



COMMUNITY ENGAGEMENT ARTICLE

Teknik Budidaya *Microgreen* Berbasis Varietas Tanaman Lokal

Alvita Sekar Sarjani ^{1*}, Tri Endrawati ², Palupi Puspito Rini ³

^{1,2,3} Program Studi Agroteknologi, Fakultas Pertanian dan Peternakan, Universitas Islam Balitar, Kota Blitar, Provinsi Jawa Timur, Indonesia.

Correspondence

^{1*} Program Studi Agroteknologi, Fakultas Pertanian dan Peternakan, Universitas Islam Balitar, Kota Blitar, Provinsi Jawa Timur, Indonesia.
Email: alvitasarjani92@gmail.com.

Funding information

Universitas Islam Balitar.

Abstract

The increase in population density has driven innovations in limited-space gardening, known as urban farming, which is gaining popularity among urban residents and millennials due to its support for a healthy lifestyle emphasizing the consumption of nutritious, pesticide-free vegetables. One prominent technique in urban farming is the cultivation of microgreens. Microgreens are edible young plants harvested within 7-21 days after germination, and they contain significantly higher nutritional levels compared to mature vegetables, with additional benefits such as cardiovascular disease prevention and cholesterol metabolism regulation. Although microgreens are popular in developed countries, this technique has yet to become a trend in Blitar. Therefore, this program aims to introduce microgreen cultivation using local plant varieties in Blitar. The training, conducted in Rejowinangun Village, involved 20 members of a women farmers' group and included both theoretical and practical components, from preparing the growing media to harvesting. The training successfully enhanced participants' knowledge and skills, opening up economic opportunities through the high-value marketing of microgreens. Additionally, the use of limited space for growing microgreens proved effective in meeting family nutritional needs and optimizing available resources.

Keywords

Microgreen; Vegetable; Healthy Lifestyle; Training.

Abstrak

Peningkatan kepadatan penduduk telah mendorong inovasi dalam berkebun di ruang terbatas, atau urban farming, yang semakin diminati masyarakat urban dan generasi milenial karena mendukung gaya hidup sehat yang menekankan konsumsi sayuran bergizi dan bebas pestisida. Salah satu teknik yang populer dalam urban farming adalah budidaya Microgreens. Microgreens adalah tanaman muda yang dapat dimakan, dipanen dalam 7-21 hari setelah perkecambahan, dan memiliki kandungan nutrisi yang jauh lebih tinggi dibandingkan sayuran dewasa, dengan manfaat tambahan seperti pencegahan penyakit kardiovaskular dan pengaturan metabolisme kolesterol. Meskipun microgreens populer di negara maju, teknik ini belum menjadi tren di Blitar. Oleh karena itu, program ini bertujuan memperkenalkan budidaya microgreens menggunakan varietas tanaman lokal di Blitar. Pelatihan yang diadakan di Desa Rejowinangun ini melibatkan 20 anggota kelompok wanita tani dan mencakup teori serta praktik, dari persiapan media tanam hingga panen. Pelatihan ini berhasil meningkatkan pengetahuan dan keterampilan peserta, serta membuka peluang ekonomi dari pemasaran microgreens yang bernilai tinggi. Selain itu, pemanfaatan lahan sempit untuk microgreens terbukti efektif dalam memenuhi kebutuhan gizi keluarga dan mengoptimalkan sumber daya yang ada.

Kata Kunci

Microgreen; Sayuran; Hidup Sehat; Pelatihan.

