

PEMBERDAYAAN KELOMPOK WANITA TANI DALAM MENGOLAH SAYURAN 'BON-YUR' SEBAGAI MAKANAN SEHAT TAMBAHAN

Sonya Nurizki Vikandari^{1*}, Richa Mardianingrum², Adinda Putri Amanda³,
Mochamad Herdi Nurzaman⁴

^{1,2,4}Prodi Farmasi, Universitas Perjuangan Tasikmalaya, Indonesia

³Prodi Agroteknologi Pertanian, Universitas Perjuangan Tasikmalaya, Indonesia

sonya@unper.ac.id

ABSTRAK

Abstrak: Kelompok Wanita Tani (KWT) Mawar Bodas merupakan kelompok pemberdayaan wanita bidang pertanian yang memiliki permasalahan minimnya pengetahuan terkait pengolahan sayuran hasil panen yang tidak laku dijual. Tujuan pengabdian masyarakat ini yaitu meningkatkan pengetahuan dan keterampilan KWT dalam mengolah sayuran menjadi makanan sehat tambahan Bon-Yur (abon sayur) sebagai inovasi baru dalam bentuk dan rasa yang berbeda. Metode yang digunakan dalam pengabdian ini yaitu *Forum Group Discussion*, penyuluhan, pelatihan, monitoring dan evaluasi (*pre-test* dan *post-test*). Mitra dalam pengabdian ini yaitu KWT Mawar Bodas yang beranggotakan 25 orang. Hasil kegiatan pengabdian ini terdapat peningkatan pengetahuan mengenai materi pengolahan sayuran dan pentingnya sayuran bagi tubuh sebesar 92,6%, sebesar 100% peserta antusias untuk mengolah sayuran menjadi bon-yur serta sebesar 80% peserta tertarik untuk memproduksi bon-yur. Hal ini menunjukkan bahwa KWT memiliki potensi kreativitas dalam memajukan kesejahteraan ekonomi serta pentingnya pengabdian lanjutan sebagai tindak lanjut pembuatan bon-yur.

Kata Kunci: Bon-yur; Kelompok Wanita Tani; Makanan sehat.

Abstract: *The Mawar Bodas Women Farmers Group (KWT) is a women's empowerment group in the agricultural sector that has a problem of lack knowledge related to processing harvested vegetables that are not sold. The aim of this community service is to increase the knowledge and skills of KWT in processing vegetables into additional healthy food Bon-Yur (vegetable floss) as a new innovation in different forms and flavors. The methods used in this service are forum group discussion, counseling, training, monitoring, and evaluation (pre-test and post-test). The partner in this service is KWT Mawar Bodas Tasikmalaya, which has 25 members. The result of this service activity shows an increase in knowledge about vegetable processing and importance of vegetables for the body by 92.6%, with 100% of participants were enthusiastic about processing vegetables into bon-yur and 80% of participants were interested in producing bon-yur. This shows that KWT has the potential for creativity in advancing economic welfare and the importance of further service as a follow-up to making bon-yur.*

Keywords: *Bon-yur; Women Farmer Group; Healthy Food.*



Article History:

Received: 03-10-2024

Revised : 13-11-2024

Accepted: 15-11-2024

Online : 04-12-2024



*This is an open access article under the
CC-BY-SA license*

A. LATAR BELAKANG

Indonesia memiliki keanekaragaman hayati sehingga memiliki potensi dalam pengembangan produk pangan lokal berbasis sumber daya alam. Salahsatu pengembangan dalam sektor pangan yaitu budidaya sayuran yang memiliki peluang dalam meningkatkan ekonomi serta menjanjikan untuk mengurangi kemiskinan (Schreinemachers et al., 2018). Budidaya sayuran memberikan kontribusi penting yang memiliki peran krusial dalam ketahanan pangan serta pemenuhan gizi masyarakat lokal. (Septiadi et al., 2020). Peningkatan ekonomi dalam sektor ketahanan pangan khususnya produksi sayuran mampu memberikan peluang kepada petani kecil (Schreinemachers et al., 2018)

