

LAPORAN MENJADI PEMATERI

Nama dan NIK : Warid (140904)

Jabatan dan Unit Kerja : Dosen Prodi Agroteknologi Universitas Trilogi

Melaporkan kegiatan pelatihan/pendidikan sebagai berikut:

1. Pendidikan/Pelatihan : Akademi Berkebun 42
2. Penyelenggara : Indonesie Berkebun
3. Tempat Pelaksanaan : Ruang 206 Universitas Trilogi
4. Waktu Pelaksanaan : Sabtu, 2 September 2022

5. Materi yang diberikan :

Pelatihan dasar teknis berkebun untuk memanfaatkan lahan terbatas di sekitar halaman rumah pemanfaatan pekarangan untuk ketahanan pangan keluarga (*urban farming*), kiat memilih jenis sayuran dan pascapanen sayuran. Pemaparan materi dilakukan dari pukul 09.00 – 15.00 WIB dengan jumlah peserta sekitar 23 orang yang mayoritas ibu-ibu rumah tangga.

6. Uraian singkat mengenai pendidikan/pelatihan :

Akademi berkebun merupakan wadah edukasi dari komunitas Indonesia Berkebun yang telah dilakukan secara rutin setiap 3 bulan sekali sejak tahun 2011. Semenjak covid-19 melanda, akademi berkebun dilakukan secara daring dan saat ini telah kembali dilakukan secara luring di Universitas Trilogi (Trilogi Berkebun). Saat ini akademi berkebun telah memasuki Angkatan 42. Materi yang diberikan tidak hanya berupa teori, tetapi juga dilakukan praktik berkebun yang pembuatan media tanam dengan pencampuran beberapa bahan, pengolahan lahan, menanam kangkung dan bayam, serta praktik panen sayuran daun di kebun.

Jakarta, 4 September 2023

Pemberi Pelatihan



Warid, S.P., M.Si.



Universitas Trilogi
Teknopreneur, Kolaborasi dan Kemandirian

SUMBER DAYA MANUSIA
FR-TRILOGI-SDM-009/R0
EDISI 01

LAPORAN MENJADI PEMATERI



AKADEMI BERKEBUN 42

Sabtu, 2 September 2023 | 08.30 - 15.30 WIB

Universitas Trilogi, Jl. Taman Makam Pahlawan No 1.

Kalibata, DKI Jakarta

Investasi : Rp. 150k

(termasuk snack, makan siang dan minum)

Save the Date

Narasumber:



@idaamal12



@waridizm



@winartania



@akademiberkebun



bit.ly/daftarakbun42

LAPORAN MENJADI PEMATERI





UNIVERSITAS TRILOGI

TEKNOPRENEUR - KOLABORASI - KEMANDIRIAN

SURAT TUGAS NO.125/FSTD/PRODI/STG/VIII/2023

Kepala Program Studi Agribisnis dan Agroekoteknologi dengan ini menugaskan kepada:

No.	NAMA	NIDN	PRODI
1.	Warid, SP., M.Si.	0307038505	AGRIBISNIS

Untuk menghadiri dan mengisi acara pelatihan kegiatan “ **AKADEMI BERKEBUN 42** ” yang akan dilaksanakan pada:

Hari / Tgl : Sabtu / 2 September 2023.
Waktu : 08.30 – 15.00 Wib
Tempat : Universitas Trilogi, Jl. Taman Makam Pahlawan No.1
Kalibata, DKI Jakarta.
Pelaksana : Indonesia Berkebun.

Demikian surat tugas ini kami sampaikan, untuk dilaksanakan dengan sebaik-baiknya dan penuh tanggung jawab.