1 | PENDAHULUAN

Meningkatnya kepadatan penduduk mendorong inovasi dalam berkebun di ruang terbatas. Konsep tersebut, yang dikenal sebagai *urban farming*, semakin populer di kalangan masyarakat perkotaan dan generasi milenial. *Urban farming* menarik minat karena disesuaikan dengan kebutuhan gaya hidup sehat. Pentingnya memastikan nutrisi sayuran yang dikonsumsi serta menghindari pestisida menjadi aspek utama dalam gaya hidup sehat yang ditekankan. Salah satu teknik budidaya yang mudah diterapkan dalam konsep *urban farming* adalah *microgreen*. *Microgreen* adalah tumbuhan muda yang dapat dimakan dengan tekstur lembut, berasal dari berbagai jenis biji tanaman, dan dapat dipanen dalam rentang waktu 7-21 hari setelah perkecambahan. Proses pemanenan cukup dengan memotongnya di atas media pertumbuhannya. Bagian yang dapat dikonsumsi meliputi batang, kotiledon, dan daun pertama (Salim, 2019). *Microgreen* diyakini memiliki antioksidan yang dapat menetralkan radikal bebas dan membantu mencegah kerusakan yang disebabkan oleh stres. *Microgreen*, yang kaya akan vitamin C, mineral, karotenoid, dan fenol, sangat baik untuk kesehatan tubuh manusia (Zhang *et al.*, 2021). *Microgreen* memiliki tingkat nutrisi sekitar sembilan kali lebih tinggi dibandingkan dengan sayuran dewasa, yang memberikan manfaat tambahan dalam melawan penyakit kardiovaskular dan membantu mengatur metabolisme kolesterol (Singh *et al.*, 2019). Beragam jenis tanaman dapat dijadikan *microgreen*, antara lain bayam, seledri, kale, selada, labu, mentimun, kembang kol, dan melon (Khyade *et al.*, 2020). Selain itu, tanaman pangan sereal juga bisa ditanam sebagai *microgreen*, seperti kacang hijau, buncis, alfalfa, gandum, sorgum, dan oat, serta tanaman aromatik seperti jintan, kemangi, daun ketumbar, dan daun bawang (Schramm *et al.*, 2018). Manfaat *microgreen* yang begitu luas membuat masyarakat berbondong-bondong ingin mencobanya. Secara umum, masyarakat dapat membelinya di swalayan atau toko khusus buah dan sayuran. Beragam jenis tanaman tersebut dapat ditanam dengan mudah. Menurut Riggio *et al.* (2019), *microgreen* dapat dengan mudah ditanam sendiri, baik di dalam ruangan, di luar ruangan tanpa batas, atau dalam kondisi terlindungi. Salah satu keuntungan utama menanam *microgreen* adalah karena ia membutuhkan sedikit ruang.

Pengetahuan tentang cara menanam *microgreen* yang mudah, terjangkau, dan bermanfaat belum tersebar luas di masyarakat Blitar. *Microgreen*, yang telah populer di negara maju dan kota-kota besar, belum menjadi tren di kalangan masyarakat, terutama di Blitar. Kondisi ini mendorong peneliti untuk memperkenalkan teknik budidaya *microgreen* sebagai alternatif dalam praktik *urban farming*. Tujuan dari kegiatan ini adalah memperkenalkan teknik budidaya *microgreen* dengan memanfaatkan varietas tanaman lokal yang ada di Blitar. Kurangnya pengetahuan dan kesadaran masyarakat akan potensi *microgreen* ini menjadikan kegiatan ini perlu untuk dilakukan agar masyarakat dapat memenuhi nutrisi dengan cara yang mudah. Teknik budidaya *microgreen* berbasis varietas tanaman lokal masih belum banyak ditemui di Blitar, sehingga masyarakat perlu dibekali pengetahuan terkait teknik budidaya yang tepat untuk *microgreen* berbasis varietas tanaman lokal. Solusi yang ditawarkan dalam kegiatan ini antara lain: penyuluhan tentang manfaat dan cara budidaya *microgreen*, pelatihan teknik budidaya *microgreen* yang tepat, pemilihan varietas tanaman lokal yang cocok, perawatan tanaman, serta cara memanen dan mengonsumsi *microgreen*. Parameter untuk menilai keberhasilan kegiatan yang dilakukan selama tahun anggaran ini adalah adanya pemanfaatan varietas tanaman lokal yang mulai ditanam sebagai *microgreen* di Kelurahan Rejowinangun, Kecamatan Kademangan, Kabupaten Blitar, serta kelompok wanita tani yang mampu melakukan budidaya *microgreen* secara mandiri dan mengonsumsinya setiap hari. Target yang diharapkan dari pengabdian ini adalah peningkatan pengetahuan masyarakat terhadap manfaat *microgreen* dan teknik budidayanya, semakin meluasnya tren teknik budidaya *microgreen* secara mandiri, sehingga masyarakat dapat menghasilkan *microgreen* yang berkualitas, serta meningkatnya konsumsi *microgreen* dalam memenuhi kebutuhan nutrisi yang terjangkau, sehingga terciptalah kemandirian pangan dalam satu rumah tangga.