Dalam upaya meningkatkan nilai tambah produk pertanian dan memberdayakan masyarakat, khususnya perempuan, peran KWT sangatlah strategis. KWT tidak hanya berfungsi sebagai wadah bagi perempuan untuk saling berbagi pengetahuan dan pengalaman, tetapi juga sebagai penggerak dalam mengembangkan usaha ekonomi produktif. Pemberdayaan KWT mampu membantu kaum wanita menjadi lebih produktif dan mandiri untuk memajukan ekonomi kesejahteraan keluarga serta sebagai salahsatu potensi untuk menciptakan lapangan pekerjaan baru (Nopita et al., 2020; Rusli et al., 2022). Mengingat halnya bahwa kebanyakan wanita di Desa bekerja sebagai buruh tani, ibu rumah tangga dan pedagang, hanya sebagaian kecil yang memiliki pekerjaan sebagai PNS ataupun karyawan (Ardiani et al., 2021).

Sayuran adalah sumber gizi terpenting dalam proses metabolisme tubuh untuk fungsi motorik yang meliputi protein, besi dan energi (Umar et al., 2018). Konsumsi sayuran dapat mewujudkan keseimbangan gizi dikarenakan sayuran memiliki nutrisi yang meliputi vitamin, mineral, antioksidan dan serat (Jafarzadeh et al., 2021). Selain itu, sayuran berperan sebagai penangkal racun dan pencegahan penyakit (Kemenkes, 2014). Terdapat berbagai macam sayuran yang dapat tumbuh di Indonesia diantaranya kangkung, selada dan bayam. Setiap sayuran memiliki kandungan gizi yang berbeda-beda. Kandungan kangkung dalam 100 gram memiliki energi 29 kkal, protein 3 gram, lemak 0,3 gram, karbohidrat 5,4 gram, kalsium 73 miligram, fosfor 50 miligram, zat besi 3 miligram, vitamin B1 0,07 gram dan vitamin V 32 mg (Hidayati et al., 2017.; Rianto & Ahmad, 2017) Kandungan bayam dalam 100 gram memiliki 2,3 gram protein, 3,2 gram karbohidrat, 3 gram besi, 81 gram kalsium, vitamin A, vitamin C, natrium, kalsium dan magnesium (Novriani, 2014.; Rianto & Ahmad, 2017). Kandungan selada dalam 100 gram memiliki energi 15 kkal, protein 1,2 gram, lemak 0,2 gram, karbohidrat 2,9 gram, kalsium 22 miligram, fosfor 25 miligram, zat besi 1 miligram, vitamin C 8 miligram dan vitamin B1 0,04 gram (Novriani, 2014). Berdasarkan Kementrian Kesehatan pada tahun 2014 bahwa gizi yang tidak seimbang dikarenakan rendahnya konsumsi sayuran. Minimnya konsumsi sayuran sering terjadi pada berbagai kalangan remaja (Siregar et al., 2022) dan anak-anak (Indira, 2015). Kemungkinan

keterbatasan seseorang tidak menyukai mengkonsumsi sayuran yaitu rasa yang pahit (Bel-Serrat et al., 2022). Selain itu, minimnya inovasi dalam pengolahan sayuran menyebabkan sayuran tidak memiliki ketertarikan untuk dikonsumsi (Widayanti et al., 2018).