Jakarta, 31 Agustus 2023



Dr.Dina Nurul Fitria, S.E.,M.T.,CSCA.,CRP
Kepala Program Studi AGB & AET

Tembusan:

- Wakil Rektor Bidang Pembelajaran Dan Kemahasiswaan
- Dekan Fakultas FSTD
- Kepala Biro SDM



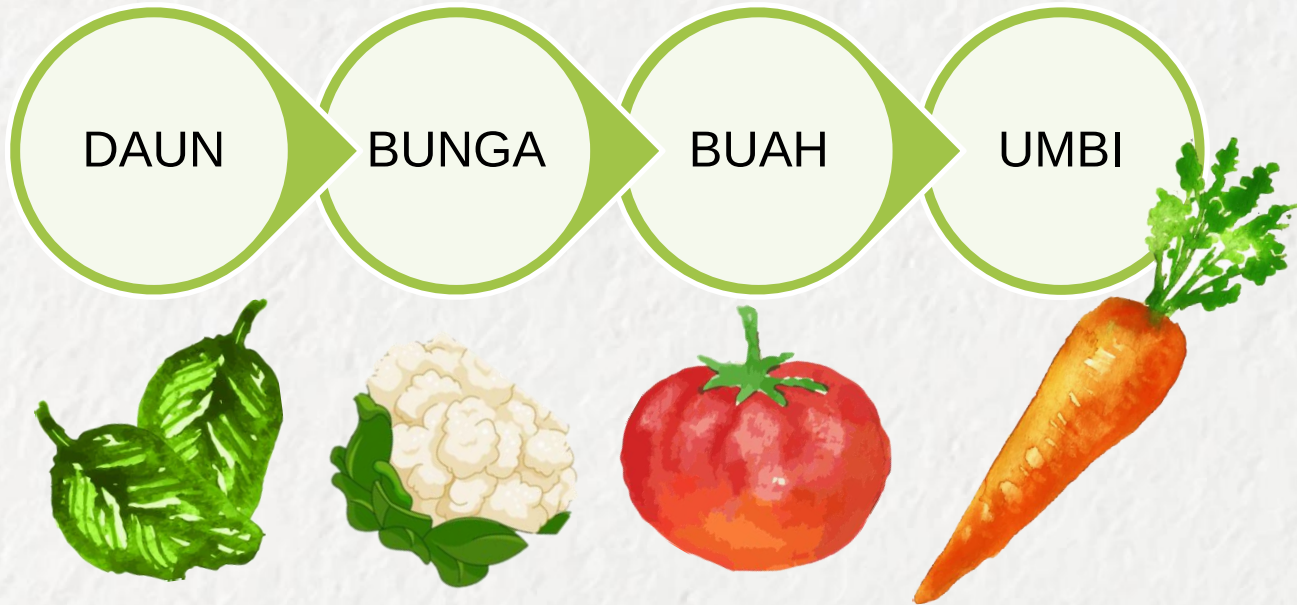
JENIS SAYURAN UNTUK KEBUN DI RUMAH

TIPS MEMILIH JENIS SAYURAN UNTUK KEBERHASILAN HOME GARDENING

WARID
Trilogi Berkebun – Jejaring Kampus

JENIS SAYURAN

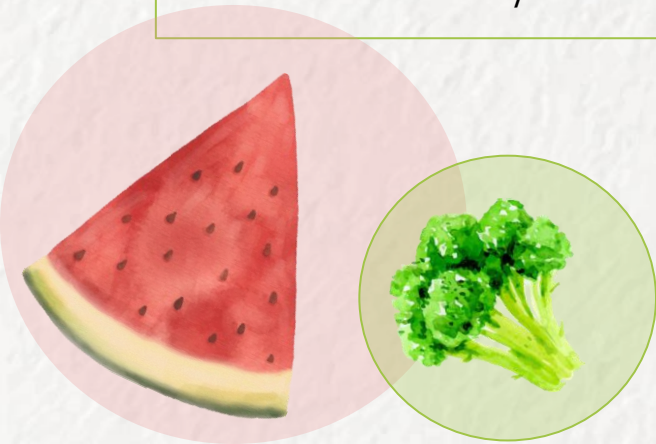
Berdasarkan bagian tanaman yang dikonsumsi



Setiap tanaman memiliki karakter yang berbeda, baik antar sesama sayuran daun, bunga, buah, maupun umbi

Apakah saya bisa menanam semua jenis sayuran tersebut di rumah?