2 | METODE

Kegiatan pengabdian internal ini direncanakan berlangsung dari bulan April hingga September 2024. Program ini mengadopsi pendekatan sistematis dengan tahapan yang terstruktur untuk memastikan hasil yang optimal bagi kelompok mitra, yakni kelompok wanita tani di Kelurahan Rejowinangun, Kecamatan Kademangan, Kabupaten Blitar. Metode yang digunakan meliputi survei awal, penyuluhan, pelatihan, implementasi, serta evaluasi yang dilakukan secara berkesinambungan untuk menjamin keberhasilan program. Survei pendahuluan dilakukan untuk memperoleh pemahaman langsung mengenai kondisi sosial-ekonomi, pengetahuan, dan praktik pertanian kelompok sasaran. Survei ini berfungsi untuk menentukan lokasi mitra yang paling relevan dan memahami kebutuhan spesifik mereka, dengan data yang dikumpulkan menjadi dasar untuk merancang materi penyuluhan dan pelatihan yang lebih tepat sasaran. Selanjutnya, diskusi dengan kelompok wanita tani dilakukan untuk mengidentifikasi kendala yang dihadapi dalam pertanian, pengetahuan tentang *urban farming*, serta minat mereka

terhadap teknik budidaya *microgreen*. Diskusi ini bertujuan untuk memastikan materi penyuluhan sesuai dengan kebutuhan nyata para petani dan membangun komunikasi yang efektif antara tim pengabdian dan kelompok mitra. Pada tahap penyuluhan, petani diberikan informasi tentang teknik budidaya *microgreen* berbasis varietas tanaman lokal. Materi penyuluhan dirancang untuk memberikan pengetahuan teoritis yang mencakup manfaat nutrisi *microgreen*, teknik perawatan, serta penggunaan varietas tanaman lokal yang adaptif terhadap kondisi lingkungan setempat.

Setelah penyuluhan, pelatihan praktis diadakan untuk memastikan peserta dapat mengaplikasikan pengetahuan yang diperoleh. Peserta dipandu langsung dalam setiap tahap budidaya *microgreen*, mulai dari persiapan media tanam, penyemaian benih, hingga pemanenan. Pelatihan ini bertujuan untuk memperkuat keterampilan praktis peserta dan memastikan penerapan teknik budidaya yang diajarkan dapat dilaksanakan dengan baik. Implementasi dilakukan oleh kelompok mitra dengan pendampingan dari tim pengabdian untuk memastikan teknik budidaya diterapkan sesuai rencana. Evaluasi dilakukan secara berkala untuk mengukur efektivitas program melalui angket yang berfokus pada pemahaman dan keterampilan peserta dalam budidaya *microgreen*. Terakhir, evaluasi dan peningkatan dilakukan untuk memperbaiki kekurangan yang mungkin timbul selama pelaksanaan dan memastikan bahwa hasil yang dicapai sesuai dengan tujuan awal program.