KWT Mawar Bodas adalah kelompok masyarakat desa yang berdiri sejak 2017 beranggotakan 25 orang ibu rumah tangga yang tidak memiliki penghasilan tetap. Program KWT Mawar Bodas yaitu berjualan sayuran hasil panen di setiap hari Kamis. Tantangan yang dialami oleh KWT Mawar Bodas yaitu pemasaran sayuran yang bersaing dengan pemasok menyebabkan dilematik warga sekitar dalam berbelanja sayuran dikarenakan terdapat berbagai pertimbangan dari segi biaya, kelebihan dan kekurangan kualitas sayuran. Selain itu, tantangan keterbatasan penyimpanan sayuran yang tidak bisa disimpan dalam jangka waktu yang lama karena berpengaruh pada warna dan kesegaran dari sayuran itu sendiri (Jafarzadeh et al., 2021; Pradjasasmitha et al., 2018). Strategi yang digunakan dalam mengatasi masalah tersebut yaitu mengolah olahan sayuran hasil panen sebagai inovasi baru dalam bentuk dan rasa yang berbeda dengan memperhatikan asupan gizi yang seimbang dan meningkatkan konsumsi sayuran (Kasim et al., 2022). Bon-yur adalah singkatan abon sayur dalam bentuk kemasan sebagai makanan sehat tambahan dan pelengkap dalam berbagai hidangan. Kelebihan bon-yur yakni memiliki penampilan, rasa, aroma dan bentuk yang berbeda serta kaya akan nutrisi. Bon-yur memanfaatkan daun sayuran yang dikeringkan untuk menghilangkan kadar air lalu diracik dengan bumbu tambahan. Target yang ingin dicapai dalam pengabdian ini yaitu menumbuhkan keterampilan KWT Mawar Bodas dalam memanfaatkan hasil panen menjadi produk makanan sehat tambahan yang dapat meningkatkan minat dan selera konsumsi sayuran bagi berbagai kalangan.

Pemberdayaan masyarakat dapat mengembangkan kalangan masyarakat kelas bawah dalam semua sektor bidang dengan cara memberi motivasi serta mendorong potensi yang dimiliki agar lebih efektif dan efisien (Afdhal et al., 2023.). Mardikanto (dalam Afdhal et al., 2023) peran penting pemberdayaan masyarakat yaitu : (1) Perbaikan kelembagaan, (2) perbaikan usaha, (3) perbaikan pendapatan, (4) perbaikan lingkungan, (5) perbaikan kehidupan, dan (6) perbaikan masyarakat. Peran pemberdayaan masyarakat ini sangat penting untuk kesejahteraan hidup yang lebih baik dan berkembang secara mandiri. Keberhasilan dari pemberdayaan disertai partisipasi masyarakat yang berperan aktif dalam setiap tahapan kegiatan pemberdayaan yaitu sosialisasi, perencanaan, pelaksanaan dan pelestarian kegiatan dengan cara mengemukakan ide/gagasan ataupun menyumbangkan tenaganya (Kalesaran et al., 2015). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Syarif pada tahun 2018 bahwa bentuk pemberdayaan KWT diawali dengan sosialisasi, pertemuan rutin, demonstrasi, konsultasi dan pelatihan pengolahan sayuran berhasil

meningkatkan pengetahuan dan keterampilan serta memberikan dampak positif pada ekonomi dan sosial (Syarif, Asriyanti. 2018).

Pemberdayaan KWT memiliki dampak yang signifikan terhadap ketahanan pangan dengan melibatkan partisipasi aktif anggota KWT (Pratama et al., 2022). Selain ketahanan pangan, KWT memiliki potensi besar dalam pengembangan produk olahan pangan lokal, seperti pengolahan jagung menjadi samosa sebagai oleh-oleh Kota Malang (Sunaryo, et al., 2021), pengolahan singkong menjadi tape (Fiorentina et al., 2023), pembuatan stik dan keripik bayam (Nurhidayah et al., 2023) dan pembuatan cookies dan mie kering dari sayuran hidroponik (Wati et al., 2024)

B. METODE PELAKSANAAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian dilaksanakan pada 12 September 2024 pukul 08.00-12.00 WIB bertempat di KWT Mawar Bodas Kota Tasikmalaya yang melibatkan 25 anggota KWT. Metode pelaksanaan kegiatan ini meliputi *FGD*, penyuluhan, pelatihan serta evaluasi. Adapun langkah-langkah kegiatan pengabdian yang dilakukan adalah sebagai berikut :

1. *Forum Group Discussion (FGD)*

Kegiatan *FGD* ini sebagai langkah awal kegiatan dengan berdiskusi antara tim pengabdian dengan mitra terkait permasalahan yang dialami, teknis pelaksanaan, waktu pelaksanaan dan kesediaan anggota KWT dalam mengikuti kegiatan penyuluhan dan pelatihan pembuatan bon-yur.

