

Budikdamber Sebagai Upaya Penguatan Ketahanan Pangan dan Resiliensi Masyarakat Pertanian Desa Mojoparon, Kabupaten Pasuruan (Budikdamber as an Effort to Strengthen Food Security and Community Resilience Among the Farming Population of Mojoparon Village, Pasuruan Regency)

Bagus Dwi Cahyono^{1*}, Apriana Rahmawati¹, Ronal Surya Aditya¹, Nurul Huda¹,
Evy Aristawati¹, Sukma Adinda DCA², Farizza Umami², Syarah Saraswati²,
Tio Yahya², Cindy Dewi H², Citra Ayu DK², Nur Azizah CO²,
Rozi Maulana S², M Brilian Aprianto², Qurrota A'yunina²

¹ Program Studi D3 Keperawatan, Fakultas Keperawatan Universitas Jember Kampus Kota Pasuruan, Indonesia

² Mahasiswa Prodi D3 Keperawatan, Fakultas Keperawatan Universitas Jember Kampus Kota Pasuruan, Indonesia

ABSTRAK

Latar Belakang: Masyarakat pertanian menghadapi berbagai tantangan, seperti keterbatasan pemanfaatan pekarangan, ketidakpastian hasil panen, dan tekanan ekonomi yang dapat memengaruhi ketahanan pangan keluarga serta kesejahteraan psikologis. Budidaya ikan dalam ember (Budikdamber) merupakan inovasi yang berpotensi mendukung ketahanan pangan sekaligus meningkatkan resiliensi masyarakat melalui aktivitas produktif berbasis pekarangan. **Tujuan:** Kegiatan ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat mengenai Budikdamber serta mengeksplorasi kontribusinya terhadap penguatan resiliensi masyarakat pertanian. **Metode:** Pengabdian dilaksanakan di Dusun Badong, Desa Mojoparon, Kabupaten Pasuruan dengan melibatkan 18 peserta. Program menggunakan pendekatan pemberdayaan masyarakat melalui penyuluhan, demonstrasi, pelatihan intensif dan praktik Budikdamber secara langsung. Evaluasi dilakukan menggunakan pretest–posttest pengetahuan serta wawancara semi-terstruktur yang dianalisis secara tematik. **Hasil:** Proporsi peserta dengan pengetahuan baik meningkat dari 22,2% menjadi 83,3% setelah kegiatan. Hasil wawancara menunjukkan bahwa Budikdamber memberikan rasa nyaman, meningkatkan kepercayaan diri dan optimisme, memperkuat interaksi sosial, serta mendukung kemampuan peserta dalam menghadapi tekanan kehidupan sehari-hari. **Kesimpulan:** Program Budikdamber efektif meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat serta berpotensi mendukung ketahanan pangan dan penguatan resiliensi masyarakat pertanian melalui aktivitas produktif berbasis lingkungan. **Kata Kunci:** Budikdamber, Ketahanan pangan, Pemberdayaan masyarakat, Resiliensi, Masyarakat pertanian

ABSTRACT

Background: Farming communities face various challenges such as limited utilization of home gardens, harvest uncertainty, and economic pressures that can impact family food security and psychological well-being. Bucket-based fish farming Budikdamber (integrated fish and vegetable farming in buckets) is an innovation with the potential to support food security while enhancing community resilience through productive, home-garden-based activities. **Objective:** This activity aimed to improve community knowledge and skills regarding Budikdamber and to explore its contribution to strengthening the resilience of the farming community. **Methods:** The community service activity was conducted in Badong Hamlet, Mojoparon Village, Pasuruan Regency, involving 18 participants. The program employed a community empowerment approach through outreach, demonstrations, intensive training, and hands-on practice. Evaluation was carried out using pre- and post-tests to assess knowledge, alongside semi-structured interviews that were analyzed thematically. **Results:** The proportion of participants with a good level of knowledge increased from 22.2% to 83.3% following the activity. Interview findings indicated that Budikdamber provided a sense of comfort, boosted self-confidence and optimism, strengthened social interactions, and supported participants' ability to cope with the pressures of daily life. **Conclusion:** The Budikdamber program was effective in enhancing community knowledge and skills and holds the potential to support food security and strengthen the resilience of farming communities through productive, environment-based activities.

Keywords: Budikdamber, Food security, Community empowerment, Resilience, Farming community

Correspondence

Bagus Dwi Cahyono
Program Studi D3 Keperawatan (Kampus Kota Pasuruan),
Fakultas Keperawatan, Universitas Jember, Jember,
Jl. KH. Mansyur No.207, Kec. Purworejo, Kota Pasuruan,
Jawa Timur 67118, Indonesia
Email: bagusdwi.akper@unej.ac.id

Article History

Submitted: 09-07-2026

Revised: 08-08-2026

Accepted: 24-08-2026

How to cite:

Cahyono, B. D., Rahmawati, A., Aditya, R. S., Huda, N., Aristawati, E., Adinda DCA, S., Umami, F., Saraswati, S., Yahya, T., Dewi H, C., Ayu DK, C., Azizah CO, N., Maulana S, R., Aprianto, M. B., & A'yunina, Q. (2026). Budikdamber Sebagai Upaya Penguatan Ketahanan Pangan dan Resiliensi Masyarakat Pertanian Desa Mojoparon, Kabupaten Pasuruan. DEDIKASI SAINTEK Jurnal Pengabdian Masyarakat. 5(2), 81-96. <https://doi.org/10.58545/djpm.v5i2.878>

