

BANGUN KEMANDIRIAN PANGAN DI MASA COVID 19

AYO MAKAN SEHAT
MENANAM
BERBAGI

HARI PANGAN SEDUNIA (HPS) 2020
GEREJA KATOLIK INDONESIA

Pangan di Masa Covid-19

Pandemi covid-19 yang terjadi saat ini membawa dunia dan kehidupan manusia mengalami krisis kesehatan yang berdampak pada semua dimensi kehidupan. Orang merasa terancam, panik dan ketakutan, ekonomi mandeg, pembangunan tersendat, dan semua rencana yang telah dibuat tidak dapat berjalan bahkan harus dibatalkan. “New normal” menjadi alternatif dan strategi untuk bangkit karena kehidupan tetap harus berjalan. Dalam situasi ketidakpastian seperti ini, pangan merupakan salah satu penopang yang penting karena pangan adalah kebutuhan yang sangat mendasar bagi kehidupan manusia. Terlebih pada saat pandemik virus ini asupan makanan untuk stamina dan ketahanan tubuh sangat dibutuhkan. Oleh karena itu ketersediaan pangan untuk setiap orang dan semua orang menjadi niscaya.

Itulah mengapa pada Hari Pangan Sedunia Tahun 2020 ini, KWI mengajak kita semua, marilah selama

masa “new normal” ini kita isi dengan gerakan bersama: Ayo konsumsi makanan sehat, Ayo menanam dan Ayo berbagi.

Ayo Konsumsi Makanan Sehat dan Bergizi

Paus Fransiskus dalam pesannya untuk HPS sedunia tahun 2019, mengingatkan kita bagaimana makanan dapat berhenti menjadi sarana subsisten (self-sufficiency) dan berubah menjadi sarana penghancuran diri. Makan yang berlebihan dan tidak teratur dapat memperburuk kesehatan tubuh, demikian pula makan sedikit namun tidak bergizi juga dapat mengakibatkan hal yang sama. Kenyataan ini menunjukkan bahwa kita perlu mengubah cara kita bertindak, dan nutrisi adalah titik awal yang penting. Ia mengingatkan pula bahwa masih ada orang-orang yang makan dalam cara yang tidak sehat dan masih ada pula yang berkekurangan.

Ia mengajak, untuk memenuhi kebutuhan akan makanan dari hasil-hasil bumi (bdk.Mzm 65:10-14; 104:27-28) yang tidak dapat direduksi menjadi sekedar obyek untuk dimanfaatkan dan dikuasai segelintir orang. Gangguan akibat nutrisi hanya dapat diatasi dengan memupuk gaya hidup yang diinspirasi oleh rasa syukur atas apa yang sudah kita terima, sambil mendalami gaya hidup sederhana, hemat bersih dan ekologis, mengontrol diri, berpantang/puasa, penguasaan diri dan solider (rela berbagi). Inilah keutamaan-keutamaan yang sudah sejak dulu dihidupi manusia dalam sejarahnya. Sebuah gaya hidup yang memungkinkan kita untuk menumbuhkan hubungan yang sehat dengan diri kita sendiri, dengan saudara-saudari kita dan dengan lingkungan di mana kita hidup.

Untuk mewujudkan corak hidup seperti di atas peranan dan fungsi keluarga menjadi penting dan utama. Keluarga perlu mulai menunjukkan kepedulian akan kualitas pangan terutama dengan memanfaatkan pekarangan rumah, atau memanfaatkan lahan sempit sekeliling rumah, misalnya menanam berbagai jenis sayuran, buah-buahan. Lingkungan yang sehat dan



bersih akan menjadikan keluarga sehat dan semakin bermartabat. Gaya hidup keluarga seperti ini perlu ditampakkan dan menjadi kesaksian bagi sesama sebagai terang dan garam dunia. Dalam keluarga, dan berkat sensitivitas perempuan dan keibuan, orang juga dapat belajar menikmati hasil-hasil bumi tanpa disalahgunakan dan tanpa pemborosan.

Gerakan Ayo Menanam:

Pada jaman milenial ini sadar tidak sadar sebenarnya manusia sudah terseret pada dunia yang serba instant. Manusia dalam memenuhi kebutuhan hidupnya diukur pada ketersediaan uang yang dimilikinya. Manusia sepertinya lupa akan kemampuan dan kesempatan yang dimilikinya untuk dapat memenuhi kebutuhannya dengan usaha sendiri. Menanam sesuatu yang bermanfaat, sehat, segar dan berkualitas di pekarangan rumah atau lahan-lahan kosong tidaklah sulit. Apalagi teknologi pertanian modern telah pula menawarkan macam-macam bentuk media tanam yang dapat dilakukan untuk bercocok tanam kapan dan di manapun, misalnya kebun hidroponik, tumpulapot dsb.

Bercocok tanam adalah sebuah alternatif murah dan mudah untuk menyediakan dan mencukupi kebutuhan pangan skala kecil dalam keluarga dan komunitas. Bercocok tanam dapat pula menjadi peluang ekonomis. Kegiatan bercocok tanam sungguh sangat memungkinkan ketika kita dipaksa tinggal di rumah karena covid 19. Kegiatan bercocok tanam juga memiliki dampak ekologis, yakni mendekatkan dan menyadarkan diri kita pada bumi atau lingkungan hidup sebagai sumber dan anugerah Tuhan yang telah diberikan kepada kita.