

Sistem Regrow Sebagai Alternatif Mengatasi Limbah Sayuran

Wahyu Kuncoro, Nurul Aliyah, Fara Dina Zachrawan, Hendy Rizqullah Rahman

Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

E-mail : noviandari@untag-sby-ac.id, nurulalyh52@gmail.com, dinafara058@gmail.com,
hendyrahman150@gmail.com

Abstrak

Saat ini sampah sisa sayuran menempati posisi penyumbang sampah paling besar dalam rumah tangga. Tanpa disadari satu persatu bahan makanan yang kurang baik penyimpanannya akan berakhir menjadi sampah makanan atau *food waste*. Timbulnya sampah makanan seringkali disebabkan oleh kelebihan stok pangan sehingga berpotensi membusuk. Penelitian ini bertujuan untuk mengurangi sampah makanan dengan menumbuhkan kembali sisa sayuran dengan menggunakan sistem *regrow*. Metode pelaksanaan dalam kegiatan ini yakni menggunakan metode studi literatur. Metode ini merupakan metode penelitian yang berdasarkan atas karya tulis dan peneliti tidak harus turun langsung ke lapangan. .

Kata Kunci : *limbah sayuran, sistem regrow, pemanfaatan sampah*

Abstract

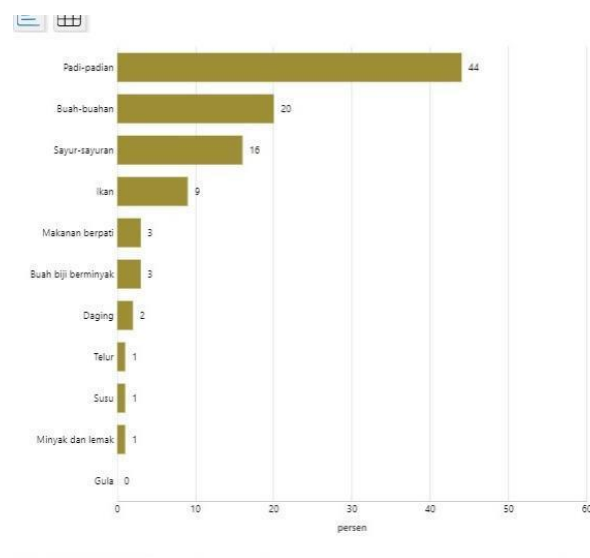
Vegetable waste is currently the biggest contributor to household waste. Without realizing it, one by one, food ingredients that are poorly stored will end up becoming food waste. The emergence of food waste is often caused by excess food stock so that it has the potential to rot. This research aims to reduce food waste by regrowing vegetable scraps using a regrow system. The method of implementation in this activity is using the literature study method. This method is a research method based on written works and researchers do not have to go directly to the field.

Keywords: food waste, regrow system, waste utilization

PENDAHULUAN

Salah satu permasalahan yang dialami oleh negara Indonesia adalah pengolahan limbah makanan yang kurang tepat. Salah satu penyumbang sampah terbesar di Indonesia adalah sampah makanan atau *food waste*. Sampah makanan terbagi lagi menjadi beberapa jenis antara lain, sampah sisa makanan dan sampah bahan makanan yang belum diolah. Sampah sisa makanan merupakan makanan yang masih layak untuk dikonsumsi namun akibat perilaku konsumen yang kurang manajemen makanan sehingga dibuang begitu saja dan akhirnya menumpuk di tempat pembuangan akhir (TPA)(Hidayat et al., 2020a). Sisa makanan tersebut banyak dihasilkan dari rumah tangga, restoran atau toko grosir. Sedangkan sampah bahan makanan yang belum di olah berupa sayuran yang masih bisa dimasak namun dibuang begitu saja karena disebabkan oleh kelebihan stok pangan, sehingga berpotensi membusuk karena disebabkan oleh kelebihan stok pangan, sehingga berpotensi membusuk. Berikut bagan persentase sampah makanan yang ada di Indonesia pada tahun 2019.