10.58545/djpm.v5i2.878

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

Copyright (c) 2026



1. PENDAHULUAN

Kesehatan, kesejahteraan, dan kualitas hidup masyarakat sangat bergantung pada ketahanan pangan, yang merupakan salah satu isu strategis dalam pembangunan berkelanjutan. Di Indonesia, rumah tangga pertanian masih menghadapi banyak tantangan, termasuk alih fungsi lahan, perubahan iklim, fluktuasi harga komoditas, peningkatan biaya produksi, dan ketidakpastian hasil panen, yang berdampak pada stabilitas ekonomi keluarga (Chrisendo et al., 2020; Duffy et al., 2021). Kondisi tersebut meningkatkan tekanan psikologis petani dan memengaruhi kemampuan rumah tangga untuk memenuhi kebutuhan pangan mereka. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa tekanan ekonomi dan ketidakpastian dalam industri pertanian menyebabkan stres, kecemasan, kelelahan emosional, dan kesehatan psikologis yang lebih buruk bagi orang-orang yang bekerja di sana. Oleh karena itu, peningkatan produksi pangan bukan satu-satunya tujuan pembangunan masyarakat pertanian; fokus harus juga pada peningkatan kesejahteraan psikososial masyarakat dan kapasitas adaptasi (Zaman et al., 2024).

Resiliensi, dalam konteks kesehatan masyarakat, adalah kemampuan seseorang atau komunitas untuk bertahan dan beradaptasi terhadap berbagai tekanan. Resiliensi adalah proses dinamis yang memungkinkan seseorang mempertahankan fungsi psikologis yang positif

ketika menghadapi situasi yang sulit dengan beradaptasi, memecahkan masalah, tetap optimis, dan memanfaatkan apa yang mereka miliki (Procentese et al., 2022). Resiliensi adalah kunci bagi masyarakat pertanian untuk menghadapi tekanan ekonomi, ketidakpastian produksi, dan perubahan cuaca. Intervensi psikologis bukan satu-satunya cara untuk meningkatkan resiliensi masyarakat. Aktivitas produktif juga dapat meningkatkan rasa mampu (self-efficacy), keterlibatan sosial, dan kebermaknaan dalam kehidupan sehari-hari (Stafford, 2023).

Atas dasar tersebut, kegiatan pengabdian ini menggunakan konsep pemicu awal resiliensi (early resilience triggers) sebagai batasan operasional aspek resiliensi yang diamati. Pemicu awal resiliensi merujuk pada pengalaman psikososial yang muncul selama atau segera setelah keterlibatan peserta dalam aktivitas produktif, terutama rasa nyaman, peningkatan kepercayaan diri (self-efficacy), optimisme, dan interaksi sosial. Keempat aspek tersebut tidak diposisikan sebagai ukuran resiliensi yang telah terbentuk, melainkan sebagai pengalaman awal yang secara teoritis dapat mendukung proses adaptasi apabila dipelihara melalui aktivitas yang berkelanjutan. Dengan batasan ini, kegiatan pengabdian tidak mengklaim telah membuktikan terbentuknya resiliensi jangka panjang, tetapi mengeksplorasi pengalaman peserta yang berpotensi menjadi fondasi awal bagi proses tersebut.

Pendekatan berbasis alam juga dikenal sebagai intervensi berbasis alam telah menjadi lebih populer sebagai metode untuk mendorong kesehatan mental. Konsep therapeutic horticulture, green care, dan ecotherapy menjelaskan bahwa bercocok tanam, merawat tanaman, dan berinteraksi dengan lingkungan hijau dapat meningkatkan kualitas hidup, menurunkan stres, meningkatkan hubungan sosial, dan meningkatkan suasana hati (Isham et al., 2025). Aktivitas berkebun juga meningkatkan rasa percaya diri, optimisme, dan kemampuan untuk menghadapi tantangan kehidupan dengan memberikan pengalaman keberhasilan selama proses menanam, merawat, dan memanen hasil tanaman. Akibatnya, budidaya tanaman dianggap sebagai bukan hanya aktivitas ekonomi tetapi juga sebagai sarana untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis masyarakat (Obeagu & Alsadi, 2025).

Budidaya ikan dalam ember (Budikdamber) adalah salah satu inovasi yang sesuai dengan prinsip pemberdayaan masyarakat berbasis lingkungan. Ini adalah sistem budidaya terpadu yang menggabungkan pemeliharaan ikan dan penanaman sayuran dalam satu wadah, sehingga mampu menghasilkan protein hewani dan sayuran dengan biaya dan lahan yang relatif rendah (Ignowski et al., 2023). Teknik ini mudah diterapkan oleh orang-orang di kota maupun di pedesaan, terutama bagi rumah tangga yang

memiliki keterbatasan lahan pekarangan. Seperti yang ditunjukkan oleh berbagai program pengabdian masyarakat di Indonesia, Budikdamber memiliki kemampuan untuk meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan partisipasi masyarakat serta mendukung ketahanan pangan keluarga dengan menyediakan sumber pangan yang berkelanjutan. Merawat ikan dan tanaman secara teratur memiliki banyak manfaat ekonomi dan gizi. Selain itu, itu juga dapat menjadi aktivitas produktif yang membuat Anda merasa nyaman, mengurangi kelelahan setelah bekerja, dan meningkatkan kepuasan psikologis keluarga.

