pro/article/download/7834/3688>.
- Cahyawati, P. N., Lestari, A., & Saniathi, N. K. E. 2021. Konsultasi Online Dan Pendampingan Masyarakat Dalam Rangka Pencegahan Penularan Covid-19. *Buletin Udayana Mengabdi*, 20(24), 123–128. Dilihat 22 Januari 2022. <https://ojs.unud.ac.id/index.php/jum/article/view/68089>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2020. Pedoman Pencegahan dan Pengendalian Serta Definisi Coronavirus Disease (COVID-19). *Germas*, 11–45. https://infeksiemerging.kemkes.go.id/download/REV-04_Pedoman_P2_COVID-19__27_Maret2020_TTD1.pdf [Diakses 11 Juni 2021].
- Majid, A. D. P. R. U. 2021. Covid-19 Dan Psikososial Masyarakat Di Masa Pandemi. In *Covid-19 Dan Psikososial Masyarakat Di Masa Pandemi* (27 Januari, p. 84). Penerbit NEM. Dilihat 27 Januari 2022. <https://covid19.kemkes.go.id/protokol-covid-19/pedoman-dukungan-kesehatan-jiwa-dan-psikososial-pada-pandemi-covid-19>
- Badan Standarisasi Nasional. *SNI 67-04 Makanan dan Minuman (Syarat Mutu Yoghurt)*. Jakarta: BSN, 2009.
- Widhyasih, R.M. 2020. *Panduan Pembuatan Starter "Mother Yoghurt"*. Bekasi. Poltekkes Kemenkes Jakarta III.
- Widhyasih, R.M. 2020, Publikasi Penelitian Pembuatan Stater "Mother Yoghurt" <https://www.youtube.com/watch?v=oZx3DNZiw3U&t=50s>
- Widhyasih, R.M. 2020, *Buku saku budikdamber*, Bekasi, Poltekkes Jakarta III
- Widhyasih, R.M. 2022. *Manfaat probiotik yoghurt dalam meningkatkan kesehatan tubuh, Booklet*, Bekasi, Poltekkes Kemenkes Jakarta III.