

Peningkatan Efektivitas Urban Farming untuk Meningkatkan Nilai Ekonomi dan Kesehatan Lansia Kelompok Tani Kurnia Lestari Kota Malang

Dikirim:
25 Maret 2025
Diterima:
22 April 2025
Terbit:
12 Mei 2025

*Yati Sri Hayati, Sitawati, Annisa Wuri Kartika,
Niko Dima Kristianingrum, Sri Soenarti, Velinda Dewi Lutfiana,
Risma Dwi Rahmawati, Herdyana Lintang Sari,
Tria Armannaena, Nurliza Prita Arfiati
Universitas Brawijaya

Abstrak—Latar Belakang: Peningkatan jumlah penduduk lansia dapat menimbulkan peningkatan angka ketergantungan penduduk. Lansia seringkali dianggap sebagai individu tidak produktif. Urban farming atau pertanian perkotaan merupakan salah satu solusi bagi lansia untuk beraktivitas di pekarangan rumah. **Tujuan:** Untuk melihat peningkatan efektivitas urban farming dalam ekonomi dan kesehatan kelompok lansia setelah diberikan intervensi pengetahuan dan pemberdayaan masyarakat. **Metode:** Kegiatan intervensi dilakukan dengan model pemberdayaan masyarakat yang mencakup kegiatan pendampingan pertanian, pendidikan kesehatan, kegiatan senam ergonomik dan pemeriksaan kesehatan. **Hasil:** Peningkatan produk pertanian dengan rata rata peningkatan 5 kg setiap kali panen dengan perubahan media tanam dan setting lahan. **Kesimpulan:** Kegiatan pengabdian masyarakat yang mencakup pendampingan pertanian dan kegiatan edukasi kesehatan dengan konsep urban farming dapat meningkatkan nilai ekonomi kelompok lansia di area perkotaan dengan peningkatan produk dan kualitas hasil panen serta peningkatan kualitas hidup lansia.

Kata Kunci—Kualitas Hidup; Lansia; Pemberdayaan Ekonomi; Urban Farming

Abstract— Background: An increase in the number of elderly people can lead to an increase in population dependence. The elderly are often considered unproductive individuals. Urban farming or urban agriculture is one of the solutions for the elderly to do activities in their yards. **Objective:** To see an increase in the effectiveness of urban farming in the economy and health of the elderly group after being given knowledge interventions and community empowerment. **Methods:** Intervention activities were carried out with a community empowerment model that included agricultural assistance activities, health education, ergonomic gymnastics activities and health check-ups. **Results:** Increase in agricultural products with an average increase of 5 kg per harvest with changes in planting medium and land setting. **Conclusion:** Community service activities that include agricultural assistance and health education activities with the concept of urban farming can increase the economic value of the elderly group in urban areas by increasing products and crop quality as well as improving the quality of life of the elderly.

Keywords—Quality of Life; Elderly; Economy Empowerment; Urban Farming

This is an open access article under the CC BY-SA License.



Penulis Korespondensi:

Yati Sri Hayati
Department of Nursing Science,
Universitas Brawijaya,
Email: yshayati.fk@ub.ac.id
Orchid ID: <https://orcid.org/0000-0001-6131-7739>

I. PENDAHULUAN

Proses penuaan pada lansia membawa konsekuensi dalam hal penurunan fungsi fisik, fisiologis, dan psikologis yang berakibat pada penurunan fungsional dan tingkat kemandirian lansia (Burman et al., 2019). Kondisi tersebut dapat menyebabkan tingkat ketergantungan hidup lansia jika tidak diimbangi dengan manajemen kesehatan diri yang baik, dukungan keluarga dan sosial serta tingkat ekonomi yang layak (Faronbi et al., 2021; Barros et al., 2021). Strategi untuk peningkatan kemandirian lansia membutuhkan kolaborasi dari berbagai sektor dengan mengedepankan strategi individu dan sosial mencakup training kemampuan kognitif, latihan fisik atau olahraga serta intervensi yang melibatkan multikomponen yang mencakup keikutsertaan keluarga dan lingkungan sosial (Motamed-jahromi & Kaveh, 2021).