Dusun Badong, Desa Mojoparon, Kecamatan Rembang, Kabupaten Pasuruan merupakan wilayah dengan mayoritas penduduk bekerja sebagai petani. Hasil observasi awal menunjukkan bahwa sebagian besar pekarangan rumah belum dimanfaatkan secara optimal sebagai media produksi pangan rumah tangga. Observasi awal juga menunjukkan bahwa masyarakat belum banyak mengenal Budikdamber sebagai alternatif pemanfaatan lahan sempit yang sederhana, ekonomis, dan relatif mudah diterapkan. Kondisi tersebut menunjukkan adanya peluang untuk mengembangkan program pemberdayaan masyarakat yang tidak hanya meningkatkan ketahanan pangan keluarga, tetapi juga mendorong terbentuknya aktivitas produktif

yang dapat memberikan manfaat psikososial bagi masyarakat pertanian.

Di Indonesia, banyak publikasi tentang Budikdamber berkonsentrasi pada meningkatkan produksi pangan, diversifikasi konsumsi, pemberdayaan ekonomi, dan meningkatkan pengetahuan masyarakat. Sementara itu, masih ada sedikit penelitian yang dilakukan tentang bagaimana tindakan Budikdamber dapat meningkatkan resiliensi psikologis masyarakat pertanian. Namun, aktivitas produktif yang dilakukan secara berkelanjutan dapat berfungsi sebagai intervensi berbasis alam yang meningkatkan kemampuan adaptasi masyarakat dalam menghadapi tekanan ekonomi dan sosial. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian masyarakat ini tidak hanya menilai peningkatan pengetahuan peserta tentang Budikdamber, tetapi juga melihat pengalaman peserta tentang rasa nyaman, optimisme, kemampuan beradaptasi, dan bagaimana Budikdamber membantu mereka mengatasi tekanan kehidupan sehari-hari (Pembengo et al., 2025).

Berdasarkan kesenjangan tersebut, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini diarahkan pada dua capaian utama. Pertama, meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat mengenai Budikdamber sebagai strategi sederhana untuk mengoptimalkan pemanfaatan pekarangan dan mendukung ketahanan pangan keluarga. Kedua, mengeksplorasi pengalaman psikososial

peserta setelah mengikuti pelatihan dan praktik langsung Budikdamber, khususnya yang berkaitan dengan rasa nyaman, kepercayaan diri, optimisme, dan interaksi sosial sebagai indikator awal yang berpotensi mendukung proses resiliensi. Dengan pendekatan tersebut, kegiatan ini diharapkan dapat memberikan model awal pemberdayaan masyarakat yang mengintegrasikan ketahanan pangan, aktivitas berbasis alam, dan promosi kesejahteraan psikososial, sekaligus membuka peluang untuk pengembangan program Budikdamber yang lebih berkelanjutan.

2. METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 13 Juni 2026 di Dusun Badong RT 01/RW 02, Desa Mojoparon, Kecamatan Rembang, Kabupaten Pasuruan. Sasaran kegiatan adalah masyarakat yang berprofesi sebagai petani atau anggota keluarga petani yang memiliki pekarangan rumah dan bersedia mengikuti seluruh rangkaian kegiatan. Sebanyak 18 peserta mengikuti kegiatan secara penuh mulai dari tahap edukasi hingga evaluasi. Pemilihan lokasi didasarkan pada hasil observasi awal yang menunjukkan bahwa pemanfaatan pekarangan rumah sebagai sumber pangan keluarga masih belum optimal dan masyarakat belum banyak mengenal Budikdamber sebagai alternatif teknologi budidaya sederhana berbasis rumah tangga.

Kegiatan pengabdian menggunakan pendekatan partisipatif (participatory community empowerment) yang mengintegrasikan edukasi kesehatan, demonstrasi, pelatihan intensif dan praktik langsung (Diana et al., 2024; Kaysin et al., 2024; Lemma et al., 2025; Sugianto et al., 2024). Pendekatan ini dipilih karena menempatkan masyarakat sebagai subjek utama dalam proses pembelajaran sehingga diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan, keterampilan, serta keberlanjutan implementasi Budikdamber setelah kegiatan berakhir.

Pelaksanaan kegiatan terdiri atas empat tahapan. Tahap pertama adalah analisis situasi, yang dilakukan melalui observasi lapangan dan diskusi dengan perangkat desa serta tokoh masyarakat untuk mengidentifikasi kondisi pemanfaatan pekarangan, kebutuhan masyarakat, serta kesiapan pelaksanaan program. Hasil analisis menunjukkan bahwa sebagian besar pekarangan rumah belum dimanfaatkan secara produktif dan masyarakat belum mengenal teknik budidaya ikan dalam ember (Budikdamber) sebagai alternatif penyediaan pangan keluarga.

Tahap kedua adalah persiapan program, yang meliputi penyusunan materi edukasi, penyediaan media penyuluhan, serta persiapan sarana Budikdamber berupa ember, gelas tanam, media tanam, bibit kangkung, benih ikan lele, arang, kawat, dan perlengkapan pendukung lainnya. Pada tahap ini juga

dilakukan koordinasi dengan pemerintah desa dan kader masyarakat untuk menentukan jadwal pelaksanaan kegiatan demonstrasi, pelatihan intensif dan praktik langsung.

Tahap ketiga merupakan pelatihan intensif dan praktik langsung, yang diawali dengan pemberian pretest untuk mengukur tingkat pengetahuan peserta mengenai Budikdamber. Selanjutnya peserta mengikuti penyuluhan mengenai konsep ketahanan pangan keluarga, manfaat Budikdamber, teknik budidaya kangkung dan ikan lele dalam ember, serta pemeliharaan sistem Budikdamber. Setelah penyampaian materi, peserta mengikuti demonstrasi pembuatan Budikdamber yang dilanjutkan dengan pelatihan intensif secara berkelompok menggunakan bahan dan alat yang telah disediakan. Selama pelatihan intensif, tim pengabdian memberikan praktik secara langsung untuk memastikan setiap peserta mampu melakukan seluruh tahapan pembuatan Budikdamber secara mandiri.

