

Garden Of Well-Being: Pemberdayaan Karang Taruna Kelurahan Gebangsari dalam Meningkatkan Kesehatan Mental Melalui Urban Farming

Raffael Juan Bilyardo Alvares^{1*}, Reni Lestari², Rinda Hayuanti³, Risma Cahyaningtyas⁴, Rizki Sekar Sari⁵, Rofiqoh Nur Azizah⁶, Rudi Purnomo⁷, Salwa Latifah Putri⁸, Selgi Mei Ariyani⁹, Septi Restu Anggraini¹⁰, Inayatul Khafidhoh¹¹

¹²³⁴⁵⁶⁷⁸⁹¹⁰¹¹ *Pendidikan Profesi Guru Bidang Bimbingan dan Konseling Universitas Ivet*
Email: raffaeljuanba@gmail.com

Abstrak

Program *Garden of Well-Being* merupakan implementasi dari mata kuliah proyek kepemimpinan berbasis pengabdian masyarakat yang dilaksanakan di Karang Taruna Kelurahan Gebangsari. Bertujuan membangun kapasitas kepemimpinan pemuda melalui pendekatan integratif antara pertanian urban dan preventif psikososial. Kegiatan ini dirancang sebagai upaya terhadap isu ketahanan pangan dan meningkatnya tekanan kesehatan mental di kalangan pemuda perkotaan. Kegiatan ini terdiri dari serangkaian kegiatan sebagai berikut, (1) sosialisasi kesehatan mental, (2) pelatihan *urban farming*, (3) pelatihan kewirausahaan dan digitalisasi usaha. Program ini memberikan pengetahuan dan keterampilan baru bagi pemuda Kelurahan Gebangsari sehingga mendapatkan solusi permasalahan ketahanan pangan dan kesehatan mental. Pelaksanaan kegiatan mendapatkan respon positif dari partisipasi peserta kegiatan pelatihan, antusiasme dalam praktik pertanian urban, serta munculnya inisiatif kewirausahaan berbasis hasil *urban farming*.

Kata kunci: *Ketahanan Pangan, Kesehatan Mental, Urban Farming, Karang Taruna*

Abstract

Garden of Well-Being Program is an implementation of a leadership project course based on community service, conducted in collaboration with the youth organization (Karang Taruna) of Gebangsari Subdistrict. The program aims to build youth leadership capacity through an integrative approach that combines urban farming with psychosocial prevention. It was designed in response to issues of food security and increasing mental health pressures among urban youth. The activities consisted of the following components: (1) mental health awareness sessions, (2) urban farming training, and (3) entrepreneurship and business digitalization training. This program provided the youth of Gebangsari with new knowledge and skills, offering solutions to food security and mental health challenges. The program received a positive response, reflected in active participation during the training sessions, enthusiastic engagement in urban

Raffael Juan Bilyardo Alvares, Reni Lestari, Rinda Hayuanti, Risma Cahyaningtyas, Rizki Sekar Sari, Rofiqoh Nur Azizah, Rudi Purnomo, Salwa Latifah Putri, Selgi Mei Ariyani, Septi Restu Anggraini, Inayatul Khafidhoh (2025) Garden Of Well-Being: Pemberdayaan Karang Taruna Kelurahan Gebangsari dalam Meningkatkan Kesehatan Mental Melalui Urban Farming


WAHANA DEDIKASI

farming practices, and the emergence of entrepreneurial initiatives based on urban farming outcomes.

Keywords: *Food Sustainable, Mental Health, Urban Farming, Karang Taruna*

Artikel disubmit: 15-05-2025 disetujui tanggal: 22-05-2025 Artikel dipublikasikan: 23-05-2025

Corresponden Author: Raffael Juan Bilyardo Alvares e-mail: raffaeljuanba@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.31851/wdk.v8i1.18560> 

