

PEMANFAATAN LAHAN PRIBADI SEBAGAI LUMBUNG OBAT DI ERA PANDEMI BAGI WARGA KELURAHAN BELIAN

Isnaini Nuzula Agustin¹, Vivian², Winda Lius³, Sherina Yoren⁴, Michell Phang⁵,

Novita Chris⁶, Audrey Saudjhana⁷, Hans Yonathan⁸, Willyana⁹

¹Universitas Internasional Batam

²⁻⁵Program Studi Akuntansi, Universitas Internasional Batam

⁶⁻⁸Program Studi Sistem Informasi, Universitas Internasional Batam

⁹Program Studi Manajemen, Universitas Internasional Batam

Email: ¹isnaini.nuzula@uib.ac.id, ²1942054.vivian@uib.edu, ³1942155.winda@uib.edu,

⁴1942053.sherina@uib.edu, ⁵1942042.michell@uib.edu, ⁶1931139.novita@uib.edu,

⁷1931166.audrey@uib.edu, ⁸1431077.hans@uib.edu, ⁹1741326.willyana@uib.edu

Abstrak

Virus Corona yang menyerang Indonesia sejak Maret lalu berimbas pada tingginya kebutuhan masyarakat akan obat, sebagai salah satu upaya untuk meningkatkan imunitas tubuh. Namun di sisi lain, kondisi ekonomi yang semakin lesu menyebabkan turunnya daya beli masyarakat, diperparah dengan melambungnya harga obat di pasaran. Salah satu daerah terdampak covid 19 di Batam adalah wilayah RT 004 kelurahan belian, yang beberapa warganya sempat terinfeksi virus ini. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat RT 004 kelurahan belian mengenai tanaman apotek hidup, serta mengajak mereka untuk dapat memproduksi obat sendiri yaitu dengan menanam tanaman obat di lingkungan rumahnya. Kegiatan ini dilakukan melalui tiga tahapan, yaitu pengumpulan informasi awal mengenai tanaman obat, pembuatan video dan poster *campaign*, dan diakhiri dengan distribusi dan sosialisasi melalui laman media sosial. Berdasarkan hasil penggalian informasi, tanaman apotek hidup yang dapat digunakan sebagai obat serta mudah ditanam antara lain jahe, kunyit, serai, kayu manis, lidah buaya, dan daun sirih. Video dan poster yang disusun berisi manfaat dan khasiat masing-masing tanaman, serta cara penanamannya. Selanjutnya, sosialisasi dilakukan secara daring melalui media sosial agar masyarakat terutama mitra dapat mengambil manfaatnya.

Kata kunci: *apotek hidup, tanaman obat, imun tubuh, manfaat tanaman obat*

Abstrak

The Corona virus that has attacked Indonesia since last March affected to the high needs for medicine, as an effort to increase immunities. On the other hand, the significant declining of economic conditions economic led to a lower purchasing power, compounded by increasing the price of goods in the market. One of the areas affected by Covid 19 in Batam is RT 004 Kelurahan Belian, where several residents had been infected with this virus. This community service activity aims to increase the community's knowledge of RT 004 kelurahan belian about cultivating pharmacy plants, thus they able to produce their own medicines by cultivating medicinal plants around their home environment. This activity is carried out in three stages, namely gathering initial information about medicinal

plants, making video and poster campaigns, and ended by distributing and socializing through social media pages. Based on the results of extracting information, pharmacy plants that can be used as medicine and easy to grow are ginger, turmeric, lemongrass, cinnamon, aloe vera, and betel leaf. The videos and posters that are compiled contain the benefits of each plant easy way to plant them. Furthermore, socialization is carried out online through social media so that the community, especially partners, can take advantage from this activity.