Kita bisa menanam semua jenis sayuran di halaman rumah. Namun, sebaiknya kita perlu memprioritaskan sayuran tertentu karena lahan/ *space* di rumah terbatas.



Kenapa harus sesuai dengan iklim?

01

**Perbedaan panjang
hari**



**Tanaman hari pendek
Tanaman hari panjang
Tanaman hari netral**



02

**Adanya perbedaan
suhu udara**



**Kebutuhan suhu
tertentu untuk
pertumbuhan dan
perkembangan
tanaman**

03

**Perbedaan jenis
hama dan penyakit
tanaman**



Daya tahan tanaman



Ketinggian Tempat (MDPL)

01

**Dataran Rendah
(dibawah 400 mdpl)**



**Suhu udara 25 -34C
RH 40-70%**

02

**Dataran Medium
(401 -800 mdpl)**



**Suhu udara 20-32C
RH 50-80%**

03

**Dataran Tinggi
(di atas 800 mdpl)**



**Suhu udara 15-30C
RH 60-90%**



Ketinggian Tempat (mdpl)



Pada umumnya rekomendasi ketinggian tempat penanaman suatu jenis tanaman sayuran yang diberikan oleh beberapa sumber informasi berdasarkan tiga kategori ketinggian tempat tersebut.

Misal, bayam dan kangkung direkomendasikan untuk dataran rendah. Artinya, bayam dan kangkung akan tumbuh sesuai dengan karakternya jika ditanam di lahan dengan ketinggian 0 – 400 mdpl.

Jika dipaksakan ditanam pada dataran tinggi, maka kemungkinan yang terjadi antara lain: umur tanaman menjadi panjang, tanaman kerdil dengan luas daun yang menyempit, dan sebagainya.



Ketinggian Tempat (mdpl)



Jenis sawi putih tertentu direkomendasikan untuk dataran tinggi. Artinya jenis tanaman tersebut akan tumbuh baik sesuai karakternya jika ditanam di lahan dengan ketinggian di atas 800 mdpl.

Jika dipaksakan ditanam di dataran rendah (di bawah 400 mdpl), maka kemungkinan yang terjadi antara lain, daun mudah rusak terbakar matahari, kepala krop tidak terbentuk, atau jika terbentuk pun kepala kropnya tidak padat, dan sebagainya.



Ketinggian Tempat (mdpl)

Kemungkinan yang terjadi jika tidak sesuai dengan kriteria ketinggian tempat

Umur panen akan lebih cepat pada ketinggian tempat yang terendah



Tanaman mengalami stress

Produktifitas akan lebih tinggi pada ketinggian tempat yang tertinggi



Setelah mencapai batas tertinggi akan menurun

Pada ketinggian tempat terendah akan dominan serangan hama daripada penyakit

Pada ketinggian tempat tertinggi akan dominan serangan penyakit daripada hama



Contoh Sayuran

Dataran Rendah

- Kangkung
- Bayam hijau dan merah
 - Sawi
 - Pakcoy
 - Cabai
 - Tomat
- Bawang merah



Dataran Sedang

- Daun bawang
 - Lobak
- Kacang kapri
- Edamame
- Sawi putih
 - Kailan
- Seledri



Dataran Tinggi

- Kentang
- Kembang kol
- Asparagus
 - Wortel
- Bawang putih
 - Brokoli
 - Kubis



Pemuliaan tanaman membuat beberapa komoditas dapat hidup baik di berbagai ketinggian tempat dengan perakitan varietas unggul baru

Tips memilih komoditas sayuran

01

**Baca kemasan benih
sebelum dibeli**



**Pastikan sesuai
dengan calon lahan
penanaman**

02

**Pilih komoditas
sayuran daun**



**Dapat dipanen, tanpa
harus menunggu
berbunga dan berbuah**

03

**Lihat tanaman di
sekeliling**



**Jika banyak ditanam
artinya cocok di
wilayah tersebut**



Benih VS Bibit



Apakah kita bisa buat benih sendiri?