PENDAHULUAN

Ketahanan pangan dan kesehatan mental merupakan dua aspek yang saling berkaitan dan sangat penting dalam menciptakan kehidupan yang sehat dan berkelanjutan. Dalam era modern ini pesatnya urbanisasi dan perubahan gaya hidup, masyarakat, terutama di kawasan perkotaan menjadi tantangan tersendiri. Urbanisasi yang pesat sering kali menyebabkan terbatasnya akses terhadap pangan sehat dan bergizi. Sementara, tingkat stres dan masalah mental pada kalangan pemuda terus meningkat seiring dengan tuntutan kehidupan yang semakin kompleks. Berdasarkan Peraturan Menteri Sosial Nomor 25 Tahun 2019 menjelaskan bahwa Karang Taruna merupakan organisasi yang dibentuk oleh masyarakat sebagai potensi dan sumber kesejahteraan sosial dan berkedudukan di desa/kelurahan. Karang Taruna Kelurahan Gebangsari sebagai wadah generasi muda untuk mengembangkan diri, tumbuh, dan berkembang atas dasar kesadaran serta tanggung jawab sosial dari, oleh, dan untuk generasi muda, yang berorientasi pada tercapainya kesejahteraan sosial bagi masyarakat. Salah satu tantangan yang dihadapi oleh pemuda di wilayah ini, seperti kurangnya keterampilan dalam

mengelola stres dan masalah ketahanan pangan masih menjadi hambatan besar dalam terciptanya kesejahteraan sosial.

Urban farming menjadi salah satu solusi dalam menghadapi tantangan ketahanan pangan, terutama di daerah perkotaan yang memiliki keterbatasan lahan. Menurut Ekawati (2023) *Urban farming* atau pertanian perkotaan adalah praktik bercocok tanam di lingkungan perkotaan dengan memanfaatkan lahan terbatas, seperti pekarangan rumah, atap bangunan (rooftop) dan dinding vertikal. Metode ini tidak hanya meningkatkan produksi pangan lokal, tetapi juga berkontribusi pada penghijauan lingkungan, mengurangi jejak karbon, serta menciptakan peluang ekonomi bagi masyarakat kota. Dengan meningkatnya tren *urban farming*, masyarakat dapat secara mandiri memenuhi kebutuhan pangan sehari-hari serta mengurangi ketergantungan pada pasokan pangan dari luar daerah

Pemerintah Kota Semarang turut mendukung gerakan ini dengan menerbitkan Peraturan Walikota (Perwali) Kota Semarang Nomor 24 Tahun 2021 tentang Gerakan Pembudayaan Pertanian Perkotaan di Kota Semarang. Peraturan ini bertujuan untuk mendorong masyarakat agar aktif dalam praktik

Raffael Juan Bilyardo Alvares, Reni Lestari, Rinda Hayuanti, Risma Cahyaningtyas, Rizki Sekar Sari, Rofiqoh Nur Azizah, Rudi Purnomo, Salwa Latifah Putri, Selgi Mei Ariyani, Septi Restu Anggraini, Inayatul Khafidhoh (2025) *Garden Of Well-Being: Pemberdayaan Karang Taruna Kelurahan Gebangsari dalam Meningkatkan Kesehatan Mental Melalui Urban Farming*

WAHANA DEDIKASI

pertanian perkotaan sebagai langkah strategis dalam menghadapi isu ketahanan pangan, ekonomi, dan lingkungan. Selain itu, *urban farming* juga dapat memberikan manfaat psikologis bagi masyarakat, termasuk dalam meningkatkan kesehatan mental dengan menciptakan aktivitas yang menyenangkan dan membangun rasa kebersamaan dalam komunitas.

Selain itu, kesehatan mental seringkali dianggap sebagai masalah yang terabaikan, meskipun dampaknya sangat besar terhadap kesejahteraan individu dan komunitas. Kesehatan mental remaja merujuk pada kondisi emosional, psikologis, dan sosial yang mempengaruhi cara mereka berpikir, merasa, dan bertindak (Novianti, 2023). Masa remaja merupakan periode transisi yang penuh dengan perubahan fisik, sosial, dan emosional yang sering kali membawa tantangan besar dalam hal identitas diri, hubungan sosial, dan tekanan akademik. Masalah kesehatan mental remaja terjadi akibat pengaruh oleh faktor internal, seperti genetika atau perkembangan otak, serta faktor eksternal, seperti lingkungan keluarga, teman sebaya, dan media sosial (Panggalo, et al., 2024). Masalah kesehatan mental yang umum di kalangan remaja termasuk kecemasan, depresi, stres, dan gangguan makan. Penting untuk memberikan dukungan psikososial yang tepat pada remaja agar mereka dapat mengatasi tantangan ini dengan baik dan mengembangkan keterampilan untuk menjaga kesejahteraan mental mereka. Program “*Garden of Well-Being*” hadir sebagai inisiatif proyek kepemimpinan yang bertujuan untuk

membangun kesadaran serta keterampilan praktis bagi anggota Karang Taruna dalam mengelola kesehatan mental dan ketahanan pangan serta kewirausahaan. Proyek ini merupakan bagian dari Program Pendidikan Profesi Guru (PPG) Calon Guru 2025 dari Universitas Ivet. Proyek kepemimpinan ini merupakan implementasi dari mata kuliah wajib yang bertujuan untuk mengembangkan kemampuan kepemimpinan mahasiswa PPG.

