

---

## PEMBERDAYAAN KESEHATAN MASYARAKAT MELALUI PELATIHAN BERTANAM ORGANIK UNTUK MENINGKATKAN EKONOMI KELUARGA DAN PENYULUHAN KESEHATAN UNTUK MENINGKATKAN KUALITAS HIDUP DI PUSAT REHABILITASI IDAMAN PEMATANGSIANTAR

Eva Sriwiyanti<sup>1)\*</sup>, Djuli Sjafei Purba<sup>2)</sup>, Vitrayani Tarigan<sup>3)</sup>, Marintan Saragih<sup>4)</sup>, Sri Martina<sup>5)</sup>,  
Wico J Tarigan<sup>6)</sup>, Resna Napitu<sup>7)</sup>, Dermawan Perangin – angin<sup>8)</sup>, Yulita S N Girsang<sup>9)</sup>, Risma N  
Munthe<sup>10)</sup>, Rizky Stevension Sagala<sup>11)</sup>, Dasman Jaya Zalukhu<sup>12)</sup>, Sondang Sidabutar<sup>13)</sup>, Eka SR  
Sihombing<sup>14)</sup>, Nur Masdalifa<sup>15)</sup>, Nurvita Ramawat<sup>16)</sup>, Jumaidah Wardati Br Saragih<sup>17)</sup>, Riada  
Mareny Pasaribu<sup>18)</sup>, Deswidya S Hutauruk<sup>19)</sup>, Peterson Yosua Silaen<sup>20)</sup>, Alya Hafizah  
Tambunan<sup>21)</sup>, Dara Cahya Amelia<sup>22)</sup>, Nabila Imtihani Harahap<sup>23)</sup>, Ronta Br Manurung<sup>24)</sup>, Zavira  
Shabrina Ritonga<sup>25)</sup>, Lasmariana Zendrato<sup>26)</sup>

1),2),3),4),5),6),7),8), 9),10), 11),12)Universitas Simalungun  
13),14),15),16),17),18), 19),20),21),22),23),24),25),26)Universitas Efarina

\*Email: esrisin@gmail.com

### *Abstract*

*This Community Service Program aimed to improve the quality of life and economic independence of patients at IDAMAN Rehabilitation Center in Pematangsiantar through health education and organic fertilizer production training. The activity was conducted at IDAMAN Rehabilitation Center, Rindung Tanjung Pinggir Street, Pematangsiantar. The implementation methods included health education, organic fertilizer-making training, the utilization of household organic waste as fertilizer materials, and the planting of organic vegetables using polybags and used plastic containers. Participants were directly involved in preparing materials, producing organic fertilizer, preparing planting media, planting vegetable seedlings, and maintaining the plants. The results showed that participants gained knowledge about the importance of clean and healthy living habits, organic waste utilization, and practical skills in producing organic fertilizer from simple materials such as eggshells, coconut fiber, and fish waste. In addition, this activity provided productive skills for rehabilitation patients to utilize available yard space for growing organic vegetables, meeting family food needs, and potentially generating additional income. This program is expected to support the recovery process, increase self-confidence, and encourage the social and economic independence of patients after returning to their families and communities.*

*Keywords: Health Education, Organic Fertilizer, Rehabilitation, Organic Vegetables, Family Economy.*

### **Abstrak**

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) ini bertujuan untuk meningkatkan kualitas hidup dan kemandirian ekonomi pasien di Pusat Rehabilitasi IDAMAN Pematangsiantar melalui penyuluhan kesehatan dan pelatihan pembuatan pupuk organik. Kegiatan dilaksanakan di Pusat Rehabilitasi IDAMAN, Jalan Rindung Tanjung Pinggir, Pematangsiantar. Metode pelaksanaan meliputi penyuluhan kesehatan, pelatihan pembuatan pupuk organik, praktik pemanfaatan limbah rumah tangga sebagai bahan pupuk, serta penanaman bibit sayuran organik menggunakan polibag dan wadah plastik bekas. Peserta dilibatkan secara langsung dalam proses persiapan bahan, pembuatan pupuk organik, pengolahan media tanam, penanaman, dan pemeliharaan tanaman. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa peserta memperoleh pengetahuan mengenai pentingnya pola hidup bersih dan sehat, pemanfaatan limbah organik, serta keterampilan membuat pupuk organik dari bahan sederhana seperti cangkang telur, serabut kelapa, dan limbah ikan. Selain itu, kegiatan ini memberikan bekal keterampilan produktif bagi pasien rehabilitasi agar dapat memanfaatkan pekarangan untuk menanam sayuran organik, memenuhi kebutuhan pangan keluarga, dan berpotensi menambah pendapatan. Kegiatan ini diharapkan dapat