2. Penyuluhan

Kegiatan ini diawali dengan *pre-test* untuk mengetahui pengetahuan awal yang dimiliki oleh peserta. Selanjutnya, peserta diberikan *flyer* sebagai media untuk memahami informasi yang disampaikan. Materi disampaikan oleh Dosen terkait pengolahan hasil panen sayuran, pentingnya sayuran bagi tubuh dan pembuatan bon-yur.

3. Pelatihan

Kegiatan pelatihan ini berupa demonstrasi pembuatan bon-yur serta pengemasan produk yang dihasilkan. Pelatihan diikuti oleh seluruh peserta dalam pembuatan bon-yur.

4. Monitoring dan Evaluasi

Metode evaluasi yang digunakan adalah observasi pemberian *post-test* untuk mengetahui peningkatan pengetahuan dan antusias peserta setelah kegiatan dilaksanakan. Soal yang diberikan terbagi menjadi dua bagian. 5 pertanyaan mengenai pengolahan sayuran dan 5 pertanyaan mengenai pentingnya sayuran bagi tubuh. Setelah kegiatan berlangsung, peserta diberikan kuesioner untuk melihat antusias peserta dalam mengolah sayuran menjadi produk bon-yur dan memproduksi produk bon-yur sebagai tindak lanjut dari pengabdian ini

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. *Forum Group Discussion (FGD)*

FGD ini dilaksanakan oleh perwakilan tim pengabdian dan perwakilan mitra. Berdasarkan hasil *FGD* terdapat permasalahan mitra salah satunya adalah pengolahan hasil panen yang belum maksimal. Program pengolahan hasil panen yang telah berjalan yaitu budidaya tanaman dan penjualan sayuran hasil panen di setiap hari Kamis dalam setiap minggunya. Sayuran hasil panen yang tidak terjual, harus disimpan selama satu minggu untuk dijual kembali. Permasalahan yang dialami oleh KWT Mawar Bodas ialah minimnya pengetahuan dalam mengolah sayuran yang tidak laku dijual dikarenakan sayuran yang sudah tidak segar. Kualitas suatu produk berbanding lurus dengan tingkat ketertarikan konsumen. Kualitas yang terjaga dengan baik akan mempengaruhi minat konsumen (Kurniasari, D. 2021). Kebanyakan konsumen memperhatikan kualitas sayuran dari warna daun sayuran yang masih terlihat hijau dan kualitas daun yang masih terasa keras (Yurlisa et al., 2019). Hasil diskusi ini berupa kesepakatan kegiatan sosialisasi dan pelatihan pembuatan olahan sayuran hasil panen menjadi makanan sehat tambahan.

2. *Penyuluhan*

Kegiatan penyuluhan ini bertujuan untuk memberikan informasi terkait strategi dalam mengolah sayuran hasil panen, pentingnya konsumsi sayuran bagi tubuh serta pembuatan sayuran hasil panen menjadi makanan sehat tambahan.



Gambar 1. Penyuluhan

Setelah kegiatan penyuluhan berlangsung, tim pengabdian menyerahkan hibah berupa satu unit oven/*food dehydrator* serta alat dan bahan pendukung lainnya untuk pembuatan *bon-yur*. Pemberian hibah ini bertujuan untuk membantu anggota KWT dalam menggali potensi kreatifitas pengolahan sayuran untuk memajukan ekonomi keluarga.

3. Pelatihan Pembuatan Bon-yur

Tim pengabdian melakukan demonstrasi pembuatan bon-yur yang selanjutnya diikuti secara praktek oleh seluruh peserta. Melalui pelatihan ini diharapkan peserta mampu membuat produk bon-yur secara mandiri untuk dikonsumsi hingga dipasarkan. Adapun tahapan dalam pembuatan bon-yur adalah sebagai berikut:

a. Pensiapan alat dan bahan

Alat yang digunakan yaitu oven/*food dehydrator*, mangkuk, piring, sendok dan sarung tangan plastik. Bahan yang digunakan yaitu kangkung, bayam, selada, serbuk bawang merah, serbuk bawang putih, kaldu jamur dan cabai kering

b. Pencucian dan pengeringan sayuran

Metode pengeringan yang digunakan yaitu pengeringan kabinet (*Cabinet drying*) berupa oven/*food dehydrator* untuk menghilangkan kadar air dengan menjaga suhu oven agar konstan. Pengeringan kabinet yang paling maksimum yaitu pada suhu 100°C selama ± 15 menit. Waktu dan suhu yang digunakan dalam pengeringan sayuran perlu diperhatikan agar kandungan gizi dari sayuran tidak hilang. Pengeringan ini dapat menurunkan potensi penurunan vitamin yang ada dalam sayuran. Semakin lama proses pengeringan akan semakin banyak kandungan vitamin C yang hilang (Saida, et al. 2019).