Kata kunci: *apotek hidup, tanaman obat, imun tubuh, manfaat tanaman obat*

Pendahuluan

Pandemi COVID-19 yang menyerang Indonesia sejak Maret 2020 lalu, masih belum menunjukkan titik terang mengenai kapan berakhirnya pandemi tersebut. Salah satu langkah yang sangat dianjurkan oleh pakar kesehatan adalah menjaga imunitas tubuh, agar menurunkan kemungkinan terserang oleh virus apapun. Obat-obatan tradisional seperti jahe, kunyit, lengkuas, temulawak, dan sebagainya disebut-sebut sebagai bahan-bahan herbal yang dapat meningkatkan imunitas tubuh. Hal ini didukung juga oleh penelitian dari berbagai negara. Seperti dikutip dari *United States National Library of Medicine National Institutes of Health*, laporan *World Health Organization* (WHO) menyatakan bahwa 80% dari total populasi penduduk di negara berkembang bergantung pada tanaman tradisional untuk menjaga kesehatan mereka (Kumar et al., 2015) Mantan Wakil Menteri Perdagangan, Bayu Krisnamurthi, menyatakan bahwa sejak pandemi berlangsung, permintaan akan tanaman obat meningkat, seiring dengan meningkatnya kesadaran masyarakat akan hidup bersih dan sehat (Alinea, 2020).

Meningkatnya permintaan ini berimbas pada harga tanaman obat yaitu dengan terjadinya kenaikan harga yang cukup signifikan. Kondisi ini diperparah dengan meningkatnya tingkat pengangguran yang menyebabkan daya beli masyarakat turun. Sehingga, kebutuhan akan tanaman obat untuk meningkatkan imunitas tubuh juga sulit untuk terpenuhi.

Salah satu daerah terdampak covid 19 di Batam adalah RT 004 RW 030 Kelurahan Belian, dimana terdapat beberapa warganya yang terinfeksi virus corona. Daerah ini merupakan pemukiman padat penduduk, terdiri dari 230 Kepala Keluarga. Jumlah ini merupakan jumlah terbanyak di Kelurahan Belian. Padatnya pemukiman penduduk tentu saja dapat mengurangi efektivitas *social distancing* sebagai salah satu dari protokol kesehatan.

Untuk dapat memenuhi kebutuhan rumah tangga akan tanaman obat-obatan, pemerintah mencanangkan untuk menanam tanaman obat secara mandiri, dan menjadikan lahan di sekitar rumah menjadi “lambung obat”. Kelebihan tanaman obat adalah relatif

mudah untuk didapatkan, dan bahan baku berupa apotek hidup dapat ditanam sendiri bahkan dengan lahan yang terbatas. Namun, menanam tanaman obat bukanlah sesuatu yang mudah dilakukan apabila masyarakat tidak memiliki pengetahuan dasar mengenai cara pembudidayaannya. Oleh karena itu, peneliti merasa tergerak untuk mensosialisasikan mengenai cara penanaman apotek hidup secara mandiri khususnya kepada warga RT 004 kelurahan Belian, melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang berjudul “Pemanfaatan Lahan Pribadi sebagai Lumbung Obat di Era Pandemi di RT 004 Kelurahan Belian”.

Masalah

Berikut adalah rumusan permasalahan yang akan dijawab dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini:

1. Jenis tanaman apotek hidup apa sajakah yang dapat digunakan sebagai obat?
2. Apa sajakah manfaat apotek hidup?
3. Bagaimana cara menanam apotek hidup di lahan pribadi?

Adapun tujuan kegiatan ini dapat dijabarkan sebagai berikut:

1. Meningkatkan pemahaman masyarakat RT 004 Kelurahan Belian mengenai jenis-jenis tanaman apotek hidup.

2. Meningkatkan pemahaman masyarakat RT 004 Kelurahan Belian mengenai manfaat apotek hidup.
3. Meningkatkan motivasi dan pemahaman masyarakat RT 004 Kelurahan Belian untuk menanam apotek hidup di sekitar rumah.