Eva Sriwiyanti, Djuli Sjafei Purba, Vitrayani Tarigan, Marintan Saragih, Sri Martina, Wico J Tarigan, Resna Napitu, Dermawan Perangin - angin, Yulita S N Girsang, Risma N Munthe, Alya Hafizah Tambunan, Dara Cahya Amelia, Nabila Imtihani Harahap, Ronta Br Manurung, Zavira Shabrina Ritonga, Lasmariana Zendrato, Rizky Stevenson Sagala, Dasman Jaya Zalukhu, Sondang Sidabutar, Eka S R Sihombing, Nur Masdalifa, Nurvita Ramawat, Jumaidah Wardati Br Saragih, Riada Marennny Pasaribu, Deswidya S Hutauruk, Peterson Yosua Silaen membantu proses pemulihan, meningkatkan kepercayaan diri, serta mendukung kemandirian sosial dan ekonomi pasien setelah kembali ke keluarga dan masyarakat.

**Kata Kunci:** Penyuluhan Kesehatan, Pupuk Organik, Rehabilitasi, Sayuran Organik, Ekonomi, Keluarga

## PENDAHULUAN

### Latar Belakang

Pusat Rehabilitasi IDAMAN Pematangsiantar, didirikan untuk merawat pasien gangguan jiwa, akibat penggunaan narkoba, korban perkosaan dan masalah keluarga yang dihadapi. Gangguan kesehatan mental seperti skizofrenia, depresi, dan gangguan kecemasan berdampak luas pada fungsi sosial dan produktivitas individu. Banyak pasien mengalami kesulitan kembali ke masyarakat akibat keterbatasan keterampilan kerja dan rendahnya kepercayaan diri. Kondisi ini menuntut model rehabilitasi yang tidak hanya fokus pada pemulihan klinis, tetapi juga pada penguatan kapasitas ekonomi dan kemandirian.

Pendekatan berbasis aktivitas produktif menjadi strategi yang relevan dalam rehabilitasi. Kegiatan bercocok tanam organik menawarkan kombinasi intervensi terapeutik dan ekonomi dalam satu program terpadu. Dalam perspektif kesehatan masyarakat, intervensi ini termasuk dalam upaya promotif dan rehabilitatif yang menekankan pemberdayaan individu melalui lingkungan dan aktivitas bermakna.

Nilai tambah utama dari kegiatan ini terletak pada dimensi ekonomi. Produk pertanian organik memiliki nilai pasar yang relatif tinggi karena meningkatnya kesadaran masyarakat terhadap pangan sehat. Hasil panen seperti sayuran organik, buah, atau tanaman herbal dapat dimanfaatkan untuk konsumsi internal pusat rehabilitasi maupun dijual ke masyarakat. Kegiatan ini menciptakan peluang income generating activity yang berkelanjutan



**Gambar 1:** Foto Bersama Dengan Pengelola dan Pasien Pusat Rehabilitasi IDAMAN

### Tujuan

Tujuan dari kegiatan ini, diharapkan mantan pasien yang telah menjalani rehabilitasi dapat diterima oleh keluarga dan masyarakat, dan melalui pelatihan ini, mereka dapat memenuhi kebutuhan sayur mayur untuk keluarga sendiri dan bahkan bisa menjual hasil pembuatan pupuk dan sayurnya.

### Metode

Kegiatan PKM ini dilaksanakan di Pusat Rehabilitasi Idaman, Jalan Rindung Tanjung Pinggir, Pematangsiantar. Setelah dilakukan pelatihan pembuatan pupuk organik, maka dilakukan penanaman bibit sayuran di media polibag maupun plastik bekas (minyak goreng, karung beras, dll) yang sudah disediakan, pemeliharaan tanaman. Pasien dilibatkan langsung dalam mempersiapkan semua bahan yang dibutuhkan untuk membuat pupuk dan membeli bibit yang akan ditanam.