01

Pilih dari buah yang
matang di pohon



Biji sudah masak
secara morfologi dan
fisiologi



02

Pastikan berasal dari
indukan yang sehat



Agar terhindar dari
seed borne

03

Berasal dari tanaman
menyerbuk sendiri



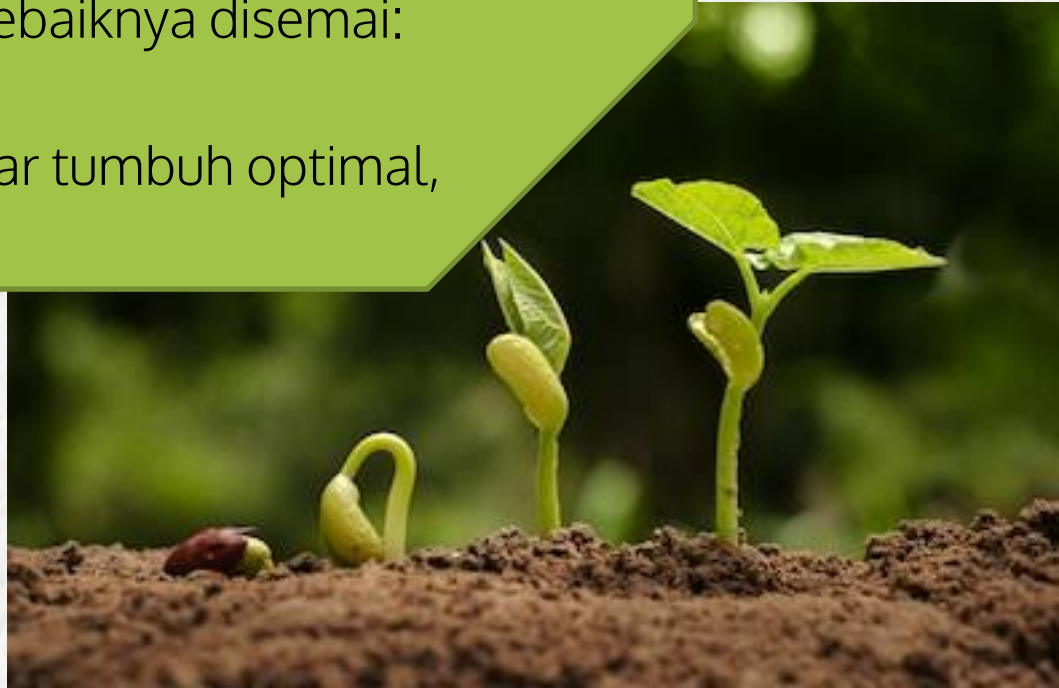
Supaya kemiripan
dengan indukannya
tinggi



Persemaian

- Tidak semua benih akan tumbuh baik jika ditanam langsung
- Contoh benih tanaman yang sebaiknya ditanam langsung adalah kangkung, bayam, jagung, dan kacang-kacangan
- Kriteria benih tanaman yang sebaiknya disemai:
 1. Umur panen relatif lama,
 2. Perlu jarak tanam khusus agar tumbuh optimal,
 3. Perakaran tidak sensitif

Kapan siap dipindah tanam?





Wadah/Tempat Semai



Perawatan Semaian

- Tempatkan pada area yang terlindung/tidak terpapar sinar matahari secara langsung sampai tumbuh daun.
- Hindari terpapar hujan langsung agar benih tidak keluar atau batang patah.
- Penyiraman menggunakan spray dengan air yang cukup, jangan sampai berlebihan.
- Gunakan paranet jika diperlukan.