Garden of Well-Being merupakan integratif antara praktik pertanian urban dan preventif psikososial kesehatan mental. Dalam konsep ini, kebun tidak hanya berfungsi sebagai sumber pangan sehat, tetapi juga menjadi bagian dari ekosistem yang mendukung kesejahteraan komunitas. Selain kegiatan praktik pertanian terdapat workshop kesehatan mental yang dirancang untuk meningkatkan kesadaran akan keseimbangan emosional, membangun relasi sosial yang positif, serta mengurangi stres. Kombinasi antara aktivitas berkebun dan edukasi kesehatan mental ini diharapkan dapat memberikan manfaat holistik bagi individu yang terlibat. Program *Garden of Well-Being* di Karang Taruna Kelurahan Gebangsari dirancang untuk menjadi ekosistem yang mendorong kemandirian pangan melalui *urban farming* sekaligus mendukung kesejahteraan mental komunitas. Program ini melibatkan pemuda dalam praktik bercocok tanam berkelanjutan, sekaligus memperkuat keterampilan kewirausahaan. Selain itu, komunitas akan difasilitasi dengan workshop kesehatan mental yang mencakup

Raffael Juan Bilyardo Alvares, Reni Lestari, Rinda Hayuanti, Risma Cahyaningtyas, Rizki Sekar Sari, Rofiqoh Nur Azizah, Rudi Purnomo, Salwa Latifah Putri, Selgi Mei Ariyani, Septi Restu Anggraini, Inayatul Khafidhoh (2025) *Garden Of Well-Being: Pemberdayaan Karang Taruna Kelurahan Gebangsari dalam Meningkatkan Kesehatan Mental Melalui Urban Farming*

WAHANA DEDIKASI

sesi refleksi, diskusi kelompok dan pendampingan psikososial. Melalui kombinasi antara pengelolaan kebun dan edukasi kesehatan mental, *Garden of Well Being* diharapkan dapat menjadi model inovatif bagi komunitas lain dalam membangun kesejahteraan yang berkelanjutan. Dengan demikian, *Garden of Well-Being* diharapkan dapat berkontribusi pada peningkatan ketahanan pangan dan kesehatan mental warga Kelurahan Gebangsari, serta memperkuat solidaritas sosial dalam komunitas karang taruna.

METODE

Kegiatan *Garden of Well-Being* berbasis partisipatif-edukatif. Adapun tujuan pengabdian ini adalah untuk memberdayakan Karang Taruna Kelurahan Gebangsari melalui integrasi antara pengelolaan kebun komunitas (*Garden of Well-Being*) dan peningkatan kesehatan mental berbasis aktivitas ekologis. Kegiatan dilaksanakan dalam beberapa tahap yaitu 1) Identifikasi Masalah dan Pemetaan Potensi Komunitas. 2) Perencanaan Program Bersama Mitra. 3) Implementasi *Garden of Well-Being* 4) Monitoring dan Evaluasi.

Kegiatan *Garden of Well-Being* berbasis partisipatif komunitas. Lokasi penelitian berada di Kelurahan Gebangsari Kota Semarang, dengan subjek yaitu anggota Karang Taruna setempat sejumlah 25 orang. Teknik kegiatan *Garden of Well-Being* ini dilakukan dalam 3 bentuk kegiatan utama sebagai berikut, (1) pelatihan *urban farming*, (2) sosialisasi kesehatan mental, (3) pelatihan kewirausahaan dan digitalisasi usaha.