3 | HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Hasil

Pengabdian kepada masyarakat merupakan salah satu pilar penting dalam pendidikan tinggi yang bertujuan untuk mengaplikasikan ilmu pengetahuan dan teknologi guna membantu masyarakat mengatasi masalah yang dihadapi. Kegiatan pengabdian dilaksanakan bersama Kelompok Wanita Tani (KWT) di Desa Rejowinangun, Kecamatan Kademangan, Kabupaten Blitar, dengan fokus pada pelatihan pembuatan *microgreen*. *Microgreen* dipilih karena relevansinya dengan kebutuhan masyarakat dan manfaat kesehatan yang tinggi. Pelatihan ini melibatkan berbagai varietas tanaman lokal yang familiar di kalangan masyarakat setempat, seperti bayam, selada, pak choi, dan kangkung. Kegiatan ini dirancang untuk mendukung peningkatan keterampilan petani, khususnya kelompok wanita, dalam memanfaatkan lahan terbatas untuk budidaya tanaman yang memiliki nilai ekonomi dan gizi tinggi. Pemilihan Desa Rejowinangun sebagai lokasi kegiatan didasarkan pada hasil survei awal yang menunjukkan bahwa daerah tersebut memiliki potensi besar untuk pengembangan *urban farming*, meskipun masih terdapat keterbatasan dalam hal pengetahuan dan penerapan teknik budidaya modern, seperti *microgreen*. Melalui pelatihan ini, diharapkan masyarakat dapat lebih mandiri dalam memenuhi kebutuhan sayuran sehat dan berkualitas tinggi, sekaligus meningkatkan pendapatan melalui pemanfaatan lahan pekarangan rumah yang sering kali tidak terkelola secara optimal.

Di Desa Rejowinangun, meskipun masyarakat sudah familiar dengan bercocok tanam, sebagian besar masih mengandalkan metode tradisional yang membutuhkan lahan lebih luas dan waktu panen yang lebih lama. Hal ini menjadi tantangan terutama bagi kelompok wanita tani yang tidak memiliki akses ke lahan pertanian besar. Oleh karena itu, pelatihan pembuatan *microgreen* menjadi sangat relevan untuk membantu mereka memanfaatkan lahan pekarangan rumah atau lahan sempit lainnya secara optimal. Dalam pelatihan ini, dipilih empat jenis tanaman yang cukup familiar bagi masyarakat setempat, yakni bayam, selada, pak choi, dan kangkung. Pemilihan tanaman ini didasarkan pada beberapa pertimbangan, antara lain: bayam dikenal sebagai sayuran hijau yang kaya zat besi dan vitamin. Dalam bentuk *microgreen*, bayam memiliki kandungan antioksidan yang lebih tinggi dibandingkan dengan bayam dewasa, sehingga bermanfaat untuk kesehatan kardiovaskular dan pencegahan penyakit kronis. Selada, sebagai sayuran yang sering digunakan dalam hidangan segar seperti salad, memiliki tekstur lembut dan kandungan serat tinggi. Selada juga dikenal mudah dibudidayakan di berbagai kondisi lingkungan. *Pak choi* memiliki kandungan nutrisi yang sangat tinggi, termasuk vitamin C, vitamin K, dan mineral. Tanaman ini juga sangat adaptif terhadap iklim tropis, menjadikannya pilihan tepat untuk wilayah Blitar. Kangkung adalah sayuran lokal yang sangat populer dan mudah tumbuh di berbagai jenis lahan, termasuk lahan sempit. Selain kaya serat, kangkung mengandung vitamin A dan zat besi yang penting untuk menjaga kesehatan mata dan sistem peredaran darah. Keempat tanaman dipilih tidak hanya karena nilai gizi yang tinggi, tetapi juga karena kemudahan dalam budidaya *microgreen* serta potensi pasar yang baik. Masyarakat lokal sudah terbiasa dengan jenis tanaman ini, sehingga proses pembelajaran menjadi lebih mudah dan mereka dapat dengan cepat memahami teknik budidaya yang diajarkan.