Metode

Kegiatan pengabdian masyarakat yang bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan pemahaman masyarakat mengenai tanaman apotek hidup ini terdiri dari beberapa langkah:

1. Pengumpulan informasi mengenai apotek hidup, jenis-jenis dan manfaat, beserta cara penanamannya. Informasi didapatkan melalui observasi langsung, studi pustaka, dan *online multiresources*.
2. Pembuatan video pengetahuan dasar mengenai apotek hidup. Video ini dibuat dengan semenarik mungkin, disertai dengan informasi visual maupun teks agar masyarakat lebih mudah memahami isi video.
3. Pembuatan poster. Selain berisi ringkasan informasi dari video, poster juga mengajak masyarakat untuk mau memanfaatkan lahan sekitar untuk menanam apotek hidup.
4. Distribusi dan sosialisasi video melalui sosial media.

Pembahasan

Berikut adalah hasil pengumpulan informasi mengenai apotek hidup yang telah menjadi konten utama video maupun poster.

Pengertian Apotek Hidup

Apotek Hidup adalah pemanfaatan tanah yang biasanya terletak di halaman atau di pekarangan rumah yang digunakan untuk ditanami tanaman-tanaman yang mempunyai banyak khasiat. Khususnya adalah menciptakan obat tradisional untuk menyembuhkan penyakit-penyakit yang diderita tanpa harus menggunakan obat yang mengandung kimia yang dijual di apotek. Obat tradisional umumnya lebih aman karena bersifat alami dan tidak memiliki efek samping jika dibandingkan dengan obat-obat buatan pabrik. Itulah sebabnya sebagian orang lebih senang mengonsumsi obat-obat tradisional.

Manfaat Apotek Hidup

Apotek hidup memiliki beberapa manfaat antara lain yaitu:

- Aman bagi kesehatan dan minim efek samping jika dibandingkan dengan obat-obatan yang mengandung zat kimiawi.
- Relatif lebih murah karena didapatkan dari alam, serta dapat ditanam dan diproduksi sendiri.
- Tanaman apotek hidup dapat diolah lebih lanjut untuk menjadi obat-obatan herbal baik yang sifatnya produk jadi maupun produk setengah jadi.

- Tanaman apotek hidup dapat menjadi paru-paru lingkungan dan membuat udara di sekitar menjadi lebih sehat.
- Jika dimanfaatkan secara maksimal, tanaman apotek hidup dapat memberikan manfaat ekonomis berupa hasil penjualan.
- Kegiatan berkebun dapat menjadi sarana pemanfaatan waktu luang dan mengurangi tingkat stres (Hidayatulloh, Mahandika, & Mudzakir, 2018).

Adapun berikut ini adalah jenis-jenis tanaman yang dapat dijadikan obat karena memiliki beragam khasiat:

1. Jahe



Gambar 1. Jahe

Menurut penelitian, jahe mengandung senyawa yang bermanfaat bagi tubuh yaitu *gingerol*. Senyawa ini dapat mengatasi masalah pencernaan seperti mual, muntah, sakit perut, nyeri haid. Selain itu juga dapat mengurangi keluhan *vertigo* dan nyeri sendi. Lebih lanjut, *gingerol* juga dapat memperlambat bahkan menghentikan pertumbuhan sel kanker usus besar dan bahkan dapat menurunkan berat badan.

Namun meski memiliki banyak manfaat, konsumsi jahe yang berlebihan dapat menimbulkan keluhan sakit perut, kembung hingga diare. Anjuran konsumsi jahe adalah tidak lebih dari empat gram setiap hari.