Salah satu strategi yang menggabungkan antara terapi individu dan pemberdayaan masyarakat adalah terapi bertanam pada lansia dalam bentuk urban farming. Aktivitas bertanam dapat memberikan manfaat psikologis seperti peningkatan suasana hati, pengurangan depresi, dan peningkatan rasa tujuan hidup. Terapi bertanam dapat membantu lansia merasa lebih berdaya dan terlibat dalam komunitas mereka, yang secara signifikan meningkatkan kualitas hidup mereka (Gorman & Cacciatore, 2020; Chan et al., 2017). Selain itu, aktivitas fisik yang terlibat dalam berkebun dapat meningkatkan kesehatan fisik, termasuk kekuatan otot, fleksibilitas, dan keseimbangan, yang semuanya berkontribusi pada peningkatan kualitas hidup. Terapi bertanam menawarkan pendekatan holistik yang menggabungkan manfaat fisik, mental, dan sosial untuk lansia (Saroinsong et al., 2021). Dengan meningkatkan status nutrisi melalui konsumsi hasil kebun yang segar dan bergizi, serta memberikan kegiatan yang memperkaya secara emosional dan sosial, terapi hortikultura dapat menjadi intervensi yang efektif untuk meningkatkan kualitas hidup lansia.

Urban farming atau pertanian perkotaan sangat cocok untuk menjadi aktivitas bagi lansia, karena dilakukan di sekitar pekarangan rumah dengan lahan yang tidak terlalu luas serta mencakup kegiatan yang dapat mendukung kesehatan. Konsep urban farming yang didukung oleh teknologi dapat meningkatkan kesejahteraan lansia baik secara fisik, psikologis maupun finansial (Zhou et al., 2023). Selain itu hasil dari aktivitas pertanian, lansia dan masyarakat sekitar dapat memenuhi kebutuhan sayuran sebagai sumber nutrisi bagi rumah tangga secara mandiri (Fitri & Suryani, 2021). Jenis tanaman yang dapat dibudidakan menggunakan konsep urban farming sangat beragam mulai dari tanaman sayuran seperti kangkung, selada, pakcoy, sawi, bayam, terung, cabai, bawang, tomat, paprika hingga tanaman buah-buahan seperti melon, semangka, lemon, anggur, dan sebagainya.

Kegiatan urban farming jika dikelola secara profesional, berkontribusi dalam membangun ketahanan pangan, ekonomi dan kesehatan. Konsep urban farming yang dapat dikembangkan adalah vertikultur, hidroponik, aquaponik, vertiminaponik, dan wall gardening. Lahan yang terbatas tidak menjadi penghambat untuk membangun kreativitas untuk menghasilkan sesuatu yang bermanfaat (Nur'aini & Krisdianto, 2017). Urban farming pada kelompok lansia jika dikelola dengan profesional, hasil pertanian dapat menjadi sumber penghasilan bagi lansia sehingga lansia mandiri dan tidak menjadi beban bagi kelompok usia produktif. Sedangkan dalam konteks kesehatan, kegiatan bertanam, merawat tanaman, bahkan mengolah bahan pangan menjadi makanan menjadi aktifitas yang menyenangkan bagi lansia sehingga lansia merasa bahagia, sehat baik fisik maupun mental (Indriani et al., 2020; Nurjasmi, 2021).

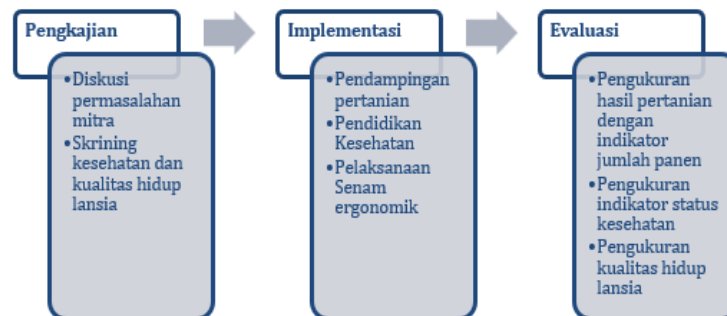
Lansia berpotensi untuk mendukung ketahanan pangan perkotaan melalui aktivitas urban farming mengingat populasi lansia di perkotaan lebih tinggi dibandingkan di perdesaan. Potensi tersebut sangat mungkin direalisasikan bila ada komitmen bersama dari komunitas lansia, pemerintah, dan pihak lain, termasuk akademisi. Urban farming pada kelompok lansia jika dikelola dengan profesional, hasil pertanian dapat menjadi sumber penghasilan bagi lansia sehingga lansia mandiri dan tidak menjadi beban bagi kelompok usia produktif.