### Hasil Dan Pembahasan

Pertanian organik adalah proses menghidupkan kembali tanah-tanah yang sudah mati akibat penggunaan pupuk anorganik dan pestisida sintetis. Proses ini disebut proses konversi, yaitu proses peralihan dari lahan konvensional menjadi lahan organik.

Tanah yang subur merupakan hal yang mendasar untuk semua kegiatan usaha tani. Pertumbuhan tanaman tidak akan berlangsung

optimal jika struktur tanahnya tidak mendukung. Tanah bukan sekedar tempat berdirinya tanaman, tetapi lebih merupakan habitat kompleks untuk organisme yang menyediakan nutrisi yang dibutuhkan tanaman. Tanah yang sehat memiliki bahan organik yang menyediakan unsur hara dan untuk mempertahankan struktur tanah.

Pupuk organik sangat bermanfaat untuk menyuburkan tanah karena terbukti memperbaiki kondisi kimia, fisik dan biologi tanah. Pemberian pupuk organik secara teratur akan menghasilkan produk pertanian yang aman bagi kesehatan.

#### Cara Konversi (Pengolahan) Lahan

- 1) Gemburkan tanah dengan cara dicangkul atau dibajak, kemudian bentuk bedengan dengan lebar 100-120 cm dan panjang disesuaikan dengan lahan.
- 2) Tanah dicangkul dengan kedalaman 20-30 cm, kemudian ditaburi pupuk kandang dan kompos masing-masing sebanyak 2 kg/ m<sup>2</sup> serta cincangan batang pisang sebagai pupuk dasar.
- 3) Siram dengan EM4 (decomposer) dengan dosis 50 cc per 10 liter air.
- 4) Aduk rata, kemudian siram kembali dengan EM4. Diamkan selama 7 hari. Tinggi bedengan 20-30 cm.

#### Cara Konversi (Pengolahan) di wadah

- 1) Bertanam di pekarangan rumah, wadah yang bisa digunakan seperti pot, polibag, planter bag, wadah bekas (botol, goni, kemasan minyak goreng, dll).
- 2) Bertanam di wadah, yang pertama sekali dimasukkan adalah tanah, pupuk kandang, cacahan batang pisang, kompos dan ditutup lagi dengan tanah (untuk takaran disesuaikan dengan wadah), kemudian disiram air campur EM4 (dengan takaran 1 tutup botol EM4 untuk 1 liter air). Setelah itu, wadah didiamkan selama 14 hari atau 2 minggu.

#### Pupuk TSP (Calcium Phospat).

Fungsi: merangsang pertumbuhan akar

Bahan-bahan:

- 2 – 3 kg cangkang telur
- 10 liter cuka murni (air kelapa)
- Kendi/ tong/ jerigen

Cara Membuat:

- a) Panggang kulit telur setelah itu, masukan dalam jerigen besar tambahkan 10 liter air kelapa
- b) Diamkan selama 30 hari untuk proses peragian, kemudian saring dengan kain.
- c) 4 cc dilarutkan ke dalam 1 liter air

#### Pupuk KCl dari Serabut Kelapa.

**Fungsi:** pembentukan bunga, pembesaran buah dan menjaga ketahanan terhadap penyakit

Bahan-bahan:

- 4 kg Serabut Kelapa
- 20-30 lt Air
- Ember atau wadah serupa lainnya

Cara Membuat:

- a) Serabut kelapa dimasukkan ke dalam ember, tuangkan air ke dalam ember tersebut dan serabut kelapa harus terendam seluruhnya.
- b) Diamkan kurang lebih 30 hari. Jika air rendaman berubah warna menjadi kuning kehitaman, berarti pupuk cair dari sabut kelapa sudah siap digunakan.
- c) 1 liter KCl cair dicampur dengan 10 liter air

#### Pupuk Nitrogen dari Limbah Ikan.

**Fungsi:** Merangsang pertumbuhan daun, batang tanaman dan juga memberi protein

Bahan-bahan:

- 1 Kg ampas/ dalaman ikan, segala jenis ikan laut/tawar (usus juga baik)
- 1 Kg gula merah
- Stoples besar/gentong plastic