Gambar 1. Tanaman lokal yang familiar untuk budidaya *Microgreen*

Pelatihan dihadiri oleh 20 anggota kelompok wanita tani, yang terdiri dari perempuan-perempuan berusia produktif dan beberapa di antaranya merupakan tulang punggung ekonomi keluarga. Kegiatan ini diawali dengan penyampaian materi teori tentang konsep dasar *Microgreen*, mulai dari pengenalan jenis-jenis *Microgreen*, manfaat kesehatan, hingga cara penanaman dan perawatan. Para peserta diberikan pemahaman tentang pentingnya budidaya *Microgreen* dalam meningkatkan kesehatan keluarga, serta potensi ekonomi yang dapat diperoleh dari pemasaran *Microgreen* sebagai produk segar yang bernilai jual tinggi.



Gambar 2. Dokumentasi penyampaian materi budidaya *Microgreen*

Setelah penyampaian materi, dilanjutkan dengan sesi praktikum, di mana setiap peserta dibimbing untuk langsung mempraktekkan penanaman *Microgreen*. Sesi praktikum ini meliputi beberapa tahapan:

- 1) Persiapan media tanam, peserta diajarkan cara mempersiapkan media tanam yang sesuai untuk *Microgreen*. Media yang digunakan dalam pelatihan ini adalah campuran antara tanah gembur dan arang sekam yang dimasukkan kedalam kreyeng/besek/wadah berbahan plastik berpori.



Gambar 3. Dokumentasi persiapan media tanam budidaya *Microgreen*

- 2) Penyemaian benih, peserta diberikan benih dari keempat jenis tanaman yang telah dipilih, dan dipandu untuk melakukan penyemaian benih secara benar. Penyemaian benih *Microgreen* memerlukan ketelitian untuk memastikan penyebaran yang merata dan tidak terlalu rapat agar pertumbuhan tanaman optimal.
- 3) Perawatan dan penyiraman, selama pelatihan, peserta juga diajarkan tentang teknik perawatan yang baik, termasuk frekuensi penyiraman dan kondisi lingkungan yang mendukung pertumbuhan *Microgreen*. Salah satu keunggulan

Microgreen adalah tidak memerlukan perawatan yang intensif, sehingga cocok untuk diterapkan oleh ibu-ibu rumah tangga yang memiliki keterbatasan waktu.

- 4) Panen dan penyimpanan, tahap terakhir dari praktikum adalah proses panen, yang biasanya dilakukan antara 7-21 hari setelah penyemaian, tergantung pada jenis tanaman. Setelah dipanen, Microgreen dapat langsung dikonsumsi atau disimpan dalam lemari pendingin untuk dijual di pasar lokal.



Gambar 4. Dokumentasi bersama pengurus dan anggota kelompok wanita tani

Pelatihan ini berhasil memberikan dampak positif bagi para peserta. Berdasarkan angket evaluasi yang diberikan kepada para peserta, hampir seluruh anggota kelompok wanita tani menyatakan bahwa mereka merasa lebih percaya diri untuk memulai budidaya Microgreen di rumah masing-masing. Selain itu, sebagian besar dari mereka juga menyatakan minat untuk menjadikan Microgreen sebagai sumber pendapatan tambahan dengan menjual hasil panen di pasar lokal atau melalui kerjasama dengan restoran dan kafe di sekitar Blitar yang mulai memperhatikan pola makan sehat. Kegiatan ini juga menunjukkan bahwa Microgreen dapat menjadi solusi efektif untuk memanfaatkan lahan sempit yang banyak dimiliki oleh keluarga di pedesaan. Dengan menggunakan teknik sederhana yang diajarkan, para peserta dapat memproduksi sayuran bernutrisi tinggi dalam waktu singkat dan dengan biaya yang relatif rendah. Ini tentunya dapat berkontribusi pada peningkatan kualitas gizi keluarga serta pengembangan ekonomi lokal, khususnya di Desa Rejowinangun. Pelatihan ini berjalan lancar dan mendapat respons positif dari para peserta, terdapat beberapa tantangan yang perlu diperhatikan untuk keberlanjutan program ini. Salah satu tantangan utama adalah ketersediaan bahan baku seperti benih dan media tanam yang berkualitas. Oleh karena itu, disarankan agar pemerintah daerah atau pihak terkait dapat menyediakan akses yang lebih mudah terhadap sumber daya ini, baik melalui subsidi atau pembentukan koperasi tani yang dapat mendukung kelompok-kelompok seperti KWT. Selain itu, meskipun minat terhadap Microgreen cukup tinggi, pemasaran produk ini masih perlu diperluas. Diperlukan kerjasama lebih lanjut dengan pihak-pihak seperti restoran, pasar modern, atau *platform e-commerce* lokal yang dapat menjadi saluran pemasaran bagi hasil panen *Microgreen* para petani. Dengan demikian, budidaya Microgreen tidak hanya bermanfaat dari segi kesehatan, tetapi juga dapat menjadi sumber penghasilan yang berkelanjutan bagi masyarakat. Secara keseluruhan, kegiatan pelatihan ini telah berhasil meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kelompok wanita tani di Desa Rejowinangun dalam budidaya Microgreen. Keberhasilan pelatihan ini menunjukkan bahwa Microgreen memiliki potensi besar untuk dikembangkan lebih luas di Kabupaten Blitar, khususnya sebagai solusi bagi pertanian berkelanjutan di lahan sempit.