c. Pembuatan racikan

Campurkan sayuran yang sudah halus dengan serbuk bawang merah, serbuk bawang putih, kaldu jamur dan cabai kering sesuai selera. Penambahan bahan tambahan ini bertujuan untuk menambah kandungan gizi dalam produk serta menambah cita rasa sayuran.

d. Pengemasan

Masukkan bon-yur ke dalam wadah botol lalu dilabeli stiker dan segel untuk keamanan dan perlindungan produk. Pengemasan ini menggunakan wadah botol 70 mL yang diberi segel plastik *shrink*. Pemilihan wadah yang sesuai dalam sayuran perlu diperhatikan agar kualitas sayuran tetap terjaga (Yuarini et al., 2015).



Gambar 2. Pelatihan pembuatan bon-yur

Pelatihan diawali dengan tim pengabdian mendemonstrasikan proses pengeringan sayuran menggunakan oven/*food dehydrator*. Peserta dibagi menjadi tiga kelompok untuk berkreasi membuat bon-yur dari beragam sayuran seperti kangkung, selada dan bayam. Setiap kelompok bereksperimen dalam meracik bumbu bon-yur sesuai selera masing-masing kemudian melakukan pengemasan produk. Setelah itu, peserta diarahkan untuk mencampurkan produk bon-yur dengan nasi hangat sebagai hidangan percobaan. Seluruh peserta berkesempatan mencicipi semua variasi bola nasi bon-yur dan memberikan deskripsi mengenai hasil pembuatan bon-yur dari setiap kelompoknya dengan tim pengabdian mendemonstrasikan pengeringan sayuran menggunakan *oven/food dehydrator*.

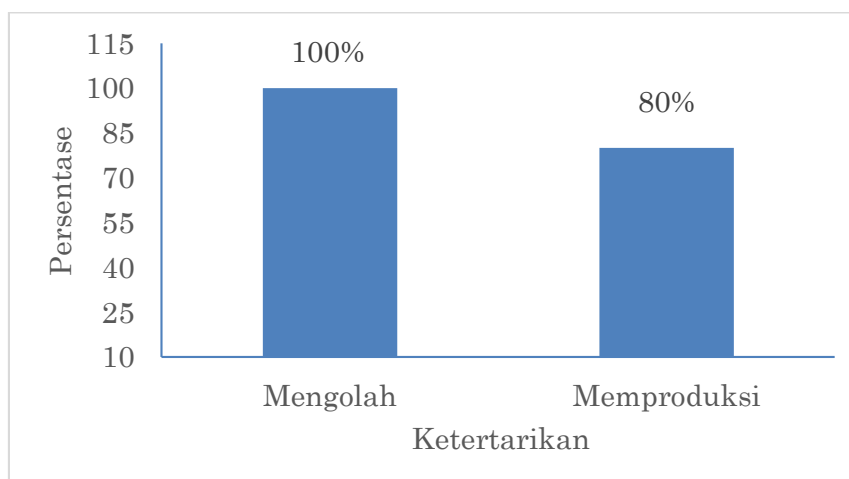
4. Evaluasi

Metode evaluasi yang digunakan yaitu *pre-test* dan *post-test* untuk mengetahui peningkatan pengetahuan KWT Mawar Bodas, seperti terlihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Nilai N-Gain *Pre-test* dan *Post-test*

n	Rata-Rata				Kategori
	<i>Pre-test</i>	<i>Post-test</i>	N-Gain	% N-Gain	
25	55,2	96,8	0,926	92,6	Tinggi