Tahap keempat adalah evaluasi kegiatan, yang dilakukan menggunakan pendekatan kuantitatif dan kualitatif. Evaluasi kuantitatif dilakukan melalui posttest menggunakan kuesioner yang sama dengan pretest untuk mengetahui perubahan tingkat pengetahuan peserta setelah mengikuti kegiatan. Hasil pretest dan posttest selanjutnya disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi dan persentase untuk menggambarkan perubahan tingkat pengetahuan masyarakat.

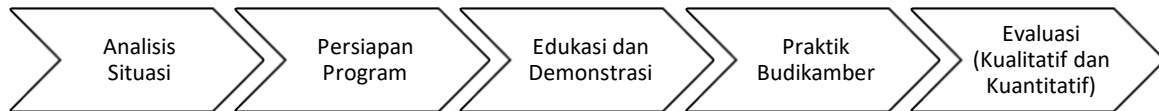
Evaluasi kualitatif dilakukan melalui wawancara semi-terstruktur terhadap peserta setelah seluruh rangkaian kegiatan selesai. Wawancara bertujuan mengeksplorasi pengalaman peserta mengenai manfaat Budikdamber terhadap aktivitas sehari-hari, rasa nyaman setelah melakukan budidaya, kemampuan menghadapi tekanan pekerjaan sebagai petani, optimisme dalam memenuhi kebutuhan pangan keluarga, serta keberlanjutan penerapan Budikdamber di rumah masing-masing. Seluruh hasil wawancara dianalisis menggunakan analisis tematik (*thematic analysis*) melalui proses reduksi data, pengkodean (*coding*), pengelompokan kategori, identifikasi tema, dan penarikan kesimpulan sehingga diperoleh gambaran mengenai kontribusi Budikdamber terhadap penguatan resiliensi masyarakat pertanian. Dalam interpretasi hasil kualitatif, aspek resiliensi dibatasi pada indikator atau pemicu awal resiliensi (*early resilience triggers*), yaitu pengalaman psikososial yang muncul selama atau segera setelah kegiatan, bukan sebagai ukuran terbentuknya resiliensi jangka panjang. Indikator yang dieksplorasi meliputi rasa nyaman, kepercayaan diri (*self-efficacy*), optimisme, dan interaksi sosial. Batasan ini digunakan karena kegiatan dilaksanakan dalam satu hari dan evaluasi dilakukan segera setelah intervensi, sehingga perubahan resiliensi jangka

panjang tidak dapat ditentukan dari desain kegiatan ini.

Keberhasilan program dievaluasi berdasarkan beberapa indikator, yaitu meningkatnya pengetahuan peserta mengenai Budikdamber, meningkatnya keterampilan peserta dalam membuat dan memelihara sistem Budikdamber secara mandiri, serta munculnya persepsi positif peserta mengenai manfaat aktivitas Budikdamber dalam meningkatkan kenyamanan, aktivitas produktif, dan kemampuan beradaptasi terhadap tekanan kehidupan sehari-hari.

Sebelum pengisian kuesioner dan wawancara, peserta diberikan penjelasan mengenai tujuan kegiatan, prosedur evaluasi, penggunaan data, serta sifat partisipasi yang bersifat sukarela. Peserta yang bersedia mengikuti evaluasi memberikan informed consent sebelum pengumpulan data dilakukan. Peserta diberi kesempatan untuk menolak menjawab pertanyaan atau menghentikan partisipasi dalam proses evaluasi tanpa konsekuensi terhadap keikutsertaan mereka dalam kegiatan pengabdian. Data peserta digunakan untuk kepentingan evaluasi dan pelaporan ilmiah dengan menjaga kerahasiaan identitas peserta.

Berikut gambar diagram alur metode pengabdian masyarakat ini:



Gambar 1. Diagram alur pengabdian masyarakat

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan Program Pengabdian

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan pada tanggal 13 Juni 2026 di Dusun Badong RT 01/RW 02, Desa Mojoparon, Kecamatan Rembang, Kabupaten Pasuruan dengan melibatkan 18 masyarakat yang sebagian besar berprofesi sebagai petani atau anggota keluarga petani. Program dilaksanakan melalui pendekatan pemberdayaan masyarakat yang meliputi penyuluhan, demonstrasi, pelatihan intensif dan praktik langsung pembuatan budidaya ikan dalam ember (Budikdamber).

Seluruh peserta mengikuti kegiatan secara aktif sejak tahap penyampaian materi

hingga praktik pembuatan Budikdamber. Antusiasme peserta terlihat dari tingginya partisipasi dalam diskusi, banyaknya pertanyaan yang diajukan mengenai teknik budidaya, serta keterlibatan langsung dalam setiap tahapan pembuatan Budikdamber. Kondisi ini menunjukkan bahwa metode pembelajaran partisipatif mampu meningkatkan keterlibatan masyarakat dalam proses transfer pengetahuan. Pendekatan partisipatif diketahui lebih efektif dibandingkan metode ceramah konvensional karena memberikan kesempatan kepada peserta untuk memperoleh pengalaman langsung (learning by doing), sehingga proses pembelajaran menjadi lebih bermakna dan mudah diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.