Kelompok Tani Kurnia Lestari merupakan kelompok tani beranggotakan 28 lansia di Kelurahan Bakalan Krajan Kota Malang yang mengelola lahan untuk bercocok tanam sayuran kangkung dan pokcoy. Selama ini kegiatan dilakukan dengan metode bertanam organik dengan media tanam polybag. Dari hasil wawancara awal didapatkan beberapa masalah yang dihadapi oleh kelompok tani ini yaitu: (1) kurangnya pemahaman yang cukup tentang teknik pertanian yang efisien dan ramah lansia, sehingga mengalami berbagai kendala dalam upaya melaksanakan pertanian/kebun yang sesuai dengan kondisi lansia; (2) masalah kesehatan yang dialami lansia sehingga seringkali menghambat dalam melakukan kegiatan pertanian, misalnya lansia tidak mampu mengangkat tempat air yang digunakan untuk menyiram tanaman ataupun tidak mampu berada dalam posisi jongkok untuk waktu yang lama sementara melakukan kegiatan pertanian seperti menanam, dan sebagainya. Dengan latar belakang tersebut, maka tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk berkontribusi dalam upaya meningkatkan efektivitas urban farming untuk meningkatkan nilai ekonomi dan kesehatan lansia Kelompok Tani Kurnia Lestari Kota Malang.

II. METODE

Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan dalam beberapa tahapan sesuai konsep pemberdayaan masyarakat. Tahapan dalam kegiatan ini adalah tahap pertama yaitu pengkajian dilakukan dengan diskusi identifikasi masalah, dilanjutkan dengan tahap kedua yaitu

implementasi dan ketiga yaitu evaluasi. Pelaksanaan kegiatan ini dilakukan dalam jangka waktu empat bulan yaitu Juli – Oktober 2024 yang dilakukan di Kelurahan Bakalan Krajan Kota Malang Jawa Timur. Pelaksanaan kegiatan dapat dijelaskan dalam gambar 1.



Gambar 1. Diagram Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian Masyarakat

Pelaksanaan tahapan pengabdian masyarakat dijelaskan sebagai berikut:

A. Tahap Pengkajian

Dalam kegiatan ini dilakukan metode diskusi dengan mitra untuk menggali informasi mengenai permasalahan utama yang dihadapi oleh mitra. Penggalan informasi ini dilaksanakan dengan metode Focus Group Discussion (FGD). Proses ini memungkinkan untuk menggali permasalahan sekaligus mendiskusikan bersama mitra strategi intervensi yang tepat untuk menyelesaikan masalah (Shabina et al., 2024). Peserta kegiatan ini adalah seluruh anggota kelompok tani Kurnia Lestari, tim pengabdian masyarakat dan stake holder dari Kelurahan. Dalam tahap pengkajian ini juga dilakukan skrining kesehatan terkait kualitas hidup lansia dengan menggunakan instrument The World Health Organization Quality of Life Brief Version (WHOQOL-BREF) (Lionthina et al., 2020).

B. Tahap Implementasi

Tahap ini dilakukan dengan tiga kegiatan utama yaitu pendampingan dalam kegiatan bertani pada kelompok lansia; pendidikan kesehatan serta pelaksanaan kegiatan senam ergonomik. Kegiatan pertama yaitu perubahan setting lahan dan media tanam. Hal ini bertujuan untuk meningkatkan hasil produksi pertanian dan menyediakan setting lahan yang aman dalam konteks posisi tubuh saat bertanam untuk lansia dengan risiko jatuh dan kelemahan (Kaewdok et al., 2018; Kurniyawan et al., 2023). Pendampingan ini dilakukan oleh tim pengabdian masyarakat dari mulai penyiapan lahan, bertanam, sampai dengan proses panen dan pengemasan produk siap jual. Kegiatan kedua adalah pendidikan kesehatan yang dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan lansia dalam pengaturan posisi ergonomik selama kegiatan bertanam serta strategi untuk mengatasi masalah kesehatan nyeri sendi yang dialami terkait dengan posisi tidak ergonomik

dalam beraktivitas maupun masalah kesehatan sendi (Ramli & Alam, 2022). Kegiatan ketiga adalah pelaksanaan kegiatan senam ergonomik yang dilakukan dengan didampingi oleh tim pengabdian masyarakat setiap satu minggu sekali selama dua bulan. Hal ini bertujuan sebagai salah satu terapi komplementer yang dapat dilakukan mandiri oleh lansia untuk mengatasi masalah nyeri muskuloskeletal yang disebabkan oleh posisi kurang ergonomik selama bertanam.