Berdasarkan Tabel 1, terdapat peningkatan pengetahuan yang termasuk ke dalam kategori tinggi dengan nilai persentase n-gain sebesar 92,6%. Jika nilai n-gain >0,7 maka kegiatan pengabdian dapat dikatakan efektif dan termasuk ke dalam peningkatan pengetahuan yang tinggi (Hake, 1998 dalam Febrinita, 2022). Selain itu, sebanyak 100% peserta memiliki ketertarikan terhadap pengolahan sayuran menjadi produk bon-yur serta sebanyak 80% peserta memiliki ketertarikan dalam memproduksi dan menjual produk bon-yur dalam skala kecil menuju ke skala yang lebih besar yang dapat dilihat pada Gambar 3.



Gambar 3. Persentase ketertarikan peserta terhadap bon-yur

Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan pengabdian kepada masyarakat terkait pembuatan bon-yur sebagai makanan sehat tambahan dapat diterima oleh anggota KWT Mawar Bodas sebagai inovasi baru dalam mengolah sayuran dikarenakan memiliki penampilan, aroma, tekstur dan rasa yang berbeda dari sayuran pada umumnya. Selain itu, produksi bon-yur memiliki potensi dalam meningkatkan ekonomi sekitar sehingga diharapkan KWT Mawar Bodas dapat merealisasikan produksi bon-yur guna meningkatkan ekonomi keluarga.

D. SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian kepada KWT Mawar Bodas dapat disimpulkan bahwa KWT memiliki potensi keterampilan dalam pembuatan olahan sayuran bon-yur dengan penampilan dan tekstur yang menarik serta aroma dan rasa yang lezat. Faktor keberhasilan dalam kegiatan ini adalah adanya peningkatan pengetahuan sebesar 92,6%. Selain itu, seluruh peserta memiliki antusias dalam membuat produk dan sebesar 80% peserta memiliki keinginan untuk memproduksi produk bon-yur. Harapan dari pengabdian ini yaitu KWT Mawar Bodas mampu memanfaatkan potensi pertanian lokal dalam menciptakan produk yang sehat dan bernilai ekonomi tinggi. Kegiatan pengabdian ini perlu diadakan keberlanjutan mengenai kiat-kiat pemasaran secara online agar KWT mampu mengembangkan pengetahuan teknologi terkini. Selain itu, perlu diadakan pelatihan pembuatan desain/logo secara digital untuk memudahkan dalam menuangkan ide-ide kreativitas anggota KWT.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat Universitas Perjuangan Tasikmalaya yang telah mendanai kegiatan ini melalui hibah kompetitif internal tahun 2024 sehingga kegiatan ini terlaksana dengan baik. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada KWT Mawar Bodas selaku mitra yang telah bekerja sama dalam kegiatan ini.

DAFTAR RUJUKAN

- Afdhal, A., Mustanir, A., Ilmi, A., Aksal, F., Iwan, M., Kusnadi, H., Fauzan, R., Duwi, A., Rina, S., & Abdurrohman, W. (2023). *Pemberdayaan Masyarakat*. www.globaleksekitifteknologi.co.id
- Ardiani, F. D. & Dibyorini, C. R. (2021). Pemberdayaan Perempuan Melalui Kelompok Wanita Tani (KWT) "ASRI" Kalurahan Bendung Kapanewon Semin Kabupaten Gunung Kidul. *Jurnal Sosio Progresif*, 1(1), 1-12
- Bel-Serrat, S., von der Schulenburg, A., Marques-Previ, M., Mullee, A., & Murrin, C. M. (2022). What are the determinants of vegetable intake among adolescents from socioeconomically disadvantaged urban areas? A systematic review of qualitative studies. In *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity* (Vol. 19, Issue 1). BioMed Central Ltd. <https://doi.org/10.1186/s12966-022-01396-9>