Gambar 2. Praktik Budikdamber bersama Masyarakat



Gambar 3. Pendekatan partisipatif kepada masyarakat

Selain meningkatkan pengetahuan teknis, praktik langsung juga mendorong terbentuknya rasa percaya diri masyarakat dalam mengelola Budikdamber secara mandiri. Pengalaman keberhasilan selama praktik menjadi salah satu faktor yang memperkuat keyakinan peserta bahwa teknologi sederhana tersebut dapat diterapkan di lingkungan rumah masing-masing.

Peningkatan Pengetahuan Masyarakat mengenai Budikdamber

Evaluasi pengetahuan dilakukan menggunakan kuesioner sebelum (pretest) dan sesudah (posttest) pelaksanaan edukasi. Hasil pretest menunjukkan bahwa sebagian besar peserta masih memiliki pengetahuan yang rendah mengenai konsep, manfaat, serta teknik Budikdamber.

Tabel 1. Tingkat Pengetahuan Peserta Sebelum Edukasi (n = 18)

Tingkat Pengetahuan	n	%
Kurang	8	44.4
Cukup	6	33.3
Baik	4	22.3

Sebelum kegiatan berlangsung, hampir setengah peserta (44.4%) memiliki tingkat pengetahuan yang masih kurang. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa Budikdamber masih merupakan inovasi yang relatif baru bagi

masyarakat di Dusun Badong. Rendahnya pengetahuan masyarakat kemungkinan dipengaruhi oleh keterbatasan akses terhadap informasi, minimnya pelatihan, serta belum adanya program pemberdayaan yang secara

husus memperkenalkan teknologi budidaya terpadu berbasis pekarangan.

Temuan tersebut sejalan dengan berbagai program pengabdian masyarakat di Indonesia yang menunjukkan bahwa masyarakat pedesaan umumnya belum mengenal Budikdamber sebagai alternatif pemanfaatan lahan sempit sebelum diberikan

edukasi. Rendahnya literasi mengenai teknologi budidaya sederhana menjadi salah satu faktor yang menghambat optimalisasi pekarangan rumah sebagai sumber pangan keluarga.

Setelah pelaksanaan penyuluhan, demonstrasi, dan praktik langsung, terjadi peningkatan pengetahuan yang cukup signifikan (Tabel 2).

Tabel 2. Tingkat Pengetahuan Peserta Setelah Edukasi (n = 18)

Tingkat Pengetahuan	n	%
Kurang	1	5.6
Cukup	2	11.1
Baik	15	83.3

Sebagian besar peserta (83,3%) memiliki tingkat pengetahuan yang baik setelah mengikuti kegiatan. Persentase peserta dengan kategori pengetahuan kurang menurun dari 44.4% menjadi hanya 5.6%. Hasil ini menunjukkan bahwa pendekatan edukasi yang dikombinasikan dengan demonstrasi dan praktik langsung efektif dalam meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai Budikdamber.

Peningkatan pengetahuan tersebut didukung oleh penggunaan metode pembelajaran yang bersifat partisipatif. Keterlibatan peserta dalam setiap tahapan praktik memungkinkan terjadinya proses pembelajaran aktif sehingga informasi yang diperoleh lebih mudah dipahami dibandingkan penyampaian materi secara teoritis. Temuan ini konsisten dengan berbagai penelitian pemberdayaan masyarakat yang menunjukkan bahwa metode demonstrasi dan praktik

langsung mampu meningkatkan retensi pengetahuan serta keterampilan masyarakat dalam mengadopsi teknologi tepat guna.

Kontribusi Budikdamber terhadap Ketahanan Pangan Rumah Tangga

Selain meningkatkan pengetahuan masyarakat, Budikdamber memberikan alternatif pemanfaatan pekarangan rumah sebagai sumber pangan keluarga. Sistem budidaya ini memungkinkan masyarakat memperoleh dua jenis bahan pangan sekaligus, yaitu sayuran (kangkung) sebagai sumber vitamin dan mineral serta ikan lele sebagai sumber protein hewani.

Namun, hasil kegiatan ini belum mengukur jumlah produksi ikan atau sayuran, penghematan pengeluaran pangan, frekuensi konsumsi hasil Budikdamber, maupun perubahan status ketahanan pangan rumah tangga. Oleh karena itu, kontribusi terhadap

ketahanan pangan dalam artikel ini perlu diposisikan sebagai potensi dan mekanisme pemberdayaan, bukan sebagai bukti kuantitatif bahwa ketahanan pangan rumah tangga telah meningkat.

Bagi masyarakat pertanian, keberadaan Budikdamber memiliki nilai strategis karena dapat mengurangi ketergantungan rumah tangga terhadap pembelian bahan pangan tertentu, terutama ketika terjadi penurunan hasil panen atau fluktuasi harga pangan. Walaupun skala produksinya relatif kecil, Budikdamber berkontribusi terhadap peningkatan ketersediaan pangan pada tingkat rumah tangga sehingga mendukung konsep ketahanan pangan keluarga.

Lebih jauh, Budikdamber merupakan bentuk diversifikasi pangan berbasis pekarangan yang sejalan dengan program pemerintah dalam memperkuat ketahanan pangan melalui pemanfaatan sumber daya lokal. Integrasi budidaya ikan dan tanaman juga mencerminkan prinsip pertanian berkelanjutan karena memanfaatkan sumber daya secara lebih efisien dibandingkan budidaya konvensional.

Dengan demikian, nilai utama Budikdamber dalam kegiatan ini bukan hanya terletak pada jumlah pangan yang dihasilkan, tetapi juga pada peningkatan kapasitas masyarakat untuk memanfaatkan sumber daya pekarangan secara produktif. Kapasitas

tersebut dapat menjadi modal awal untuk pengembangan praktik ketahanan pangan rumah tangga yang lebih berkelanjutan.