C. Tahap Evaluasi

Tahap ini dilakukan untuk menilai keberhasilan kegiatan yang dilakukan dengan pengukuran hasil produksi pertanian setelah perubahan setting dan media tanam, serta pemberian instrumen The World Health Organization Quality of Life Brief Version (WHOQOL-BREF) untuk pengukuran kualitas hidup. Evaluasi ini dilakukan untuk penilaian keberhasilan kegiatan implementasi yang telah dilakukan sebelumnya.

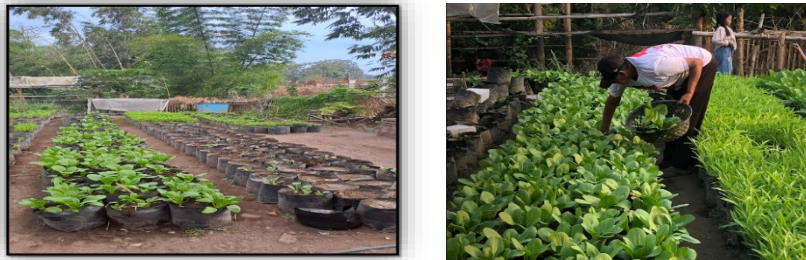
III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan selama empat bulan ini menghasilkan temuan antara lain: (1) Identifikasi masalah prioritas melalui kegiatan FGD; (2) Peningkatan produk pertanian rata rata 5 kg setiap kali panen setelah intervensi; dan (3) Peningkatan skor kualitas hidup lansia dari 59,64 sebelum intervensi menjadi 71,29 (p value=0,00) yang mengindikasikan perubahan kualitas hidup yang signifikan setelah dilakukan kegiatan pengabdian masyarakat. Hasil FGD yang dilakukan bersama dengan mitra telah berhasil merumuskan permasalahan prioritas yang dihadapi oleh Kelompok Tani Kurnia Lestari. Permasalahan tersebut secara garis besar terdiri dari dua masalah utama yaitu: (1) permasalahan efisiensi model dan media tanam yang bisa meningkatkan produksi dan juga mengurangi risiko cedera pada lansia; (2) permasalahan keluhan kesehatan yang dialami oleh lansia terkait masalah muskuloskeletal karena posisi kurang ergonomik dalam aktivitas bercocok tanam. Gambar 2 menjelaskan pelaksanaan kegiatan FGD yang melibatkan seluruh anggota Kelompok Tani Kurnia Lestari yang dilaksanakan di lokasi kebun.



Gambar 2. Kegiatan FGD

Kegiatan implementasi pertama dilakukan dengan pendampingan bertani pada kelompok lansia. Mempertimbangkan kondisi kesehatan dan risiko jatuh, maka diperlukan perubahan setting lahan serta media tanam agar dapat memfasilitasi lansia agar bisa bercocok tanam dengan aman. Kegiatan ini dilakukan dengan mengganti media tanam dari polybag menjadi bedengan dan menambahkan media tanam dengan model vertikal dengan wall garden. Media tanam dengan vertikal memungkinkan lansia untuk meminimalisir kegiatan membungkuk saat melakukan aktivitas bercocok tanam. Postur tubuh yang tidak tepat dalam kegiatan bertanam dapat menjadi hazard ergonomik yang memberikan risiko kesehatan khususnya pada lansia (Kaewdok et al., 2018). Gambar 3 menjelaskan mengenai pelaksanaan kegiatan penanaman sayur sebelum kegiatan pendampingan yang menggunakan media tanam polybag dan bagaimana postur lansia saat merawat tanaman dan memanen hasil yang tidak ergonomis dan menyebabkan risiko gangguan masalah muskulokeletal.