Pelaksanaan dilakukan selama kurun waktu tiga bulan mulai dari Februari hingga April 2025.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui program *Garden of Well-Being* yang dilaksanakan di Kelurahan Gebangsari Kota Semarang. Proses dimulai dengan tahapan identifikasi masalah dan pemetaan potensi komunitas. Tahap awal ini dilaksanakan melalui pendekatan partisipatif dengan melibatkan langsung anggota Karang Taruna Kelurahan Gebangsari sebagai mitra utama. Teknik yang digunakan antara lain observasi lapangan, wawancara semi-struktural, dan forum diskusi kelompok (*Focus Group Discussion/FGD*). Hasil identifikasi menunjukkan bahwa komunitas Karang Taruna menghadapi sejumlah tantangan signifikan yaitu terkait dengan kurang optimalnya pemanfaatan lahan terbengkalai di lingkungan sekitar, rendahnya kesadaran akan pentingnya kesehatan mental di kalangan remaja dan pemuda, serta keterbatasan akses terhadap pelatihan kewirausahaan dan pemanfaatan teknologi digital.

Permasalahan tersebut tidak berdiri sendiri, melainkan saling berkaitan dan berkontribusi terhadap rendahnya produktivitas sosial dan ekonomi generasi muda di Kelurahan Gebangsari. Minimnya kegiatan positif dan produktif juga berdampak pada kondisi psikososial anggota Karang Taruna yang sebagian besar merupakan usia produktif. Di sisi lain, terdapat potensi besar yang bisa dikembangkan. Anggota Karang

Raffael Juan Bilyardo Alvares, Reni Lestari, Rinda Hayuanti, Risma Cahyaningtyas, Rizki Sekar Sari, Rofiqoh Nur Azizah, Rudi Purnomo, Salwa Latifah Putri, Selgi Mei Ariyani, Septi Restu Anggraini, Inayatul Khafidhoh (2025) *Garden Of Well-Being: Pemberdayaan Karang Taruna Kelurahan Gebangsari dalam Meningkatkan Kesehatan Mental Melalui Urban Farming*

WAHANA DEDIKASI

Taruna menunjukkan semangat kolaborasi yang tinggi, serta terdapat antusiasme yang kuat terhadap kegiatan berbasis pertanian urban, terutama sebagai upaya pemanfaatan lahan sempit dan penguatan ketahanan pangan lokal. Potensi lain yang mendukung adalah tingginya minat terhadap pengembangan usaha mikro berbasis digital.

Berdasarkan temuan tersebut, dilakukan perencanaan program bersama mitra komunitas. Penyusunan program dilakukan secara partisipatif melalui lokakarya perencanaan, di mana seluruh anggota Karang Taruna diajak untuk merancang kegiatan sesuai dengan kebutuhan dan kemampuan mereka. Tiga bentuk kegiatan utama dirumuskan, yaitu pelatihan *urban farming* untuk penguatan keterampilan teknis, sosialisasi kesehatan mental sebagai bagian dari edukasi psikososial, serta pelatihan kewirausahaan dan digitalisasi usaha guna memperluas peluang ekonomi. Perencanaan ini tidak hanya memperhatikan aspek teknis, tetapi juga berfokus pada keberlanjutan program dengan membangun rasa kepemilikan dan tanggung jawab bersama.

Implementasi program *Garden of Well-being* terlaksana selama tiga bulan (Februari–April 2025) menunjukkan dampak positif dalam peningkatan kapasitas anggota Karang Taruna di Kelurahan Gebangsari. Kegiatan ini juga disambut baik oleh Lurah, Bhabinkamtibmas, Babinsa, anggota Karang Taruna dan seluruh anggota kelompok proyek kepemimpinan. Rangkaian kegiatan dibuka secara langsung oleh Lurah dan

memberikan sambutan apresiasi atas inisiatif kegiatan *Garden of Well-Being* sebagai upaya pemberdayaan pemuda dalam tantangan ketahanan pangan dan kesehatan mental, serta berharap kegiatan serupa dapat terus berlanjut dengan melibatkan lebih banyak elemen masyarakat. Berikut ini adalah hasil dari masing-masing kegiatan utama serta pembahasan secara keseluruhan.



Gambar 1. Pembukaan Kegiatan *Garden of Well-Being* Bersama Lurah Gebangsari

Pelatihan *Urban Farming*

Pelatihan budidaya tanaman cabai dan bayam *brazil* dengan metode pertanian urban menggunakan media tanam *polybag* memberikan hasil yang signifikan dalam meningkatkan keterampilan pertanian skala rumah tangga. Peserta memperoleh pengetahuan praktis mengenai pemilihan bibit, teknik penyemaian, perawatan tanaman, serta pemanenan yang sesuai standar.