Cara Membuat:

- a) Ikan dan gula merah dihancurkan kemudian dicampur menjadi satu adonan, kemudian ke dalam gentong dan tutup dengan rapat, letakan di tempat sejuk.
- b) Diamkan selama 30 hari untuk proses peragian, setiap hari tutup wadah dibuka untuk membuang gasnya.
- c) Setelah jadi, peras dan ambil airnya saja masukan dalam botol (itulah nitrogen).
- d) 4 cc per 1 liter air. Semprotkan ke daun, batang dan tanah selama masa pertumbuhan

Eva Sriwiyanti, Djuli Sjafei Purba, Vitrayani Tarigan, Marintan Saragih, Sri Martina, Wico J Tarigan, Resna Napitu, Dermawan Perangin - angin, Yulita S N Girsang, Risma N Munthe, Alya Hafizah Tambunan, Dara Cahya Amelia, Nabila Imtihani Harahap, Ronta Br Manurung, Zavira Shabrina Ritonga, Lasmariana Zendrato, Rizky Stevenson Sagala, Dasman Jaya Zalukhu, Sondang Sidabutar, Eka S R Sihombing, Nur Masdalifa, Nurvita Ramawat, Jumaidah Wardati Br Saragih, Riada Marennny Pasaribu, Deswidya S Hutauruk, Peterson Yosua Silaen



**Gambar 2:** Pembuatan Pupuk Nitrogen  
**Proses Penanaman Tanaman Organik**

Penanaman organik merupakan sistem budidaya yang menghindari bahan kimia sintetis dan menekankan keseimbangan ekosistem. Pendekatan ini selaras dengan prinsip keberlanjutan dalam kesehatan masyarakat dan agroekologi. Berikut tahapan yang sistematis dan aplikatif.

#### 1. Persiapan Lahan

Petani harus memastikan lahan bebas dari residu bahan kimia. Bersihkan gulma dan sisa tanaman. Lakukan pengemburan tanah agar struktur tanah menjadi porous dan mendukung pertumbuhan akar. Tanah yang baik memiliki aerasi dan drainase optimal.

#### 2. Pengolahan Tanah

Tambahkan bahan organik seperti kompos atau pupuk kandang matang. Bahan ini meningkatkan kandungan hara, mikroorganisme tanah, dan kapasitas menahan air. Proses ini berkaitan dengan soil fertility yang menentukan produktivitas tanaman.

#### 3. Pemilihan Benih Organik

Gunakan benih yang tidak dimodifikasi secara kimia atau genetik. Pilih varietas lokal yang adaptif terhadap lingkungan setempat. Benih berkualitas akan

meningkatkan daya tumbuh dan ketahanan terhadap penyakit.

#### 4. Penyemaian

Lakukan penyemaian pada media organik seperti campuran tanah, kompos, dan sekam. Jaga kelembaban dan paparan cahaya. Bibit siap dipindahkan ketika memiliki 2–4 daun sejati.

#### 5. Penanaman (Transplanting)

Pindahkan bibit ke lahan dengan jarak tanam yang sesuai. Jarak tanam penting untuk menghindari kompetisi nutrisi dan cahaya. Lakukan pada pagi atau sore hari untuk mengurangi stres tanaman.

#### 6. Pemeliharaan Tanaman

Pemeliharaan meliputi:

- Penyiraman rutin sesuai kebutuhan tanaman
- Penyiangan gulma secara manual
- Pemupukan organik berkala (kompos, pupuk cair organik)

Praktik ini mendukung keseimbangan ekosistem dan mengurangi ketergantungan pada input eksternal.

#### 7. Pengendalian Hama dan Penyakit

Gunakan metode alami seperti pestisida nabati, rotasi tanaman, dan tanaman refugia. Pendekatan ini berbasis prinsip integrated pest management yang mengutamakan kontrol biologis dan ekologis.