Pengalaman Peserta terhadap Penguatan Resiliensi

Evaluasi kualitatif menunjukkan bahwa sebagian besar peserta memandang aktivitas Budikdamber bukan hanya sebagai kegiatan menghasilkan pangan, tetapi juga sebagai aktivitas produktif yang memberikan pengalaman positif dalam kehidupan sehari-hari. Berdasarkan hasil wawancara, ditemukan empat tema utama yang menggambarkan kontribusi Budikdamber terhadap penguatan resiliensi masyarakat pertanian.

1. Aktivitas Budikdamber memberikan rasa nyaman setelah bekerja

Sebagian besar peserta pengabdian menyampaikan bahwa merawat tanaman dan memberi pakan ikan menjadi aktivitas yang menyenangkan setelah selesai bekerja di sawah. Aktivitas tersebut membantu mengalihkan perhatian dari berbagai tekanan pekerjaan sehingga memberikan rasa tenang dan nyaman. Seperti yang diungkapkan oleh Tn B, 34 tahun menyatakan “ada perasaan nyaman setelah memberi makan ikan lele di dalam ember”.

Kegiatan berkebun merupakan salah satu bentuk nature-based activity yang diketahui mampu memberikan efek relaksasi melalui interaksi langsung dengan lingkungan alami.

Aktivitas tersebut berkontribusi terhadap penurunan persepsi stres dan peningkatan kesejahteraan psikologis (Cruz-Piedrahita et al., 2026; Mamirkulova & Menhas, 2026).

2. Meningkatkan rasa percaya diri

Peserta merasa bangga ketika mampu membuat Budikdamber secara mandiri dan melihat tanaman mulai tumbuh dengan baik. Pengalaman tersebut meningkatkan keyakinan bahwa mereka mampu memanfaatkan pekarangan rumah secara produktif. Seorang peserta Ny D, 27 tahun mengungkapkan “ada rasa bangga ketika melihat tanaman kangkung tumbuh”.

Dalam teori resiliensi, pengalaman keberhasilan (mastery experience) merupakan salah satu faktor penting yang memperkuat self-efficacy, yaitu keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam menghadapi tantangan. Semakin tinggi self-efficacy, semakin besar kemampuan seseorang untuk beradaptasi terhadap perubahan maupun tekanan kehidupan (Wan et al., 2026; Wei et al., 2025).

3. Menumbuhkan optimisme terhadap ketahanan pangan keluarga

Sebagian peserta menyampaikan bahwa Budikdamber memberikan harapan baru untuk memenuhi sebagian kebutuhan pangan keluarga secara mandiri. Walaupun hasil panen tidak sepenuhnya menggantikan kebutuhan rumah tangga, peserta merasa lebih optimis karena memiliki sumber pangan tambahan yang

dapat dimanfaatkan sewaktu-waktu. Ny G, umur 29 tahun mengatakan “ini saya jadi optimis punya sumber pangan baru yang siap dipanen”

Optimisme merupakan salah satu dimensi penting dalam resiliensi psikologis karena membantu individu mempertahankan harapan positif ketika menghadapi kondisi yang tidak menentu (Liu & Liu, 2026; Sánchez-Álvarez et al., 2026; Sun & Wang, 2026; Wei, 2025)

4. Memperkuat interaksi sosial masyarakat

Pelaksanaan kegiatan secara berkelompok memberikan kesempatan kepada masyarakat untuk saling bertukar pengalaman dan berdiskusi mengenai teknik budidaya. Interaksi tersebut mendorong terbentuknya dukungan sosial antar peserta yang menjadi salah satu faktor protektif dalam membangun resiliensi komunitas. Salah satu peserta Ny J umur 30 tahun, mengatakan “kegiatan ini kalau bisa dilaksanakan tiga bulan sekali, saya senang sekali bisa berkumpul dengan teman se desa ini”.

Resiliensi masyarakat tidak hanya ditentukan oleh kemampuan individu, tetapi juga dipengaruhi oleh keberadaan jejaring sosial yang memungkinkan masyarakat saling membantu dalam menghadapi berbagai tantangan (Cubeddu & Martini, 2025; Olcese et al., 2025; Tian et al., 2025).

Implikasi Program terhadap Kesehatan Masyarakat

Program Budikdamber dalam pengabdian ini menunjukkan bahwa intervensi berbasis pemberdayaan masyarakat dapat memberikan manfaat multidimensional. Selain meningkatkan pengetahuan dan keterampilan budidaya, program ini berpotensi mendukung ketahanan pangan keluarga sekaligus memberikan manfaat psikososial melalui aktivitas produktif berbasis lingkungan.

Bagi masyarakat pertanian, aktivitas Budikdamber dapat dipandang sebagai bentuk nature-based intervention yang memadukan aspek kesehatan, lingkungan, dan pemberdayaan ekonomi. Aktivitas merawat tanaman dan ikan secara rutin berpotensi meningkatkan rasa nyaman, memperkuat optimisme, serta membantu masyarakat mengembangkan kemampuan adaptasi terhadap tekanan kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, Budikdamber tidak hanya relevan sebagai inovasi pemanfaatan pekarangan, tetapi juga sebagai strategi promotif yang mendukung kesehatan mental komunitas melalui penguatan resiliensi masyarakat

4. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui pelatihan intensif dan praktik langsung budidaya ikan dalam ember (Budikdamber) di Dusun Badong RT 01/RW 02, Desa Mojoparon, Kecamatan Rembang,

Kabupaten Pasuruan, meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat dalam memanfaatkan pekarangan rumah sebagai sumber pangan keluarga. Proporsi peserta dengan tingkat pengetahuan baik meningkat dari 22.2% sebelum kegiatan menjadi 83.3% setelah kegiatan. Pendekatan partisipatif melalui penyuluhan, demonstrasi, dan praktik langsung juga memberikan pengalaman belajar yang memungkinkan peserta memahami dan mempraktikkan tahapan dasar pembuatan Budikdamber.

