

Sayuran *Indigenous* Meningkatkan Gzi dan Pendapatan Petani

(naskah ini disalin sesuai aslinya untuk kemudahan navigasi)

(sumber : SINAR TANI Edisi 8-14 Februari 2006)

Balai Penelitian Tanaman Sayuran (Balitsa) bekerjasama dengan (*Asean Vegetable Research Centre/AVRC*) melalui program RETA 6067 sedang mempromosikan pemanfaatan sayuran *indigenous* untuk meningkatkan nutrisi dan pendapatan petani kecil di pedesaan.

Sayuran *indigenous* atau sering disebut jenis sayuran lokal adalah sejenis sayuran, walaupun tanaman sayuran itu bukan berasal dari Indonesia tapi dari luar, namun tanaman tersebut sudah beradaptasi dan sudah dikutivasi atau dimanfaatkan oleh penduduk setempat dari dulu, sehingga sudah dianggap sebagai tanaman turun-temurun.

Promosi meliputi kegiatan koleksi dan karakterisasi, penelitian agronomi dan sosial ekonomi. Identifikasi kandungan besi, vitamin A, dan anti oksidan pada sesi tertentu, evaluasi partisipatif dan promosi pengenalan serta pemanfaatan sayuran *indigenous* yang antara lain melalui pelatihan wanita ibu rumah tangga dan murid sekolah.

Pertimbangan pelatihan pada kalangan tersebut didasarkan bahwa wanita memegang peranan penting dalam pertanian; melestarikan benih dan menyediakan nutrisi bagi keluarga, sedang anak sekolah diharapkan dibekali dengan pengetahuan mengenai pentingnya nutrisi dan menjaga kelestarian sumberdaya genetik.

Wanita memegang peranan dominan dalam produksi dan pengelolaan dari kebanyakan sumber tanaman yang digunakan manusia. Wanita selain dikenali sebagai pelestari pengetahuan tradisional dari tanaman *indigenous* termasuk sayuran maka wanita juga bertanggung jawab atas keamanan makanan untuk rumah tangga dan membuatnya tersedia pada setiap saat. Kebun halaman rumah merupakan skema penting untuk mencapai keamanan pangan, dan mempengaruhi secara langsung terhadap nutrisi rumah tangga dan kesehatan.

Menurut seorang Peneliti dari Balitsa Inu M. Hidayat Phd, dalam upaya mencapai sasaran itu Balitsa mengajak pemerintah daerah untuk bekerjasama mempromosikan sayuran *indigenous* dengan melalui pelatihan wanita tani di pedesaan maupun anak sekolah. Dalam

hal ini sebagai inisiator, Balitsa membantu menyediakan benih sayuran *indigenous* bagi peserta, panduan pengenalan dan potensi sayuran *indigenous*, berkebun sayuran *indigenous* dan persiapan makanan dengan pertimbangan ketersediaan nutrisi dari sayuran, *indigenous*, serta fasilitator dalam tiga hari latihan dengan sistem modul.

Diharapkan pemerintah daerah dan instansi terkait dapat memfasilitasi program ini dengan kebun contoh, peralatan yang diperlukan dalam pelatihan, peserta yang kompeten, dan dalam mengembangkan minat peserta untuk mengimplementasikan hasil pelatihan dalam pengelolaan nutrisi bagi keluarga petani di pedesaan. Juga diharapkan program ini dapat merupakan salah satu program pemerintah daerah dalam membantu kesejahteraan petani dengan meningkatkan nutrisi keluarga dan pendapatan.

Peneliti dari Balitsa Inu. M. Hidayat Phd, mengatakan untuk mencapai sasaran tersebut pihak Balitsa sudah menguji sejumlah sayuran *indigenous* lokal Indonesia dan juga mendatangkan dari AVRC dari Taiwan. Program ini merupakan program kolaborasi antar negara-negara Asean seperti Malaysia, Vietnam, Thailand, Indonesia dan Filipina.

Tanaman yang berasal dari AVRC ini, merupakan tanaman-tanaman yang berasal dari berbagai Negara tersebut dan terseleksi karena nilai gizinya, sementara dalam program promosi ini lebih difokuskan kepada jenis sayuran *indigenous* yang mengandung vitamin A, anti oksidan dan zat besi mengingat vitamin-vitamin ini sangat berguna untuk meningkatkan gizi masyarakat dan keluarga petani di pedesaan.

Pentingnya sayuran merupakan sumber vitamin dan mineral yang diperlukan dalam memelihara kesehatan yang prima. Karena itu untuk nutrisi yang seimbang, sayuran dianjurkan untuk dikonsumsi setiap hari di samping karbohidrat, lemak dan protein. Dengan semakin sadarnya masyarakat akan makanan yang sehat, maka sayuran tidak saja dikonsumsi karena nilai nutrisi, akan tetapi juga dari segi farmakologi terutama yang mengandung serat, anti oksidan, anti kanker dan untuk menjaga kebugaran tubuh lainnya.