Gambar 1.1. Persentase Sampah Makanan di Indonesia, 2019



Sumber : *databoks katadata, 2023*

Dapat dilihat dari bagan diatas menunjukkan bahwa sampah rumah tangga khususnya buah dan sayuran menempati posisi tiga besar. Sampah sayuran ini merupakan sampah bahan makanan yang belum diolah sehingga masih menjadi bahan mentah yang masih bisa dimanfaatkan namun dibuang sia-sia. Tidak bisa dipungkiri tak sedikit masyarakat Indonesia membuang sisa sayur, buah hingga bekas masakan rumah tangga mereka begitu saja. Salah

satu faktor penyebab banyaknya sampah sayuran yang berasal dari sampah rumah tangga ini karena kurangnya pengolahan dan penyimpanan sehingga bahan makanan berakhir menjadi limbah (Atma & Yogyakarta, 2020). Masyarakat cenderung memiliki ketidaktahuan akan umur simpan sayuran dan bagaimana cara mengolahnya dengan benar. Merujuk pada pernyataan tersebut, dari beberapa penelitian menyebutkan bahwa sampah sisa makanan merupakan hal yang sangat jarang untuk diolah kembali oleh masyarakat.

Ada beberapa cara dalam pemanfaatan pengolahan limbah sayuran dan buah, salah satu pemanfaatan limbah sayuran dan buah adalah menggunakan sistem Regrow. Metode ini menjadi solusi terbaik untuk pengelolaan sampah, dengan menanam sekali berpotensi panen berkali-kali. Regrow dapat diartikan sebagai penanaman kembali sisa sayuran yang ada sehingga menumbuhkan sayuran baru. Menanam kembali sayuran ini sangat bermanfaat sekali karena dapat mengurangi Food Waste yang akan dapat berakibat buruk pada lingkungan. Metode ini juga dapat dibilang mudah dilakukan dan tidak memakan banyak biaya (Putra et al., n.d.).

Namun sayangnya, meskipun metode ini dikatakan mudah dalam implementasinya masih banyak masyarakat Indonesia khususnya ibu rumah tangga yang belum mengetahui apa itu Regrow..

METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan dalam kegiatan ini yakni menggunakan metode studi literatur. Metode ini merupakan metode penelitian yang berdasarkan atas karya tulis dan peneliti tidak harus turun langsung ke lapangan. Teknik pengumpulan data diperoleh dari dokumen maupun sumber pustaka (Chahaya S. et al., 2022). Penelitian ini dapat dikatakan sebagai karya ilmiah karena dalam proses pengumpulan data dilakukan dengan strategi dalam bentuk metodologi penelitian. Variabel-variabel yang ada pada penelitian studi literatur bersifat tidak baku karena data yang didapatkan kemudian dianalisis secara mendalam oleh penulis.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Menurut hasil penelitian terdahulu, sebagian besar ibu rumah tangga memasak beberapa bahan pangan antara lain, kangkung, wortel, daun bawang, sawi. Sebagian besar masyarakat Indonesia memang tidak mengetahui bagaimana cara mengolah sisa sayuran. Dalam pengolahan sampah, umumnya sayuran tidak masuk dalam pilihan masyarakat, sedangkan

salah satu penyumbang sampah terbesar di Indonesia merupakan sampah sayuran. Oleh sebab itu regrow merupakan sistem yang sangat tepat untuk diimplementasikan.

A. Sayuran Yang Dapat di Regrow

Menumbuhkan kembali sampah sisa sayuran menggunakan metode regrow merupakan salah satu sistem menanam yang sangat mudah dan praktis. Selain itu, menanam menggunakan metode Regrow juga hal yang sangat membantu dalam pengolahan limbah sayuran karena metode ini hanya membutuhkan waktu yang relatif singkat dan dapat digunakan berkali-kali (Hidayat et al., 2020b). Penggunaan berkali-kali ini berarti menanam hanya satu kali namun berpeluang panen berkelanjutan.

Berikut beberapa metode dan cara merawat sayuran dengan system regrow :

1. Daun bawang

Gambar 3.1. Regrow Daun Bawang



Sumber : Olahan data peneliti, 2023

Daun bawang menjadi salah satu bahan sayuran yang sering dikonsumsi. Bonggol dari daun bawang seringkali dibuang oleh ibu-ibu rumah tangga dalam memasak. Padahal daun bawang ini masih bisa ditumbuhkan kembali menjadi sayuran baru. Yang dibutuhkan hanya akar / bonggol daun bawang sekitar 3 cm dan diletakkan pada tempat yang dapat ditumbuhkan kembali.