Hasil evaluasi kualitatif menunjukkan bahwa peserta mengalami beberapa pengalaman psikososial positif selama dan setelah kegiatan, yaitu rasa nyaman setelah melakukan aktivitas, meningkatnya kepercayaan diri melalui pengalaman keberhasilan, tumbuhnya optimisme terhadap pemenuhan sebagian kebutuhan pangan keluarga, dan menguatnya interaksi sosial antarpeserta. Keempat temuan tersebut dapat dipandang sebagai pemicu awal resiliensi (early resilience triggers) yang secara teoritis berpotensi mendukung proses adaptasi masyarakat terhadap tekanan, tetapi belum dapat diinterpretasikan sebagai bukti terbentuknya atau meningkatnya resiliensi jangka panjang.

Budikdamber dengan demikian memiliki potensi sebagai pendekatan pemberdayaan yang mengintegrasikan pemanfaatan pekarangan, diversifikasi sumber pangan,

aktivitas produktif, dan pengalaman psikososial positif masyarakat pertanian. Namun, kegiatan ini belum mengukur produksi pangan, perubahan pengeluaran pangan, keberlanjutan penerapan di rumah, maupun perubahan resiliensi secara longitudinal. Oleh karena itu, pengembangan program selanjutnya perlu disertai tindak lanjut dan evaluasi jangka menengah hingga panjang untuk menilai keberlanjutan adopsi Budikdamber, kontribusinya terhadap ketahanan pangan rumah tangga, serta perubahan indikator psikososial dan resiliensi masyarakat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan apresiasi dan terima kasih kepada seluruh masyarakat Dusun Badong RT 01/RW 02, Desa Mojoparon, Kecamatan Rembang, Kabupaten Pasuruan yang telah berpartisipasi secara aktif dalam seluruh rangkaian kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Kepala Desa Mojoparon beserta perangkat desa, kader kesehatan, dan tokoh masyarakat yang telah memberikan dukungan selama proses perencanaan, pelaksanaan, hingga evaluasi kegiatan.

Penghargaan yang setinggi-tingginya diberikan kepada Program Studi Diploma III Keperawatan, Fakultas Keperawatan, Universitas Jember atas dukungan akademik dan fasilitasi pelaksanaan kegiatan. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada seluruh

mahasiswa yang terlibat dalam penyelenggaraan program sehingga kegiatan edukasi, demonstrasi, dan pendampingan Budikdamber dapat terlaksana dengan baik.

KONTRIBUSI PENULIS

Seluruh penulis berkontribusi pada dan menyetujui naskah akhir. BDA, AP, RSA, NH, EA: merancang kegiatan, implementasi kegiatan, mengumpulkan dan menganalisis data, menulis dan merevisi naskah. SADCA, FU, SS, TY, CDH, CADK, NACO, RMS, MBA, QA: membantu pelaksanaan program, dokumentasi, membantu menyusun media edukasi, dan merevisi naskah.

CONFLICT OF INTEREST

Tidak ada konflik kepentingan dari penulisan dan publikasi artikel ini.

DATA AVAILABILITY STATMENT:

Data yang mendukung temuan hasil pengabdian ini tersedia pada penulis dapat diberikan atas permintaan.

DEKLARASI PENGGUNAAN AI DALAM PENULISAN NASKAH

Para penulis menggunakan Grammarly dalam penulisan abstrak untuk meningkatkan keterbacaan dan meminimalkan kesalahan tata bahasa. Namun, penulis tetap bertanggung jawab penuh atas isinya.

DAFTAR PUSTAKA

- Chrisendo, D., Krishna, V., Siregar, H., & Qaim, M. (2020). Land-use change, nutrition, and gender roles in Indonesian farm households. *Forest Policy and Economics*, 118, 102245. <https://doi.org/10.1016/j.forpol.2020.102245>
- Cruz-Piedrahita, C., Luna-Martinez, M., & Delgado-Serrano, M. M. (2026). Restoring well-being through nature: a mixed-methods study of co-designed therapeutic gardening among people experiencing homelessness. *BMC public health*, 26(1), 1656. <https://doi.org/10.1186/s12889-026-27282-8>
- Cubeddu, F., & Martini, E. (2025). Resilience and adaptive capacities of societies: social and cultural strategies. *Frontiers in Sociology*, 10. <https://doi.org/10.3389/fsoc.2025.1581631>
- Diana, D., Nasor, N., Rosyidi, R., Budiwiranto, B., & Setiawati, R. (2024). Patterns of Community Empowerment through Fishermen's Groups in Improving the Economy on the Pasaran Island of Bandar Lampung. *Jurnal Pemberdayaan Masyarakat: Media Pemikiran Dan Dakwah Pembangunan*. <https://doi.org/10.14421/jpm.2024.081-03>
- Duffy, C., Toth, G., Hagan, R. P. O., McKeown, P., Rahman, S., Widyaningsih, Y., Sunderland, T., & Spillane, C. (2021). Agroforestry contributions to smallholder farmer food security in Indonesia. *Agroforestry Systems*, 95, 1109-1124. <https://doi.org/10.1007/s10457-021-00632-8>
- Ignowski, L., Belton, B., Ali, H., & Thilsted, S. H. (2023). Integrated aquatic and terrestrial food production enhances micronutrient and economic productivity for nutrition-sensitive food systems. *Nature Food*, 4(10), 866–873. <https://doi.org/10.1038/s43016-023-00840-8>
- Isham, A., Jefferies, L., Blackburn, J., Fisher, Z., & Kemp, A. H. (2025). Green healing: Ecotherapy as a transformative model of health and social care. *Current Opinion in Psychology*, 62, 102005. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2025.102005>
- Kaysin, A., Antonello, P., Agarwal, S., & Perry, H. (2024). Strategies for Sustained Empowerment of Community Health Workers: A Qualitative Analysis of the Comprehensive Rural Health Project in Jamkhed, India. *Inquiry: A Journal of Medical Care Organization, Provision and Financing*, 61. <https://doi.org/10.1177/00469580241235059>
- Lemma, M., Gemed, B., & Knight-Jones, T. (2025). Harnessing community conversations for gender-responsive