Gambar 3. Lahan pertanian sebelum pendampingan

Penggunaan bedengan sebagai pengganti media tanam memberikan manfaat lebih dalam hal: (1) meningkatkan drainase dan sirkulasi udara dengan mencegah genangan air, menjaga akar tanaman tetap sehat, dan meningkatkan sirkulasi udara di sekitar akar, yang penting untuk pertumbuhan optimal; (2) pengaturan jarak tanam yang terstruktur sehingga setiap tanaman mendapatkan ruang tumbuh yang cukup, mempermudah perawatan seperti pemupukan dan penyiraman; (3) efisiensi penggunaan air dan pupuk dengan memastikan nutrisi diserap maksimal oleh tanaman, mengurangi risiko pupuk hanyut saat hujan, dan memungkinkan penambahan bahan organik seperti kompos untuk meningkatkan kesuburan tanah; (4) efisiensi dalam pengendalian hama karena tanaman yang tertata rapi dan teratur membantu mengurangi serangan hama, sehingga kebutuhan akan pestisida kimia dapat ditekan, membuat metode ini ramah lingkungan dan efisien; (5) meningkatkan produktivitas tanaman dengan drainase yang baik, sirkulasi udara yang baik, dan pengaturan jarak tanam yang teratur, tanaman dapat tumbuh lebih optimal dan menghasilkan lebih banyak (Firmansyah & Putri, 2023). Meskipun dalam satu penelitian disebutkan bahwa hasil produk kangkung pada media tanam polybag lebih tinggi daripada bedengan, namun penggunaan polybag tidak efisien karena harus diganti setiap 3 bulan

dibandingkan dengan media bedengan. Pada kelompok tani lansia, penggantian media tanam dapat menjadi aktivitas tambahan yang dapat dikurangi serta bedengan dapat lebih bermanfaat dengan tersedianya lahan yang lumayan luas (Afriani et al., 2023).



Gambar 4. Lahan pertanian setelah pendampingan

Gambar 4 menjelaskan bagaimana setting lahan pertanian berubah menjadi bedengan dan wall garden. Hal ini memungkinkan media tanam lebih luas, tidak perlu mengganti polybag setiap tiga bulan serta postur tubuh lansia saat kegiatan bertani menjadi lebih aman dalam hal ergonomis. Hasil temuan dari kegiatan pendampingan ini adalah peningkatan hasil panen rata-rata 5 kg untuk semua komoditi (sawi, kangkung, bayam). Hal ini sejalan dengan penelitian Purnawati et al (2015) mengenai penerapan teknologi bertanam organik untuk peningkatan kualitas hasil panen sayur. Penerapan teknologi tersebut antara lain terkait pengolahan lahan sebelum bertanam dengan menggunakan bedengan, pemrosesan panen sayur dan pengemasan sayur. Proses yang tepat dalam kegiatan pengolahan lahan sampai dengan pengemasan dapat menjamin peningkatan produksi dan kualitas produk sayur yang dihasilkan. Kegiatan pengabdian memberikan pemahaman baru bagi lansia tentang penataan dan pemanfaatan lahan serta dampaknya bagi pertanian kota yang dikelola bersama. Bagi lansia yang secara umum sudah memiliki banyak pengalaman tentang pertanian dapat memberikan informasi baru dan langsung dipraktikkan sehingga terlihat dengan nyata manfaatnya. Selain itu, adanya upaya kolaboratif pada kegiatan pengabdian dengan melibatkan berbagai sumber daya memberikan dampak positif sehingga meningkatkan hasil panen.

Kegiatan selanjutnya adalah pendidikan kesehatan mengenai manfaat bertanam pada kesehatan lansia serta memberikan pemahaman mengenai cara penanganan masalah kesehatan nyeri pada lansia. Gambar 5 menunjukkan pelaksanaan kegiatan pendidikan kesehatan serta kegiatan senam yang diikuti oleh lansia di kelompok tani Kurnia Lestari. Kegiatan ini dilakukan dua kali selama kegiatan pengabdian masyarakat. Hasil pengabdian kepada masyarakat ini menghasilkan temuan dari hasil pengamatan yaitu peningkatan partisipasi lansia dalam setiap kegiatan yang dilaksanakan. Lansia lebih semangat mengikuti kegiatan mulai dari senam, pemeriksaan kesehatan, edukasi, dan aktivitas menanam. Kegiatan urban farming dapat berfungsi sebagai platform sosial yang mendorong partisipasi lansia. Inisiatif ini memberikan rasa

kebersamaan dan tujuan, yang dapat sangat menarik bagi lansia. Hal ini sejalan dengan penelitian Zhou et al (2023) yang menunjukkan bahwa ketika lansia terlibat dalam kegiatan bersama seperti *urban farming*, maka lansia akan mengalami peningkatan interaksi sosial dan rasa memiliki, yang dapat meningkatkan tingkat partisipasi dalam aktivitas ini (Zhou et al., 2023).