3.2 Pembahasan

Pelatihan pembuatan *microgreen* yang dilaksanakan di Desa Rejowinangun, Kecamatan Kademangan, Kabupaten Blitar, bertujuan untuk memberikan keterampilan kepada kelompok wanita tani dalam memanfaatkan lahan terbatas untuk budidaya tanaman bernilai ekonomi dan gizi tinggi. Potensi *urban farming* di wilayah ini sangat besar, terutama dengan pemanfaatan lahan pekarangan rumah yang seringkali tidak terkelola secara optimal. Meskipun masyarakat di desa ini telah familiar dengan bercocok tanam, mereka masih mengandalkan metode pertanian tradisional yang memerlukan lahan luas dan waktu panen lama, yang menjadi tantangan terutama bagi kelompok wanita tani yang

memiliki akses terbatas ke lahan pertanian besar. Oleh karena itu, teknik budidaya *microgreen*, yang memanfaatkan lahan sempit dan memiliki waktu panen yang cepat, menjadi solusi yang sangat relevan dan praktis (Salim, 2019). Pemilihan tanaman dalam pelatihan ini, yaitu bayam, selada, pak choi, dan kangkung, didasarkan pada karakteristik tanaman yang mudah dibudidayakan dalam kondisi lokal dan memiliki kandungan nutrisi yang tinggi. Bayam, sebagai salah satu sayuran yang kaya akan zat besi dan vitamin, memiliki kandungan antioksidan lebih tinggi dalam bentuk *microgreen* dibandingkan dengan bayam dewasa. Penelitian menunjukkan bahwa *microgreen* dapat mengandung kadar antioksidan yang signifikan, yang berperan dalam memerangi radikal bebas dan mencegah kerusakan sel (Zhang *et al.*, 2021). Selada, yang sering digunakan dalam hidangan segar seperti salad, menawarkan tekstur yang lembut serta kandungan serat yang tinggi. Selain itu, selada *microgreen* dikenal mudah dibudidayakan dalam berbagai kondisi lingkungan, menjadikannya tanaman yang sangat cocok untuk *urban farming* di daerah perkotaan (Singh *et al.*, 2019). Pak choi memiliki kandungan nutrisi yang sangat tinggi, termasuk vitamin C, vitamin K, dan mineral. Tanaman ini sangat adaptif terhadap iklim tropis, menjadikannya pilihan yang tepat untuk wilayah Blitar. Seperti yang dijelaskan oleh Schramm (2018), tanaman yang kaya akan vitamin dan mineral, seperti *pak choi*, memberikan manfaat kesehatan yang signifikan dalam mendukung sistem imun dan kesehatan tulang. Kangkung, sayuran lokal yang sudah sangat dikenal di Indonesia, juga memiliki nilai gizi tinggi. Kangkung kaya akan serat, vitamin A, dan zat besi yang penting untuk kesehatan mata dan peredaran darah. Kemudahan dalam budidaya kangkung, bahkan di lahan sempit, menjadikannya pilihan utama untuk *microgreen*, yang dapat dengan cepat dipanen dan dipasarkan, memberikan keuntungan ekonomi bagi petani (Khyade & Jagtap, 2020). Keempat tanaman yang dipilih dalam pelatihan ini bukan hanya karena kandungan gizi yang tinggi, tetapi juga karena kemudahan dalam budidaya *microgreen* dan potensi pasar yang baik. Tanaman-tanaman ini sudah akrab di kalangan masyarakat setempat, sehingga proses pembelajaran lebih mudah dan teknik budidaya yang diajarkan dapat diterapkan dengan cepat. Berdasarkan temuan dari Riggio *et al.* (2019), teknik *hydroponic* yang digunakan dalam budidaya *microgreen* dapat menghasilkan tanaman dengan risiko kontaminasi yang lebih rendah dibandingkan dengan metode pertanian tradisional, sehingga produk yang dihasilkan lebih aman untuk dikonsumsi.