#### 8. Panen

Panen dilakukan sesuai umur tanaman dan indikator kematangan. Waktu panen yang tepat memengaruhi kualitas dan nilai gizi produk



**Gambar 3:** Proses Penanaman Tanaman Organik

## SIMPULAN

Kegiatan yang telah dilaksanakan diharapkan berdampak bagi para pasien baik dalam hal memelihara kesehatan fisik dan mentalnya maupun dalam mempersiapkan mereka untuk

bisa mandiri setelah mereka keluar dari pusat rehabilitasi. Mereka dapat diterima oleh keluarga dan berbaur dengan masyarakat sekitarnya. Selain itu dapat menjadikan modal pelatihan ini untuk memenuhi kebutuhan sayur bagi dirinya dan keluarga.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kami ucapkan kepada bapak/ibu:

1. Pengelola pusat rehabilitasi Idaman yang sudah bersedia memberi waktu bagi tim dari Universitas Simalungun Dan Universitas Efarina untuk bisa melaksanakan pengabdian masyarakat di pusat rehabilitasi Idaman.
2. Ibu Apni O. Naibaho, M.Min, yang telah bersedia menjadi motivator dan pelatih dalam membuat pupuk dan menanam sayuran organik.
3. Ibu Eka S. R Sihombing, SKM., M.Kes, yang memberikan penyuluhan kesehatan bagi para pasien pusat rehabilitasi Idaman.
4. Ibu Eva Sriwiyanti, SE, AK, CA, M.Si. yang memberikan penyuluhan manajemen usaha kecil, pemasaran hasil tani, perhitungan modal dan keuntungan, serta strategi usaha mandiri.
5. Seluruh Tim (dosen dan mahasiswa) baik dari USI dan Efarina yang telah melakukan kerjasama dengan baik
6. Seluruh pasien pusat rehabilitasi yang turut berpartisipasi dalam kegiatan ini.

### DAFTAR PUSTAKA

- Asnur, P., Kurniasih, R., Arti, I. M., Ramdan, E. P., & Yulianti, F. (2023). Pemanfaatan Nasi Basi Dan Kulit Buah Nanas Menjadi Pupuk Organik Cair (POC). *Jurnal Pengabdian Masyarakat Sapangambe Manoktok Hitei*, 3(1), 16-22
- Batubara, M. S., Ginting, N., Harahap, F. S., Samsinar, S., & Amanda, D. (2024). Pelatihan Pembuatan Serta Pemanfaatan Pupuk Cair Organik Dan Ecoenzym Dari Limbah Sayuran Di Simatohir. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Sapangambe Manoktok Hitei*, 4(1), 67-74
- Departemen Kesehatan RI. (2010). *Pedoman Perilaku Hidup Bersih dan Sehat*. Jakarta: Depkes RI.
- Fagi, A. M., & Las, I. (2012). *Pertanian Organik: Sistem Produksi Berkelanjutan*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Pertanian.
- Harmain, U., & Saragih, J. R. (2021). Budidaya Sayuran Sistem Hidroponik Di Kelurahan Pardomuan Kecamatan Siantar Timur Kota Pematangsiantar. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Sapangambe Manoktok Hitei*, 1(1), 1-17. <https://doi.org/10.36985/jpmsm.v1i1.9>
- Sinaga, D. P., Damanik, R., Siboro, T. D., Purba, S. T., & Saragih, M. (2023). Penyuluhan Tentang Manfaat Mengonsumsi Yoghurt Dan Cara Pembuatannya Guna Mendorong Ekonomi Serta Kesehatan Masyarakat Di Kelurahan Sukamakmur Pematangsiantar. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Sapangambe Manoktok Hitei*, 3(1), 23-27
- Sitepu, C., Naldo, R. A. C., & Manik, R. (2025). Manfaat Optimalisasi Pelayanan Kesehatan Mental Warga Binaan Pemasarakatan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Sapangambe Manoktok Hitei*, 5(2), 214-218
- Soga, M., Gaston, K. J., & Yamaura, Y. (2017). Gardening is beneficial for health: A meta-analysis. *Preventive Medicine Reports*, 5, 92-99. <https://doi.org/10.1016/j.pmedr.2016.11.007>
- Sutedjo, M. M. (2010). *Pupuk dan Cara Pemupukan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- World Health Organization (WHO). (2019). *Promoting health through the life-course*. Geneva: WHO.
- Yuliana, L. (2018). Pertanian organik sebagai alternatif peningkatan ekonomi masyarakat. *Jurnal Pembangunan Pedesaan*, 18(2), 45-56