- Dewi, N. A., & Mardiana, M. (2023). Pemanfaatan Kangkung Darat (*Ipomoea Reptans Poir*) menjadi Abon Kangkung sebagai Pangan Fungsional di Desa Cipareuan Kabupaten Garut. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 6 (5), 1710–1716. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v6i5.9121>
- Febrinita, F. (2022). Efektivitas Penggunaan Modul Terhadap Hasil Belajar Matematika Komputasi Pada Mahasiswa Teknik Informatika. *Jurnal Pendidikan Matematika*, 5 (1), 1-9
- Fiorentina, Y., Nurkholis, Kgs. M., Emilda, E., & Shafiera, S. (2023). Pemberdayaan Wanita Tani Melalui Pelatihan Pengolahan Singkong Untuk Meningkatkan Potensi Wirausaha. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 7(5), 4939-4946. <https://doi.org/10.31764/jmm.v7i5.17539>
- Hidayati, N., Rosawanti, P., Yusuf, F., & Hanafi, N. (2017). Kajian Penggunaan Nutrisi Anorganik Terhadap Pertumbuhan Kangkung (*Ipomoea reptans Poir*) Hidroponik Sistem Wick Study of the Use of Inorganic Nutrition on the Growth of Kale (*Ipomoea reptans Poir*) Wick Hydroponics System. In *Jurnal Daun*, Vol. 4, Issue 2, 75-81
- Indira, I. A., (2015). Perilaku Konsumsi Sayur dan Buah Anak Prasekolah di Desa Embatau Kecamatan Tikala Kabupaten Toraja Utara. *Jurnal MKMI*, 11(4), 253-262
- Jafarzadeh, S., Mohammadi Nafchi, A., Salehabadi, A., Oladzad-abbasabadi, N., & Jafari, S. M. (2021). Application of bio-nanocomposite films and edible coatings for extending the shelf life of fresh fruits and vegetables. In *Advances in Colloid and Interface Science*, Vol. 291, Hal 102405, Elsevier B.V. <https://doi.org/10.1016/j.cis.2021.102405>
- Kalesaran, F., Rantung, V. V., & Pioh, N. R. (2015). Partisipasi Dalam Program Nasional Pemberdayaan Masyarakat Mandiri Perkotaan Kelurahan Taas Kota Manado. In *Acta Diurna*, Vol. IV (Issue 5).
- Kasim, F. N., Habi, W. A., Napu, R. S., Anggraini, L., & Paramata, P. (2022). Pengembangan Usaha Petani Sayur untuk Meningkatkan Perekonomian Masyarakat Desa Bulotalangi Timur. *Damhil: Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 1(2), 67–73.
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2014). *Pedoman Gizi Seimbang*. Jakarta
- Kurniasari, Dwi. (2021). Analisis Persepsi Kualitas dan Persepsi Harga terhadap Minat Beli Melalui Sikap Konsumen pada Sayur Organik Secara Online di Surabaya. *Journal of Economic and Business*. Vol. 2, No. 2. 43-54
- Nopita, M., Febriani, L. (2020). Pemberdayaan Perempuan Pada Kelompok Wanita Tani (Kwt) Nurjanah Di Desa Kimak Kecamatan Merawang Kabupaten Bangka. In *Jurnal Ilmiah Mahasiswa* (Vol. 2, Issue 1). 44-57 <http://scripta.fisip.ubb.ac.id/index.php/scripta>
- Novriani. 2014. Respon Tanaman Selada (*Lettuce Sativa L*) Terhadap Pemberian Pupuk Organik Cair Asal Sampah Organik Pasar. *Klorofil*. 9(2). 57-61
- Nurhidayah, S., Jakiyah, U., & Rosmala, A. (2023). Pemberdayaan Kelompok Wanita Tani Mawar Bodas dalam Perhitungan Kelayakan Usaha Stik dan Keripik Bayam. *JPPM (Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat)*, 7(1), 111. <https://doi.org/10.30595/jppm.v7i1.9735>
- Pradjasasmitha, M., Udzmah, N., & Saputri, S. D. (2023). Perbandingan Tingkat Kualitas Produk Sayuran pada Pasar Tradisional dan Pasar Modern di Ngaliyan Kota Semarang Dalam Perspektif Biologi. *Agrifo*, 8 (2), 49-62
- Pratama, D., Witjaksono, R., & Raya, A. B. (2022). Partisipasi Anggota Kelompok Wanita Tani (KWT) Dalam Kegiatan Pekarangan Pangan Lestari Mendukung Ketahanan Pangan Rumah Tangga Di Kabupaten Gunung kidul di Yogyakarta. *Jurnal Ketahanan Nasional*, 28(1), 19. <https://doi.org/10.22146/jkn.71270>