Metode *polybag* dipilih karena sesuai dengan kondisi lahan terbatas di lingkungan perkotaan seperti Kelurahan Gebangsari. Selain efisien dalam penggunaan ruang, metode ini juga mudah diadaptasi oleh masyarakat umum tanpa memerlukan

Raffael Juan Bilyardo Alvares, Reni Lestari, Rinda Hayuanti, Risma Cahyaningtyas, Rizki Sekar Sari, Rofiqoh Nur Azizah, Rudi Purnomo, Salwa Latifah Putri, Selgi Mei Ariyani, Septi Restu Anggraini, Inayatul Khafidhoh (2025) Garden Of Well-Being: Pemberdayaan Karang Taruna Kelurahan Gebangsari dalam Meningkatkan Kesehatan Mental Melalui Urban Farming

WAHANA DEDIKASI

investasi besar. Masitah dkk (2022) menyatakan budidaya tanaman dalam *polybag* tidak hanya menyediakan sumber pangan segar bagi keluarga tetapi juga berkontribusi pada kesehatan mental. Aktivitas berkebun dapat mengurangi stres dan meningkatkan kesejahteraan psikologis.



Gambar 2. Praktik Menanam Cabai dan Bayam *Brazil* Menggunakan *Polybag*.

Sosialisasi Kesehatan Mental

Menggunakan pendekatan preventif psikososial dengan tujuan meningkatkan kesadaran akan pentingnya kesehatan mental di kalangan pemuda. Materi sosialisasi menggunakan metode ceramah interaktif dengan topik materi mental positif, aksi kolaboratif dan kepemimpinan berbasis empati. Pelaksanaan dilakukan melalui ceramah interaktif, yang memadukan penyampaian materi dengan diskusi kelompok, studi kasus, dan refleksi pribadi. Materi yang disampaikan mencakup tiga topik utama; (1) mental positif dalam menumbuhkan pola pikir optimis, mengenali pikiran negatif, dan melatih regulasi emosi; (2) Aksi kolaboratif dengan mengembangkan kemampuan kerja sama dalam

komunitas sebagai mekanisme dukungan sosial; (3) Kepemimpinan berbasis empati dengan mendorong partisipan menjadi individu yang mampu memahami kondisi emosional orang lain dan menjadi agen perubahan di lingkungan sekitar.



Gambar 3. Sosialisasi Kesehatan Mental

Pelatihan Kewirausahaan dan Digitalisasi Usaha

Pelatihan kewirausahaan dan digitalisasi usaha menjadi salah satu pilar penting dalam program *Garden of Well-being* karena memberikan dimensi keberlanjutan ekonomi bagi komunitas. Kegiatan ini tidak hanya memfokuskan pada teori kewirausahaan, tetapi langsung mengajak peserta untuk mengolah hasil pertanian urban, seperti cabai dan bayam *brazil*, menjadi produk olahan bernilai jual. Dalam pelatihan ini, peserta dibimbing untuk: (1) mengolah cabai menjadi produk seperti sambal keripik pedas, serta bayam *brazil* menjadi keripik sehat, (2) mendesain kemasan menarik termasuk pembuatan logo dan stiker produk sederhana menggunakan aplikasi desain digital seperti Canva, (3) mempelajari dasar-dasar branding dan pemasaran digital, termasuk

Raffael Juan Bilyardo Alvares, Reni Lestari, Rinda Hayuanti, Risma Cahyaningtyas, Rizki Sekar Sari, Rofiqoh Nur Azizah, Rudi Purnomo, Salwa Latifah Putri, Selgi Mei Ariyani, Septi Restu Anggraini, Inayatul Khafidhoh (2025) *Garden Of Well-Being: Pemberdayaan Karang Taruna Kelurahan Gebangsari dalam Meningkatkan Kesehatan Mental Melalui Urban Farming*

WAHANA DEDIKASI

penggunaan media sosial (Instagram, WhatsApp Business) untuk promosi, (4) mempraktikkan penggunaan QRIS untuk transaksi, sebagai bentuk adaptasi terhadap sistem pembayaran digital yang kian meluas.



Gambar 4. Praktik Kewirausahaan Hasil Pertanian Menjadi Produk Olahan Bernilai Jual



Gambar 4. Pelatihan Pengemasan Produk dan Digitalisasi Usaha

Pelaksanaan *Garden of Well-Being* memberikan informasi dan kemampuan baru kepada mitra sehingga dapat meningkatkan kesejahteraan sosial remaja, khususnya dalam aspek ketahanan pangan dan Kesehatan mental. Kegiatan ini merupakan suatu bentuk inisiatif dalam menciptakan ruang hijau produktif yang dapat dimanfaatkan oleh warga untuk

menanam sayuran, dan kemandirian wirausaha serta mendukung kesejahteraan mental.