2. Kumis Kucing



Gambar 2. Kumis Kucing

Sumber: jurnalistiwa.co.id

Tanaman kumis kucing dikenal sebagai salah satu tanaman herbal yang mampu mengatasi batu ginjal. Tanaman ini sangat efektif dalam merangsang ginjal untuk mengeluarkan urin, proses ini berguna untuk mengeluarkan bakteri pada kandung kemih dan mencegah timbulnya endapan mineral dan garam dalam ginjal. Manfaat kumis kucing lainnya adalah adanya zat anti radang yang dapat membantu mengontrol kandungan asam urat dan rematik, menghentikan kejang, reaksi alergi, dan penyakit ginjal. Lebih lanjut, kumis kucing juga terbukti dapat mengobati gusi bengkak dan

meringankan luka di kulit (Jumiarni & Komalasari, 2017).

3. Kayu Manis



Gambar 3. Kayu Manis

Kayu manis mengandung pemanis alami yang dapat digunakan sebagai pengganti gula, terutama bagi penderita diabetes dengan kondisi prediabetes dan diabetes tipe 2. Tanaman ini dianjurkan untuk dicampurkan dalam masakan, bermanfaat dalam meredakan peradangan sendi karena *rheumatoid arthritis*, mengurangi rasa tidak nyaman akibat infeksi saluran kemih serta mencegah demensia.

4. Lengkuas



Gambar 4. Lengkuas

Lengkuas adalah tanaman yang banyak dimanfaatkan sebagai bumbu dapur, selain dapat juga dikonsumsi sebagai minuman. Tanaman ini berkhasiat untuk mengurangi ketidaknyamanan perut akibat peradangan, dan kerap digunakan untuk mengobati batuk dan bronchitis. Kandungan analgesik dan antipiretik dalam lengkuas, diketahui ampuh mengurangi demam.

5. Daun Sirih



Gambar 5. Daun Sirih

Sumber: liputan6.com

Sejak dahulu daun sirih telah dipakai sebagai “kunyahan” bagi manula. Daun sirih bermanfaat mencegah tumbuhnya bakteri dalam mulut, sehingga dapat mencegah penyakit gusi dan gigi berlubang. Kandungan antioksidan tannin pada daun sirih bermanfaat secara cepat memerintahkan tubuh untuk membekukan darah dan menyembuhkan luka. Oleh sebab itu, banyak orang menggunakan daun sirih untuk menghentikan pendarahan

hidung (mimisan) dan mengobati luka bakar.

6. Lidah Buaya



Gambar 6. Lidah Buaya

Lidah buaya telah lama digunakan masyarakat untuk menutrisi kulit dan rambut. Di samping itu, lidah buaya juga sangat kaya akan manfaat lainnya, antara lain yaitu menangkal radikal bebas yang masuk ke dalam tubuh melalui antioksidan alami dalam tanaman lidah buaya, mengobati luka bakar, sembelit, meningkatkan nafsu makan serta meningkatkan daya tahan tubuh terutama bagi yang memiliki daya tahan tubuh lemah.

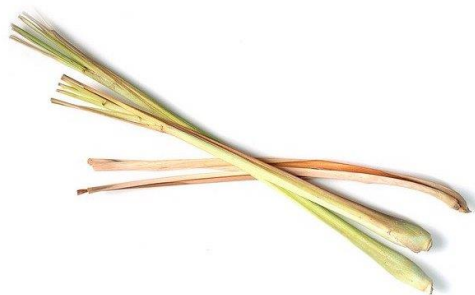
7. Kunyit



Gambar 7. Kunyit

Zat *curcumin* dalam kunyit bermanfaat untuk meringankan gejala gangguan pencernaan, gejala penyakit kulit, mengurangi risiko penyakit jantung dan stroke, mencegah kanker usus besar, serta melindungi kesehatan fungsi syaraf. Namun demikian, konsumsi kunyit secara berlebih dapat memicu kenaikan asam lambung dan menyebabkan masalah pendarahan.

8. Serai



Gambar 8. Serai

Tanaman serai sangat mudah ditanam, dan dipercaya dapat meredakan stres. Selain itu, sifat antipiretik dalam serai dapat membantu mengurangi demam tinggi dan mencegah infeksi tenggorokan. Manfaat lain serai adalah dapat digunakan untuk meringankan rasa nyeri.