TERIMA KASIH

Semoga Info Ini Bermanfaat

Panen dan Pascapanen

Akademi Berkebun

Warid – Trilogi Berkebun



Panen



1. Pemanenan yang terlalu cepat menyebabkan hasil produksi yang diperoleh menurun
2. Pemanenan yang terlambat menyebabkan daun mengalami penuaan (*senescence*) sehingga mutunya rendah karena bahan aktifnya sudah terdegradasi. Pada beberapa tanaman pemanenan yang terlambat akan mempersulit proses panen. Ketika tanaman tidak dipanen ("ketuaan") akan mengundang datangnya hama dan penyakit.



Panen

Sayuran daun dapat dipanen kapanpun, bahkan ketika masih dalam bentuk kecambah, *microgreens*, atau *baby*. Usahakan dipanen ketika belum muncul bunga.

Sayuran bunga dipanen ketika sudah mekar dan bagian benang sari sebaiknya dibuang ketika akan dikonsumsi.

Sayuran umbi (bumbu dapur) jika ingin kandungan aktifnya maksimal, sebaiknya dipanen tua.

Sayuran buah dipanen pada tingkat kematangan tertentu tergantung tujuan pengolahan. Pemetikan buah dilakukan secara hati-hati agar tanaman induk tidak stress.



MICROGREENS

Jika punya stok benih atau bijian yang banyak mendekati expired dapat dijadikan bahan penanaman microgreens

Hampir semua bijian sayuran dapat dijadikan microgreens (kecuali dari family *Solanaceae*)

Microgreens dipanen ketika daun sejati belum muncul agar nutrisinya maksimal.

Hindari menggunakan benih yang dilapis pestisida (*coated seed*)



Cara Panen



Ditarik/dipuntir

Dipetik/digunting/dipotong

Digali dan dipotong

Dicabut

PROCESSING – PENGOLAHAN HASIL PANEN

Sayuran segar memang bagus, tetapi tidak semua sayuran dapat dikonsumsi segar (tanpa pemasakan) karena beberapa di antara mereka memiliki **zat anti nutrisi** yang dapat mempengaruhi metabolisme manusia atau perlu dilakukan pemasakan agar nutrisinya maksimal.

Sayuran yang sebaiknya dimasak adalah:

Kale → menghambat sintesis hormon tiroid

Tomat → likopen akan lebih banyak jika tomat dimasak

Wortel → jika direbus sebentar maka produksi karotenoid akan lebih baik

Brokoli, kembang kol, kubis → dapat mengganggu pencernaan (*raffinose*), jika dimasak akan membantu pelepasan indole yang memerangi sel pra-kanker

Terong → jika mentah mengandung solanine (mengikat kalsium)

Buncis, kacang polong, kacang merah → mengandung glikosida sianogen





Puluhan Tahun Hanya Makan Buah dan Sayur, Influencer Vegan Meninggal karena Kelaparan



Berlianto

• Rabu, 02 Agustus 2023 - 23:47 WIB



Influencer vegan Zhanna Samsonova meninggal karena kelaparan setelah puluhan tahun hanya makan buah dan sayuran mentah.

Foto/Mirror

“Sesuatu yang baik, jika dikonsumsi berlebihan dan intensitas tinggi, maka akan berbahaya juga untuk tubuh”

Kegiatan berkebun setelah panen



Setelah berkebun, media tanam sayuran yang telah dipanen perlu diberikan perlakuan kembali agar bisa ditanami dengan baik.

Sebaiknya media tanam dikeluarkan untuk dianginkan agar mengurangi bakteri anaerob dan jamur yang dapat mengganggu pertumbuhan tanaman.

Pengadukan dengan penambahan media tanam yang baru juga dianjurkan agar pori-pori makro dan mikro terbentuk kembali (tidak padat).

Ganti komoditas tanaman untuk memutus serangan hama dan penyakit (rotasi tanaman) dan memaksimalkan pertumbuhan tanaman selanjutnya

TERIMA KASIH

The bottom of the slide features a decorative graphic consisting of several overlapping, wavy lines in shades of light gray and white, creating a sense of movement and depth.