- Rianto, D., & Ahmad, N. (2017). Optimalisasi Kandungan Serat pada Saus Bayam. *Jurnal Ilmiah Teknologi Pertanian AGROTECHNO*, 2(2), 227–231.
- Rusli, D., Permadi, C. Z., & Haryono, D. (2022). Pemberdayaan Kelompok Wanita Tani (KWT) di Kelurahan Kahuripan. *Jurnal Indonesia Sosial Sains*, 3(4), 515–528. <https://doi.org/10.36418/jiss.v3i4.565>
- Saidi, I. A., Wulandari, F. A. (2019). *Pengeringan Sayuran Dan Buah-Buahan*. Universitas Muhammadiyah Sidoarjo: Umsida Press
- Septiadi, D., & Nursan, M. (2020). Optimasi Produksi Usaha Tani Sebagai Upaya Peningkatan Pendapatan Petani Sayuran di Kota Mataram. *Jurnal Agrifo*, 5 (2), 87-96
- Siregar, M. H., & Rahmy H.A. (2022). Kecukupan Konsumsi Buah dan Sayur Pada Remaja Pada Masa Pandemi COVID-119 Berdasarkan Faktor Demografi. Vol.10, No.2, Hal. 79-88
- Sunaryo, N. A., Devi, M., Soekopitojo, S., Afnany, N. N., Fandi, Y., Sekar, T., & Naufal. (2021). Pemberdayaan Kelompok Wanita Tani (KWT) Srigading melalui Pelatihan Mengolah Jagung sebagai Upaya Pengembangan Produk Oleh-Oleh Makanan di Malang. *Jurnal Abdimas Pariwisata*. Vol 2, No.1. 94-101
- Schreinemachers, P., Simmons, E. B., & Wopereis, M. C. S. (2018). Tapping the economic and nutritional power of vegetables. In *Global Food Security* (Vol. 16, pp. 36–45). Elsevier B.V. <https://doi.org/10.1016/j.gfs.2017.09.005>
- Umar, F., & Maallah, M. N. (2018). Analisis Pola Konsumsi Sayur dan Buah dengan Perkembangan Motorik Halus Anak di PAUD Terpadu Nusa Indah Kota Parepare. *Jurnal Ilmiah Manusia dan Kesehatan*. (Vol. 1, Issue 2), 99-106, <http://jurnal.umpar.ac.id/index.php/makes>
- Wati, D. A., Muharramah, A., Pratiwi, A. R., Azhyra, Y., Syafira, A., Yanti, P. P. (2024). Optimalisasi Pemanfaatan Sayuran Hidroponik Menjadi Produk Cookies dan Mie Kering Kaya Gizi oleh Kelompok Wanita Tani (KWT) Gumukrejo Kabupaten Pringsewu. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Ungu*. 6 (2), 94-103
- Widayanti, N., Maimurni, S., Mulyadi, D. S., Dwi, N., Ratnasari, P., & Aisyah, S., Syahria, N. (2018). *Inovasi Pemanfaatan Sayuran Menjadi Smoothie Dan Ice Cream Sayur*. Abadimas Adi Buana. Vol 2, No 1, 47-53
- Yuarini, A., Ayu, D., Satriawan, K., Putu, D., & Suardi, O. (2015). Strategi Peningkatan Kualitas Produk Sayuran Segar Organik pada CV. Golden Leaf Farm Bali. *Jurnal Manajemen Agribisnis*, 3(2), 93-109
- Yurlisa, K., Dawam Maghfoer, Moch., Aini, N., & Sumiya Dwi Yamika, W. (2019). Consumers' Preference on Quality of Three Indigenous Vegetables in East Java, Indonesia. *Jurnal Hortikultura Indonesia*, 9(3), 158–166. <https://doi.org/10.29244/jhi.9.3.158-166>