Pelatihan *microgreen* di Desa Rejowinangun diharapkan dapat memberikan dampak jangka panjang bagi kelompok wanita tani. Selain memperoleh keterampilan dalam budidaya *microgreen*, mereka dapat meningkatkan ketahanan pangan keluarga dan memperbaiki pola konsumsi dengan lebih mengutamakan sayuran yang sehat dan bernutrisi tinggi. Selain itu, budidaya *microgreen* berpotensi untuk dijadikan usaha mikro yang dapat menambah pendapatan rumah tangga. Dengan waktu panen yang cepat, *microgreen* memungkinkan petani untuk melakukan panen secara lebih sering, menghasilkan produk yang lebih cepat dipasarkan, dan membantu meningkatkan kesejahteraan ekonomi masyarakat. Kegiatan pengabdian masyarakat ini memberikan kontribusi yang signifikan dalam mendorong penerapan teknik pertanian modern yang ramah lingkungan, serta memperkenalkan konsep *urban farming* kepada masyarakat desa. Melalui pelatihan ini, diharapkan masyarakat Desa Rejowinangun akan lebih mandiri dalam mengelola lahan pekarangan dan dapat meningkatkan kesejahteraan mereka melalui budidaya *microgreen* yang bernilai ekonomi dan gizi tinggi.

4 | KESIMPULAN

Program pengabdian masyarakat yang dilakukan bersama Kelompok Wanita Tani (KWT) di Desa Rejowinangun, Kabupaten Blitar, sukses meningkatkan pengetahuan dan keterampilan peserta dalam budidaya *microgreens*. Pelatihan yang diikuti oleh 20 anggota KWT ini berfokus pada penanaman *microgreens* dari berbagai jenis tanaman lokal, seperti bayam, selada, pak coy, dan kangkung. Kegiatan tersebut mencakup tidak hanya pemberian materi teori, tetapi juga bimbingan praktis secara menyeluruh, meliputi persiapan media tanam, penyemaian, perawatan, hingga panen. Dari hasil pelatihan, terlihat peningkatan rasa percaya diri peserta dalam menerapkan teknik budidaya *microgreens* di rumah mereka. Selain itu, pelatihan ini juga membuka peluang ekonomi baru, karena *microgreens* berpotensi menjadi produk bernilai tinggi di pasar lokal. Pemanfaatan lahan sempit untuk budidaya *microgreens* terbukti efektif dalam memenuhi kebutuhan gizi keluarga sekaligus memaksimalkan sumber daya yang sebelumnya kurang optimal.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Universitas Islam Balitar (UNISBA), Blitar atas dukungan dan kepercayaan yang diberikan melalui pendanaan untuk pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini. Dukungan tersebut menjadi salah satu faktor penting dalam keberhasilan program ini dan memberikan dampak yang nyata bagi masyarakat.