Berikut adalah beberapa perbedaan antara obat dari tanaman apotek hidup dengan obat yang mengandung zat kimia (Sarno, 2019).

Tabel 1 Perbedaan apotek hidup dan Obat dengan Bahan Kimia

APOTEK HIDUP	OBAT DENGAN BAHAN KIMIA
- Tidak hanya bersifat menyembuhkan satu gejala penyakit tapi menyembuhkan ke organ tubuh lain dan sampai ke akarnya.	- Umumnya bersifat paliatif, yaitu dapat menyembuhkan penyakit, namun bila obat terjadi pengendapan maka akan menjadi racun yang berbahaya bagi tubuh.
- Bersifat bebas toksin, kerana diproduksi tanpa campuran bahan kimia dan bebas toksin. Misalnya jamu.	- Bersifat symptomatis, artinya obat ini hanya meredakan gejala pada penyakit tertentu saja.
- Bersifat kuratif, artinya benar-benar bersifat menyembuhkan.	- Diproduksi menggunakan teknologi canggih dan tentunya tercampur bahan kimia lain.

- Tidak menimbulkan efek samping, asalkan diracik oleh herbalis yang ahli, serta tidak dikonsumsi secara berlebihan.
- Reaksi cenderung lambat namun bersifat konstruktif.
- Reaksi penyembuhan yang cepat, namun jika dikonsumsi secara terus menerus setiap waktu maka akan berisiko melemahkan organ tubuh yang lain.
- Memiliki efek samping yang menimbulkan iritasi lambung, hati, ginjal, dll.

Informasi awal berupa jenis-jenis dan manfaat tanaman obat ini selanjutnya menjadi konten video maupun poster yang akan disosialisasikan kepada masyarakat. Selain jenis dan manfaat, masyarakat juga akan diberikan edukasi mengenai cara mudah untuk menanam beberapa tanaman apotek hidup, dengan menggunakan media dan lahan yang ada.



Project SePORA 2020 - Pemanfaatan Lahan Pribadi sebagai Lumbung Obat di Era Pandemi

(c)

Gambar 9. Tangkapan Layar Video Sosialisasi: (a) Pengertian Apotek Hidup, (b) Jenis-Jenis Tanaman Apotek Hidup & Manfaatnya, (c) Cara Menanam & Merawat Apotek Hidup

Sumber: bit.ly/ApotekHidup



Project SePORA 2020 - Pemanfaatan Lahan Pribadi sebagai Lumbung Obat di Era Pandemi

(a)



Project SePORA 2020 - Pemanfaatan Lahan Pribadi sebagai Lumbung Obat di Era Pandemi

(b)



(a)



(b)



(c)

Gambar 10. Tangkapan Layar Poster Sosialisasi: (a) Latar Belakang & Hal yang Perlu Diketahui, (b) Jenis-Jenis Tanaman Apotek Hidup & Manfaatnya, (c) Lanjutan Jenis-Jenis Tanaman Apotek Hidup & Manfaatnya serta Foto Kegiatan

Sumber: bit.ly/PosterApotekHidup

Simpulan

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian masyarakat ini, apotek hidup sangatlah cocok untuk masyarakat yang ingin hidup lebih sehat dengan biaya yang relatif rendah. Berikut adalah beberapa kesimpulan berdasarkan hasil kegiatan ini:

1. Berdasarkan hasil penggalian informasi, tanaman apotek hidup yang dapat digunakan sebagai obat serta mudah ditanam antara lain jahe, kunyit, serai, kayu manis, lidah buaya, dan daun sirih.
2. Tanaman tradisional memiliki banyak manfaat terutama untuk meningkatkan imunitas tubuh. Walaupun sudah banyak beredar obat-obatan yang dijual di luar sana, namun alangkah baiknya kita dapat membudidayakan rempah-rempah kita sendiri yang bahkan bisa dijadikan obat. Obat kimia yang dijual di apotek memiliki efek samping yang berbahaya dibandingkan dengan obat yang kita tanam sendiri. Bahkan obat yang kita tanam sendiri justru memiliki manfaat dan khasiat yang lebih tinggi. Tanaman obat cenderung sangat mudah untuk ditanam, dengan media tanah yang bisa didapatkan di mana saja.