- engagement in livestock management in Ethiopia: a methodological reflection. *Frontiers in Public Health*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2025.1612520>
- Liu, D., & Liu, J. (2026). Relational energy and coping flexibility among Chinese university students: the mediating role of optimism and the moderating influence of cognitive reappraisal. *Frontiers in Psychology*, 17. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2026.1760606>
- Mamirkulova, G., & Menhas, R. (2026). The mediating role of activity attachment in the relationship between gardening frequency, leisure orientation, and mental wellbeing: evidence from resident gardeners with implications for future gardening tourism. *Frontiers in psychology*, 17, 1767661. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2026.1767661>
- Naimatul Fauziyyah, A. (2026). Empowering Communities Through Budikdamber: Sustainable Food Production in Banjararum Village. *International Journal of Community Service and Empowerment*, 1(1), 31–55. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/ijcse/article/view/73032>
- Obeagu, E. I., & Alsadi, R. A. (2025). Hope, strength, and survival: exploring positive psychology interventions in breast cancer care. *Annals of Medicine and Surgery*, 87(10). <https://doi.org/10.1097/MS9.0000000000003809>
- Olcese, M., Cardinali, P., Antichi, L., Madera, F., & Migliorini, L. (2025). Shared Strength: Protective Roles of Community Resilience and Social Support in Ukrainian Forced Migration. *Behavioral Sciences*, 15. <https://doi.org/10.3390/bs15101298>
- Pembengo, W., Lihawa, M., & Fathan, S. (2025). Penerapan Teknologi Vertiminaponik Dan Budikdamber Guna Membangun Resilien Pangan Masyarakat. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Teknologi Pertanian*. 4 (1). <https://ejournal.ung.ac.id/index.php/jpmt/article/view/32952>
- Procentese, F., Gatti, F., Rochira, A., Tzankova, I., Napoli, I. Di, Albanesi, C., Aresi, G., Compare, C., Fedi, A., Gattino, S., Guarino, A., Marta, E., & Marzana, D. (2022). The selective effect of lockdown experience on citizens' perspectives: A multilevel, multiple informant approach to personal and community resilience during COVID-19 pandemic. *Journal of Community & Applied Social Psychology*. <https://doi.org/10.1002/casp.2651>
- Sánchez-Álvarez, N., Ibáñez, E., Reyes, L., Costillas, L. P., & Kustner, B. M. (2026). The role of gratitude and optimism

-
- interventions in reducing suicide risk and enhancing wellbeing among university students. *BMC Psychology*, 14. <https://api.semanticscholar.org/CorpusId:286236323>
- Stafford, J. V. (2023). Precision agriculture '21. Wageningen Academic. <https://doi.org/10.3920/978-90-8686-916-9>
- Sugianto, H., Aksan, S. M., Muti'ah, S., Jafar, T., & Jamaluddin, I. (2024). Empowering Community Through Sacred Rituals: A Participatory Action Study on Funeral Management in Islamic Traditions. *Communautaire: Journal of Community Service*. <https://doi.org/10.61987/communautaire.v3i1.462>
- Sun, Y., & Wang, L. (2026). Understanding student optimism through academic grit, social connectedness, and resilience. *Frontiers in Psychology*, 17. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2026.1595580>
- Tian, S., Ning, S., Li, H., Chen, L., Zhu, H., & Gao, G. (2025). Relationship of social capital, community identity, and perceived safety resilience during public emergencies in Shanghai. *Scientific Reports*, 15. <https://doi.org/10.1038/s41598-025-86990-0>
- Wan, W., Song, J., Zhao, G., Gu, J., & Fu, J. (2026). The impact of a freestyle rope-
- skipping intervention on resilience in junior high school students: the mediating role of self-efficacy. *Frontiers in Psychology*, 17. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2026.1834465>
- Wei, D., Xue, J., & Sun, B. (2025). Team vs. individual sports in adolescence: gendered mechanisms linking emotion regulation, social support, and self-efficacy to psychological resilience. *Frontiers in Psychology*, 16. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1636707>
- Zaman, M. H., Wahyuningsih, D., & Nugroho, R. Y. (2024). The Response of Farmer Welfares Amidst Food Prices Shock and Inflation in the Province of East Java. *International Research Journal of Economics and Management Studies*, 3(12). <https://doi.org/10.56472/25835238/irjems-v3i12p129>