Berikut langkah-langkah menggunakan metode regrow daun bawang :

1. Siapkan botol plastik yang sudah dipotong atau digunting setinggi 10 cm.
2. Isi botol plastik dengan air
3. Siapkan ujung akar dari daun bawang setinggi 2 cm
4. Letakkan bonggol daun bawang dengan posisi horizontal
5. Berikan pupuk cair organik ke dalam air

6. Jika sudah tumbuh akar dan sudah cukup tinggi maka bisa dipindah ke media tanah

Perawatan selanjutnya agar sayuran tidak membusuk, cukup ganti airnya setiap hari dan letakkan pada tempat yang terkena paparan sinar matahari.

2. Wortel

Gambar 3.2. Regrow Wortel



Sumber : Olahan data peneliti, (Kompas.com)

Sama seperti daun bawang, wortel juga menjadi sayuran yang seringkali dimasak maupun dibuat untuk jus. Ketika akan diolah ujung kepala wortel seringkali dibuang begitu saja, padahal ujung wortel bisa dimanfaatkan dengan metode regrow.

Langkah-langkahnya cukup mudah :

1. Siapkan tempat plastik setinggi 8 cm
2. Isi dengan air
3. Siapkan ujung kepala wortel setinggi 3-5 cm
4. Letakkan ke dalam tempat plastik dengan posisi horizontal
5. Jika sudah tumbuh akar dan sudah cukup tinggi dapat dipindahkan ke dalam media tanah

3. Kangkung

Akar kangkung selalu dibuang padahal masih dapat ditumbuhkan kembali menjadi sayuran baru.

Gambar 3.4. Regrow Kangkung



Sumber : *Olahan data peneliti, (littlegreenhome.com)*

Berikut cara menumbuhkan kangkung dengan system regrow :

1. Potong dan sisakan ujung akar dari kangkung 4-8 cm
2. Siapkan botol plastik yang sudah digunting setinggi 10 cm
3. Isi botol plastik dengan air
4. Letakkan akar kangkung dengan posisi horizontal
5. Jika sudah tumbuh akar dan sudah cukup tinggi maka bisa dipindah di media tanah

Diatas merupakan beberapa contoh sayuran yang dapat di regrow. Namun, meskipun demikian tidak semua sayuran dapat di Regrow, karena sistem ini hanya dapat diimplementasikan oleh beberapa sayuran khusus (Widhi Handayani, 2022).

B. Keuntungan Metode Regrow

Metode regrow memiliki beberapa keuntungan antara lain :

1. Pengurangan food waste
Memanfaatkan sisa sayuran yang umumnya menjadi sampah, regrow dapat mengurangi jumlah limbah sayuran.
2. Bebas pestisida
Dengan metode regrow ini, media dan sirkulasi air yang cukup terjaga akan membuat sayuran lebih bebas dari serangan hama.
3. Produktivitas tinggi.

Sayuran yang ditanam dengan metode regrow berpeluang menghasilkan hasil panen lebih banyak dan dapat diimplementasikan di rumah.

4. Edukasi

Metode regrow dapat menjadi sarana edukasi yang positif, memungkinkan masyarakat untuk lebih memahami siklus hidup tanaman beserta cara memanfaatkannya.

5. Hobi

Regrow dapat menjadi hobi baru yang menyenangkan dan bermanfaat, terutama dalam mengurangi dampak lingkungan.

Kesimpulan

Kesimpulan dari penelitian ini menunjukkan bahwa metode regrow adalah cara menanam yang mudah dan praktis untuk memanfaatkan sisa sayuran, dengan keunggulan dalam pengolahan limbah sayuran secara efisien dan memberikan peluang panen berkelanjutan (Tarigan & Suryandika, n.d.). Penelitian juga membahas langkah-langkah regrow untuk beberapa jenis sayuran seperti daun bawang, wortel, dan kangkung, menggunakan botol plastik, air, dan pupuk cair organik.