Di samping itu, dengan diberlakukannya Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB), kegiatan menanam apotek hidup dapat menjadi alternatif aktivitas yang bermanfaat dan bahkan dapat bernilai ekonomis. Oleh karena itu, mari kita bersama belajar menciptakan sesuatu yang lebih bermanfaat dengan menanam apotek hidup di sekitar tempat tinggal kita.

3. Himbuan penanaman apotek hidup ini telah didistribusikan secara *online* melalui media social yaitu Instagram, Fecabook,

youtube dan Whatsapp Group warga RT 004 Kel. Belian. Masyarakat berpendapat bahwa isi video cukup mudah dipahami, dan hal ini meningkatkan pemahaman dan motivasi mereka untuk memanfaatkan lahan sekitar rumah untuk menanam apotek hidup.

Daftar Pustaka

- Hidayatulloh, A., Mahandika, D., & Mudzakir, M. D. (2018). *Meningkatkan Perekonomian Masyarakat jahe . Jurnal Pemberdayaan : Pengabdian Kepada Masyarakat Vol 2(2)*, 341–346.
- Kumar, R., Piya, G., Mudgal, P., Maity, H., & Dowarha, D. (2015). Herbal plants and plant preparations as remedial approach for viral diseases. *VirusDisease*, 26(4), 225–236. <https://doi.org/10.1007/s13337-015-0276-6>
- Sarno, S. (2019). Pemanfaatan Tanaman Obat (Biofarmaka) Sebagai Produk Unggulan Masyarakat Desa Depok Banjarnegara. *Abdimas Unwas*, 4(2), 73–78. <https://doi.org/10.31942/abd.v4i2.3007>
- Jumiarni, W & Komalasari, O. (2017). *Masyarakat Suku Muna Di Permukiman Kota Wuna Inventory Of Medicinal Plants As Utilized By Muna Tribe In*. 22(April), 45–56.
- Fa'izah, A. Z. (2020, Januari 28). *8 Jenis Tanaman Obat dan Manfaatnya, Dapat Ditanam di Pekarangan Rumah*. <https://www.merdeka.com/trending/8-jenis-tanaman-obat-dan-manfaatnya-dapat-ditanam-di-pekarangan-rumah-klm.html>

Lampiran Hasil Turnitin

ORIGINALITY REPORT

22%

SIMILARITY INDEX

22%

INTERNET SOURCES

0%

PUBLICATIONS

3%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1**m.merdeka.com**

Internet Source

10%**2****journalsitisarrah.blogspot.com**

Internet Source

4%**3****Submitted to Sriwijaya University**

Student Paper

2%**4****menyembuhkanwasirtanpaoperasi.blogspot.com**

Internet Source

1%**5****www.ccts.uky.edu**

Internet Source

1%**6****seminar.unisri.ac.id**

Internet Source

1%**7****www.daun-sirsak.org**

Internet Source

1%**8****www.mandorayub.com**

Internet Source

1%**9****www.scribd.com**

Internet Source

1%

10	www.mymeal catering.com Internet Source	1%
11	geosiar.com Internet Source	<1%
12	www.sehatfresh.com Internet Source	<1%
13	narindapermatasari.blogspot.com Internet Source	<1%
14	www.e-journal.sari-mutiara.ac.id Internet Source	<1%

Exclude quotes Off

Exclude matches Off

Exclude bibliography On