Gambar 5. Kegiatan pendidikan kesehatan dan senam ergonomik

Hasil pengabdian juga menggambarkan kondisi kesehatan lansia secara umum baik, pemeriksaan fisik pre dan post kegiatan dalam batas normal, tidak ada lansia yang mengalami peningkatan tekanan darah. Lansia dengan aktivitas fisik berkebun dan bertani dapat meningkatkan kesehatan kardiovaskular, meningkatkan mobilitas, mengurangi stress dan mengurangi risiko penyakit kronis. Hal ini sejalan dengan penelitian mengenai efektifitas bertanam pada lansia yang dilakukan oleh Zutter dan Stoltz (2023) yang menyatakan bahwa kegiatan urban farming memberikan manfaat yang signifikan bagi kesehatan mental, karena aktivitas ini dapat mengurangi stres dan meningkatkan suasana hati, yang berkontribusi pada kesejahteraan secara keseluruhan (Zutter & Stoltz, 2023).

Kegiatan urban farming dapat secara signifikan meningkatkan kualitas hidup bagi lansia. Hasil pengabdian memberikan gambaran adanya peningkatan persentase jumlah lansia dengan kualitas hidup baik, dimana pada saat pre tes semua lansia berada pada status kualitas hidup cukup dan tidak ada satupun lansia yang masuk pada kategori kualitas hidup baik. Setelah kegiatan pertanian kota diperoleh bahwa terdapat peningkatan status kualitas hidup, yaitu sebanyak 39,29% lansia berada pada kategori kualitas hidup baik. Kegiatan menanam makanan dan menjadi bagian dari kegiatan komunitas dapat memberikan rasa pencapaian dan harga diri. Hal ini sejalan dengan penelitian Cano-verdugo dan Flores (2024) mengenai hubungan antara gaya hidup dan kualitas hidup lansia yang menyatakan bahwa kemudahan akses ke produk segar dapat memperbaiki kebiasaan makan, yang mengarah pada nutrisi dan hasil kesehatan yang lebih baik. Hal tersebut mengindikasikan bahwa peningkatan dalam gaya hidup dan kesehatan ini berkontribusi pada kualitas hidup yang lebih tinggi (Cano-verdugo & Flores, 2024).

Kegiatan ketiga adalah pelaksanaan senam ergonomik pada lansia. Senam ergonomik telah terbukti efektif dalam mengurangi nyeri muskuloskeletal pada lansia. Sebuah penelitian menunjukkan bahwa penerapan senam ergonomik dapat menurunkan nyeri sendi pada lansia

penderita rheumatoid arthritis, menjadikannya sebagai terapi non-farmakologi yang praktis untuk meningkatkan kekuatan otot dan mengurangi gejala nyeri. Senam ergonomik melibatkan gerakan yang dirancang untuk meningkatkan fleksibilitas sistem saraf dan aliran darah, sehingga dapat mengurangi keluhan muskuloskeletal. Gerakan-gerakan tersebut tidak hanya membantu mengurangi nyeri otot dan sendi tetapi juga meningkatkan kualitas hidup lansia secara keseluruhan. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya mengenai manfaat senam ergonomik pada lansia yang menyatakan bahwa senam ergonomik dapat menjadi alternatif terapi yang efektif bagi lansia yang mengalami nyeri muskuloskeletal karena dapat menurunkan nyeri setelah dilakukan dengan rutin (Ramli & Alam, 2022; Indrianita & Yaner, 2013). Berdasarkan paparan hasil dari kegiatan tersebut dapat diidentifikasi bahwa pendampingan lansia dalam kegiatan bertanam dapat meningkatkan produktivitas secara ekonomi dan kesehatan lansia. Hal ini ditandai dengan ditemukannya luaran yang sesuai dengan target evaluasi hasil yang diinginkan yaitu peningkatan produksi panen dan peningkatan kualitas hidup lansia.