Sayuran merupakan sumber esensial vitamin dan mineral yang penting untuk keamanan nutrisi rumah tangga. Penelitian menunjukkan bahwa mengkonsumsi sayuran yang lebih beragam, terutama sayuran *indigenous* akan meningkatkan status nutrisi dari anggota rumah tangga, terutama ibu menyusui dan anak-anak.

Peranan wanita dalam mempromosikan pengetahuan ini dan peranan mereka dalam

keamanan pangan sebagai penghasil pertanian, domestikasi tumbuhan, berkebun di halaman rumah dan penyedia makanan adalah penting. Juga wanita bertanggung jawab untuk melestarikan keragaman hayati dan sumber genetik tanaman, dan untuk membantu peranan ini memerlukan pelatihan lebih lanjut dan membangun kapasitas wanita untuk menjamin keberlanjutan penggunaan sayuran *indigenous* untuk rumah tangga yang aman nutrisi.

Sayuran sudah lama dikonsumsi masyarakat terutama masyarakat Jawa Barat. Berbagai tanaman *indigenous* telah dikonsumsi dan secara tradisional ditanam oleh nenek moyang secara turun temurun, dengan khasiat yang baik bagi tubuh manusia. Karena itu untuk memelihara kelestarian serta mengembangkan pemanfaatan sayuran *indigenous* telah dilakukan eksplorasi pengumpulan benih tanaman *indigenous* dari lokasi Jawa Barat dan Sumatera melalui kegiatan RETA 5839.

Selanjutnya lebih dari 300 nomor tanaman *indigenous* telah dikumpulkan dan belum terkarakterisasi. Karena itu dengan terbatasnya benih yang tersedia, maka perlu dilakukan peremajaan dan juga dikarakterisasi. Dengan demikian keragaman yang ada di antara nomor/asesi yang dikumpulkan dapat diidentifikasi untuk pengembangan dan pelestarian selanjutnya.

Pelatihan di bidang ini bertujuan untuk mengembangkan ketertarikan wanita di pedesaan untuk belajar dan menghargai penggunaan sayuran *indigenous* dalam memenuhi kebutuhan nutrisi keluarga. Melatih wanita di pedesaan bagaimana menanam, mengusahakan, memelihara dan memproduksi benih sayuran *indigenous* untuk pelestarian dan penggunaan yang berkesinambungan sayuran *indigenous*, dan tidak ketinggalan mengembangkan ketrampilan di antara peserta mempromosikan penggunaan sayuran *indigenous* untuk nutrisi keluarga seperti cara memacu ketersediaan hayati dari nutrisi.

Pelatihan didesain mengikuti model Sekolah Lapang Petani (*Farmers Field School*, FFS) yang dikembangkan di Indonesia untuk melatih petani padi dalam pengelolaan hama terpadu (PHT). Model ini khusus mempromosikan filosofi belajar dengan mengerjakan. Modul pelatihan didesain untuk memberikan kesempatan berinteraksi melalui dialog yang akan membangun hubungan di antara peserta. Peserta wanita harus terlibat dalam mengidentifikasi sayuran *indigenous* yang umum tumbuh dan mengisi kebun halaman. Berbagai resep dari para peserta akan diperkenalkan untuk meragamkan penggunaan sayuran *indigenous* di rumah. Rumah tangga yang berbeda mungkin menggunakan

sayuran yang berbeda tergantung pada referensi keluarga dan ketersediaan bahan tanaman.

Komoditi sayuran indigenous yang akan diberikan kepada peserta pelatihan adalah komoditi yang sudah dicoba berpotensi dari segi nutrisi, seperti bayam ada 27 jenis pasela (gandola) terbukti mengandung vitamin A, tomat karena mengandung karoten, jute karena mengandung serat, kangkung, okra, rosela, kedelai sayur ada 11 jenis, pare, gambas ada 25 jenis.

Panduan teknis pelatihan mengenai komoditi ini menyangkut cara-cara bercocok tanam yang simpel, teknik mendesain kebun baik kebun perorangan dan kelompok, teknik pembenihan, teknik penyajian makanan untuk keluarga khususnya pengolahan yang benar agar nilai nutrisinya tidak hilang dari makanan hasil olahan tersebut.

Pentingnya program promosi sayuran *indigenous*, selain meningkatkan nutrisi keluarga petani dan meningkatkan pendapatan bahwa sekelompok sayuran *indigenous* mulai terancam karena digantikan oleh berbagai spesies kultivasi. Sayuran ini minoritas yang cenderung dibudidayakan masyarakat dalam skala kecil dan bersifat lokal spesifik. .Spd.