Dari observasi di Indonesia, terlihat bahwa masyarakat Indonesia aktif mengonsumsi sayuran yang dapat di regrow, membantu mengurangi sampah sayuran. Metode regrow tidak hanya memberikan keuntungan dalam pengurangan food waste, tetapi juga memberikan kebebasan dari pestisida, peningkatan produktivitas panen, edukasi masyarakat tentang siklus hidup tanaman, dan bahkan dapat menjadi hobi yang menyenangkan. Secara keseluruhan, implementasi sistem regrow memiliki potensi besar untuk meningkatkan pemahaman masyarakat tentang pemanfaatan kembali sisa sayuran, mengurangi limbah sayuran, serta memberikan dampak positif terhadap lingkungan dan keberlanjutan masyarakat Indonesia. Oleh karena itu, disarankan untuk terus mendorong dan mengembangkan metode ini sebagai bagian dari upaya untuk mencapai keberlanjutan dalam pemanfaatan sumber daya alam.

Ucapan Terimakasih

Kami mengucapkan terima kasih kepada Lembaga Pemberdayaan dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang telah memberi dukungan dan pendanaan dalam kegiatan Kuliah Kerja Nyata dan pelaksanaan program kerja ini. Serta kepada dosen pembimbing lapangan Bu Novi Andari, S.S., M.Pd

DAFTAR PUSTAKA

- Atma, U., & Yogyakarta, J. (2020). *Peran Perguruan Tinggi dalam Transformasi, Adaptasi, dan Metamorfosis Pengabdian pada Masyarakat di Era New Normal*. 5(1).
- Chahaya S., I., Lubis, I. K., Tumanggor, W. R. E., & Khairani, F. (2022). Pemberdayaan Masyarakat Melalui Pengelolaan Sampah dengan Metode “Muse (Mari Ubah Sampah Menjadi Eco-Enzyme)” pada Karang Taruna Kecamatan Medan Johor. *Poltekita: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(3), 498–508. <https://doi.org/10.33860/pjpm.v3i3.1003>
- Hidayat, S. I., Ardhan, Y. H., & Nurhadi, E. (2020a). Kajian Food Waste untuk Mendukung Ketahanan Pangan. *AGRIEKONOMIKA*, 9(2), 171–182. <https://doi.org/10.21107/agriekonomika.v9i2.8787>
- Putra, J. H., Mulyono, I. J., & Gunawan, I. (n.d.). PENENTUAN STRATEGI PENURUNAN FOOD WASTE DENGAN MENGGUNAKAN SIMULASI: Studi Kasus Industri Donut. *Scientific Journal Widya Teknik*, 19(2), 2020.
- Tarigan, P. L., & Suryandika, F. (n.d.). *ALAMTANA Jurnal Pengabdian Masyarakat UNW Mataram Peningkatan Peran Kelompok PKK Wanita dalam Rangka Mewujudkan Ketahanan Pangan Melalui Urban Farming*. <https://doi.org/10.51673/jaltn.v4i1.1449>
- Widhi Handayani, L. S. D. D. N. Z. (2022). *Sampah Makanan dan Pengelolaannya Kajian Pada Rumah Tangga di Kota Salatiga*.
- Asdin, F. (2022, Januari 19). Surplus.id. Retrieved from 5 Cara Ini Dapat Membantu Mengurangi Food Waste: <https://www.surplus.id/post/5-cara-ini-dapat-membantu-rumah-makan-mencegah-dan-mengurangi-food-waste>
- Defitri, M. (2023, May 12). Waste4Change. Retrieved from Pengertian Sampah & Jenis-Jenisnya: <https://waste4change.com/blog/sampah-pengertian-jenis-hingga-peraturannya-di-indonesia/>
- Mulyadi, D. S. (2019). Sampah Makanan atau Food Waste.
- Tarigan, P. L., & Suryandika, F. (n.d.). *ALAMTANA Jurnal Pengabdian Masyarakat UNW Mataram Peningkatan Peran Kelompok PKK Wanita dalam Rangka Mewujudkan Ketahanan Pangan Melalui Urban Farming*. <https://doi.org/10.51673/jaltn.v4i1.1449>
- Tarigan, P. L., & Suryandika, F. (n.d.). *ALAMTANA Jurnal Pengabdian Masyarakat UNW Mataram Peningkatan Peran Kelompok PKK Wanita dalam Rangka Mewujudkan Ketahanan Pangan Melalui Urban Farming*. <https://doi.org/10.51673/jaltn.v4i1.1449>