IV. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat melalui urban farming terbukti efektif dalam meningkatkan status kesehatan dan kualitas hidup lansia, yang pada akhirnya dapat meningkatkan produktivitas hasil pertanian. Melalui pendekatan ini, lansia mendapatkan akses secara langsung untuk mengonsumsi sayuran segar dan bergizi, yang mampu berkontribusi pada pola makan yang lebih sehat. Selain itu, kegiatan berkebun juga memberikan manfaat untuk meningkatkan kemampuan lansia dalam melaksanakan aktivitas fisik, serta manfaat lainnya, seperti menurunkan stres dan memperbaiki suasana hati. Interaksi sosial yang terjadi dalam kelompok berkebun juga membantu mengurangi perasaan kesepian dan meningkatkan rasa kebersamaan di antara lansia. Penataan urban farming yang sesuai dengan kondisi lansia menjadikan kegiatan bertani atau berkebun memberikan manfaat yang optimal, sehingga perlu dikembangkan lebih lanjut melalui kolaborasi dengan lintas sektor sehingga secara tidak langsung menjadi sarana untuk pemberdayaan masyarakat. Kegiatan pengabdian masyarakat selanjutnya dapat dilakukan dengan kolaborasi bersama dinas perdagangan untuk optimalisasi pemasaran produk pertanian organik yang telah dihasilkan oleh kelompok tani.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kami ucapkan kepada Direktorat Riset dan Pengabdian kepada Masyarakat (DRPM) Universitas Brawijaya yang telah memberikan kesempatan untuk melaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat ini. Selanjutnya, ucapan terima kasih juga kami ucapkan untuk mitra kami yaitu Kelompok Tani Kurnia Lestari beserta tim yang telah menjadi mitra dalam pelaksanaan kegiatan ini..

DAFTAR PUSTAKA

- Afriani, R., Wanita, Y. P., & Yolanda, K. (2023). *Pengaruh Sistem Tanam pada pertumbuhan dan hasil serta susut bobot Tanaman Kangkung (Ipomoea reptans poir).* AGRONOMIKA, 21(01), 8–13. Diambil dari <https://journal.uniba.ac.id/index.php/AGR/article/view/708>.
- Barros, J. M., Paulino, A., Abigailil, C., Amazoneida, P., Pereira, P., Yuste, A., Hudson, J., & Ribeiro, S. (n.d.). *The meaning of aging for the dependent elderly.* 57–66. <https://doi.org/10.1590/1413-81232020261.32382020>
- Cano-Verdugo, G., Brianda Daniela Flores-García, Georgina Mayela Núñez-Rocha, María Natividad Ávila-Ortiz, María Argelia Akemi Nakagoshi-Cepeda, (2024). *Impact of urban farming on health: a systematic review*, Journal of Public Health, Volume 46, Issue 3, September 2024, Pages e500–e509, <https://doi.org/10.1093/pubmed/fdae056>
- Chan, H. Y., Ho, R. C., Mahendran, R., Ng, K. S., Tam, W. W., Rawtaer, I., Tan, C. H., Larbi, A., Feng, L., Sia, A., Ng, M. K., Gan, G. L., & Kua, E. H. (2017). *Effects of horticultural therapy on elderly ' health: protocol of a randomized controlled trial.* 1–10. <https://doi.org/10.1186/s12877-017-0588-z>
- Faronbi, J. O., Akinyoola, D. O., Faronbi, O. G., & Ojo, F. T. (2021). *Factors contributing to functional dependence among older adults in Ile-Ife, Nigeria.* International Journal of Africa Nursing Sciences. 14. <https://doi.org/10.1016/j.ijans.2021.100296>.
- Firmansyah, E., & Putri, D. N. (2023). *The tillage for potato cultivation at an altitude of 1,200 meters above sea level: Best practice in Mekar Setia Farmers Group, West Java.* Community Epowerment. 8(6), 922–931. <https://doi.org/10.31603/ce.8413>
- Fitri, R., Suryani (2021). *Lansia dan Pertanian Perkotaan.* Jurnal Ilmiah Respati.12(1). DOI: <https://doi.org/10.52643/jir.v12i1.1439>
- Gorman, R., & Cacciatore, J. (2020). Care-farming as a catalyst for healthy and sustainable lifestyle choices in those affected by traumatic grief. *NJAS - Wageningen Journal of Life Sciences*, 92(November), 100339. <https://doi.org/10.1016/j.njas.2020.100339>
- Indriani, C., Hayati, Y. S., & Wihastuti, T. A. (2020). *Family Psychoeducation in Reducing the Occurrence of Depression in Elderly: A Systematic Review.* 2(3), 100–113. DOI: <https://doi.org/10.54783/ijsoc.v2i3.130>
- Indrianita, V., & Yaner, N. R. (2013). *Peran Senam Ergonomis Untuk Kesehatan Lansia.* Nersmid: Jurnal Keperawatan dan Kebidanan. SSN : 2580-1929. 0231, 227–236.
- Jayeeta Burman, Sembagamuthu Sembiah1, Aparajita Dasgupta, Bobby Paul, Neeraj Pawar1, A. R. (2019). *Assessment of Poor Functional Status and its Predictors among the Elderly in a Rural Area of West Bengal.* 123–130. <https://doi.org/10.4103/jmh.JMH>
- Kaewdok, T., Sirisawasd, S., & Taptagaporn, S. (2018). *Work posture assessment among elderly farmers in Pathumthani Province , Thailand.* February 2019. <https://doi.org/10.20474/jahms-4.1.2>
- Kurniyawan, E. H., Nabila, A. F., Purwanto, G. J., & Dwi, N. (2023). *The Relationship Between Work Length and Work Position with the Rate of Low Back Pain among Rice Farmers.* Journal Of Noncommunicable Disease 3(2), 109–118. DOI: 10.52365/jond.v3i2.895
- Lionthina, M., Wiwaha, G., Gondodiputro, S., Arya, I. F. D., Sukandar, H., & Sunjaya, D. K. (2020). *Elderly Quality of Life and Its Predictors in Chronic Disease Management Program : Indonesian Version of WHOQOL-BREF and WHOQOL-OLD.* Majalah Kedokteran Bandung, Volume 52 No. 1, March 2020. 52(38), 28–34. <https://doi.org/10.15395/mkb.v52n1.1729>
- Motamed-jahromi, M., & Kaveh, M. H. (2021). *Effective Interventions on Improving Elderly ' s Independence in Activity of Daily Living : A Systematic Review and Logic Model.* 8(February), 1–9. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2020.516151>
- Nur'aini, A. D., & Krisdianto, J. (2017). *Urban Farming dalam Kampung Vertikal sebagai Upaya Efisiensi Keterbatasan Lahan.* Jurnal Sains Dan Seni ITS, 6(2).