REFERENSI

- AFANDI, M. A., FADHLAN, F., ROCHMANTO, R. A., & WIDYANTARA, H. (2022). Perangkat Budidaya Microgreen berbasis Internet of Things. *ELKOMIKA: Jurnal Teknik Energi Elektrik, Teknik Telekomunikasi, & Teknik Elektronika*, 10(3), 581.
- Al Ifah, A., Purnamasari, I., Wardani, Z. A., & Pamungkas, P. B. (2022). Efektivitas Pupuk Organik Cair terhadap Tanaman Bayam (*Amaranthus tricolor*) pada Budidaya Microgreen. *Agroteknika*, 5(2), 98-106.
- Amini, Z., Eviyati, R., & Dwirayani, D. (2021). *Penerapan urban agriculture melalui teknik budidaya tanaman microgreen untuk mendukung ketahanan pangan keluarga* (Doctoral dissertation, Sebelas Maret University).
- Gofar, N., Nur, T. P., Permatasari, S. D. I., & Sriwahyuni, N. (2022). *Teknik Budidaya Microgreens*. Bening Media Publishing.
- Khyade, V. B., & Jagtap, S. G. (2016). Sprouting exert significant influence on the antioxidant activity in selected pulses (black gram, cowpea, desi chickpea and yellow mustard). *World Scientific News*, (35), 73-86.
- Panunggul, V. B., Putranto, A. H., Sitanini, A., Fitria, A. N., & Saputra, L. A. (2023). PELATIHAN BUDIDAYA SAYURAN MICROGREEN HIDROPONIK WICK SYSTEM DI SD N 2 KEDUNGRANDU KECAMATAN PATIKRAJA KABUPATEN BANYUMAS. *Jurnal Abditani*, 6(2), 185-194. DOI: <https://doi.org/10.31970/abditani.v6i2.222>.
- Riggio, G. M., Jones, S. L., & Gibson, K. E. (2019). Risk of human pathogen internalization in leafy vegetables during lab-scale hydroponic cultivation. *Horticulturae*, 5(1), 25.
- Salim, M. A. (2021). Budidaya Microgreens-sayuran kecil kaya nutrisi dan menyehatkan.
- Schramm, D. D. (2018). Revitalizing human health can be achieved through herbal microgreen permaculture. *Advances in Complementary & Alternative Medicine*, 1, 5-6. DOI: <https://doi.org/10.31031/ACAM.2018.01.000521>.
- Singh, N., Aditika, Rani, S., & Chaurasia, O. P. (2020). Vegetable microgreens farming in high-altitude region of Trans-Himalayas to maintain nutritional diet of Indian troops. *Proceedings of the National Academy of Sciences, India Section B: Biological Sciences*, 90, 743-752.
- Yunita, R., Jamsari, J., Sari, W. P., Erona, M., Syukriani, L., Rosadi, F. N., ... & Al Huda, H. (2023). PENGENALAN TEKNOLOGI URBAN FARMING DENGAN METODE BUDIDAYA MICROGREEN DI SMP BAITURROSYID SCHOOL KECAMATAN KOTO TANGAH, KOTA PADANG. *Jurnal Hilirisasi IPTEKS*, 6(3), 295-304.
- Zhang, Y., Xiao, Z., Ager, E., Kong, L., & Tan, L. (2021). Nutritional quality and health benefits of microgreens, a crop of modern agriculture. *Journal of Future Foods*, 1(1), 58-66. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jfutfo.2021.07.001>.

How to cite this article: Sarjani, A. S., Endrawati, T., & Puspitorini, P. (2024). Teknik Budidaya Microgreen Berbasis Varietas Tanaman Lokal. *AJAD : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(3), 726-732. <https://doi.org/10.59431/ajad.v4i3.421>.