Sebagai penutup kegiatan pengabdian maka dilakukan evaluasi. Evaluasi dilakukan secara kualitatif melalui wawancara mendalam dan diskusi kelompok terfokus (FGD) untuk menilai perubahan dalam aspek ketahanan pangan rumah tangga dan kesehatan mental. Indikator keberhasilan meliputi peningkatan pengetahuan, keterlibatan aktif, serta persepsi tentang makna kebersamaan dan kesejahteraan emosional. Terdapat beberapa faktor pendorong dan penghambat yang dapat mempengaruhi pelaksanaan program ini. Kesadaran warga dalam ketahanan pangan dan kesehatan mental dapat menjadi pendorong utama. Semakin tinggi kesadaran tersebut, semakin besar kemungkinan mereka akan menerima dan mengadopsi program ini. Kolaborasi dengan pemerintah setempat juga dapat meningkatkan dampak program dan memfasilitasi pelaksanaan kegiatan. Terdapat faktor penghambat dalam pelaksanaan yang dapat mempengaruhi yaitu ketidakpahaman atau ketidakpedulian masyarakat terhadap manfaat dari *Garden of Well-Being*.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan *Garden of Well-Being* yang telah dilaksanakan memberikan dampak positif dalam tiga aspek utama:

1. Melalui pelatihan pertanian urban, peserta memperoleh keterampilan praktis dalam budidaya tanaman cabai dan bayam *brazil* menggunakan

Raffael Juan Bilyardo Alvares, Reni Lestari, Rinda Hayuanti, Risma Cahyaningtyas, Rizki Sekar Sari, Rofiqoh Nur Azizah, Rudi Purnomo, Salwa Latifah Putri, Selgi Mei Ariyani, Septi Restu Anggraini, Inayatul Khafidhoh (2025) *Garden Of Well-Being: Pemberdayaan Karang Taruna Kelurahan Gebangsari dalam Meningkatkan Kesehatan Mental Melalui Urban Farming*

WAHANA DEDIKASI

metode sederhana namun efektif yang dapat diterapkan di lingkungan perkotaan.

2. Sosialisasi kesehatan mental berhasil membangun kesadaran kolektif akan pentingnya menjaga kesehatan psikologis di tengah tekanan kehidupan kota, serta menanamkan nilai-nilai kepemimpinan berbasis empati dan kolaborasi.
3. Pelatihan kewirausahaan dan digitalisasi usaha memberikan wawasan baru kepada peserta dalam mengolah hasil pertanian menjadi produk bernilai ekonomi, serta memperkenalkan teknologi digital sebagai alat penting dalam pemasaran dan transaksi. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa program ini tidak hanya berdampak pada peningkatan pengetahuan dan keterampilan, tetapi juga mendorong semangat inovasi dan kemandirian ekonomi di kalangan pemuda.

Secara keseluruhan, *Garden of Well-Being* menjadi model kegiatan pemberdayaan pemuda yang efektif dan relevan dalam menghadapi tantangan ketahanan pangan serta kesehatan mental, dan memiliki potensi untuk diterapkan secara lebih luas dengan dukungan lintas sektor.

DAFTAR PUSTAKA

- Ekawati, R. (2023). *Urban Farming: Solusi Ketahanan Pangan di Perkotaan*. Jakarta: Penerbit Bumi Aksara.
- Kementerian Sosial Republik Indonesia. (2019). *Peraturan Menteri Sosial Nomor 25 Tahun*

2019 tentang Karang Taruna. Jakarta: Kemensos RI.

Masitah, dkk (2022). Upaya Pemanfaatan Lahan Pekarangan Untuk Budidaya Tanaman Sayuran Dengan Media Tanam Polybag Sebagai Penyedia Pangan Masa Pandemi Covid-19 Di Desa Woise Kabupaten Kolaka Utara. *Jurnal Dinamika Pengabdian Vol. 8 No.1* (2022) 165-174

Novianti, A. (2023). *Kesehatan Mental Remaja: Tantangan dan Strategi Penanganan*. Bandung: Remaja Rosdakarya.