- <https://doi.org/10.12962/j23373520.v6i2.25786>
- Nurjasmi, R. (2021). Review: Potensi Pengembangan Pertanian Perkotaan oleh Lanjut Usia untuk Mendukung Ketahanan Pangan. *Jurnal Ilmiah Respati*, 12(1), 11–28. <https://doi.org/10.52643/jir.v12i1.1406>
- Purnawati, A., Gitosaputro, S., Viantimalam, B. (2015). Tingkat Penerapan Teknologi Budidaya Sayuran Organik Di Kelurahan Karangrejo Kecamatan Metro Utara Kota Metro. *jiia*, Volume 3 No 2.
- Ramli, R., & Alam, R. I. (2022). *Pengaruh Senam Ergonomik terhadap Skala Nyeri dan Rentang Gerak pada Lansia Rheumatoid Arthritis*. *Window of Nursing Journal*. 03(01), 37–48. DOI: <https://doi.org/10.33096/won.v3i1.38>
- Saroinsong, F. B., Ismail, Y., Gravitiani, E., & Sumantra, K. (2021). Utilization of Home Gardens as a Community Empowerment-Based Edible Landscape to Combat Stunting. *IOP Conference Series: Earth and Environmental Science*, 940(1), 1–7. <https://doi.org/10.1088/1755-1315/940/1/012093>
- Shabina, S., Amit, T. K., Eram, P., & Pranav, K. (2024). *Focus Group Discussion : An Emerging Qualitative Tool for Educational Research*. *International Journal of Research and Review* .Volume 11; Issue: 9; September 2024, 302–308. DOI: <https://doi.org/10.52403/ijrr.20240932>
- Zhou, Y., Wei, C., & Zhou, Y. (2023). How Does Urban Farming Benefit Participants? Two Case Studies of the Garden City Initiative in Taipei. *Land*, 12(1), 55. <https://doi.org/10.3390/land12010055>.
- Zutter, C. & Stoltz, A. (2023). Community gardens and urban agriculture:Healthy environment/healthy citizens. *InternationalJournal of Mental Health Nursing*, 32, 1452–1461. <https://doi.org/10.1111/inm.13149>