

Pemanfaatan Lahan Kosong di Lingkungan Kelurahan Tuah Karya sebagai Apotek Hidup untuk Menjaga Daya Tahan Tubuh di Masa Pandemi Covid-19

Fezi Waldeseska Aulia¹, Agustri Akbarsyah², Anggita Aditia Hutabarat³,
Mentari Dwi Aristi⁴

^{1,4}Fakultas Ekonomi dan Bisnis

²Fakultas Teknik

³Fakultas Matematika Ilmu Pengetahuan Alam dan Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Riau

e-mail: feziwaldeseska133@gmail.com

Abstract

The Tuah Karya community in utilizing the Posyandu yard land has not been used optimally, this needs to be done by managing the yard for the maintenance of live pharmacy plants in addition to decorating the posyandu environment as well as medicine, especially during the COVID-19 pandemic, it is required to maintain endurance. Live apothecary plants have very good content to maintain the immune system. KKN Students Together Against COVID19 conducted socialization and training to the Tuah Karya sub-district community regarding the maintenance of live pharmacy plants in maintaining body resistance. The results of these activities are expected that the community is aware, interested, and interested in growing live pharmacy plants in their own yard, then able to increase knowledge about the use of posyandu yard land for planting live pharmacy plants, and the public can know plants that can be used for medicine as living pharmacies.

Keywords: Living Pharmacy, Body endurance, Covid-19.

Abstrak

Lahan pekarangan posyandu belum dimanfaatkan secara optimal oleh masyarakat kelurahan tuah karya. Oleh karena itu perlu dilakukan pengelolaan lahan pekarangan untuk pemeliharaan tanaman apotik hidup selain untuk menghiasi lingkungan posyandu juga sebagai obat. Apalagi dalam masa pandemi COVID-19 kita diharuskan untuk menjaga daya tahan tubuh. Tanaman- tanaman apotik hidup memiliki kandungan yang sangat baik untuk menjaga daya tahan tubuh. Mahasiswa KKN bersama Melawan COVID19 melakukan sosialisasi dan pelatihan kepada masyarakat kelurahan tuah karya terkait pemeliharaan tanaman apotik hidup dalam menjaga daya tahan tubuh. Hasil dari kegiatan ini adalah masyarakat mampu membuat tanaman apotik hidup di pekarangan rumahnya masing-masing. Masyarakat juga memiliki pengetahuan yang lebih luas akan penting dan perlunya memiliki tanaman apotik hidup di sekitar pekarangan rumah atau lahan kosong. Dan juga masyarakat dapat mengetahui jenis-jenis tanaman apa saja yang dapat dijadikan tanaman apotik hidup.

Kata Kunci: Apotek Hidup, Daya Tahan Tubuh, Covid-19.

PENDAHULUAN

Kelurahan Tuah Karya adalah salah satu kelurahan yang berada di kecamatan Tuah Madani, Kota Pekanbaru, Riau. Kelurahan Tuah Karya sendiri memiliki wilayah seluas ± 7,2 Km². Kelurahan Tuah

Karya termasuk kedalam tingkatan perkembangan desa jenis Swasembada, adalah jenis desa/kelurahan yang lebih maju lagi dari Desa berstatus Swakarya. Pada desa/kelurahan ini, pengaruh adat khususnya pada bidang ekonomi sudah

tidak ada dijumpai lagi atau dapat dikatakan jarang sekali ditemukan. Lebih banyak dijumpai lembaga ekonomi yang bersifat modern. Pada desa/kelurahan ini mata pencaharian masyarakat beraneka ragam dengan penggunaan alat-alat teknis yang lebih modern. Kelurahan Tuah Karya ini dibagi menjadi 85 Rukun Tetangga (RT) dan 19 Rukun Warga (RW) dengan jumlah Kepala Keluarga 7.624 KK sebanyak 38.427 jiwa terdiri dari 21.321 jiwa Perempuan dan 17.106 Jiwa laki-laki (Data, 2021).

Untuk lokasi KKN kelompok 26 terbagi atas dua wilayah. Lokasi pertama berada di lingkungan RW 08 RT 01 dan lokasi kedua berada di lingkungan RW 15 RT 04. Di setiap lingkungan RT/RW tersebut terdapat Posyandu yang masih aktif digunakan untuk keperluan masyarakat yang berada di daerah tersebut. RW 08 RT 01 memiliki posyandu bernama Hangtuh sedangkan di RW 15 RT 04 memiliki posyandu bernama Lancang Kuning. Di masing-masing posyandu ini terdapat lahan yang cukup luas dan belum dimanfaatkan secara optimal. Lahan yang dikelola dapat memberikan manfaat bagi masyarakat sekitar yang mampu mengelolanya. Pemanfaatan pekarangan yang baik dapat mendatangkan berbagai manfaat antara lain yaitu sebagai warung, apotek, lumbung hidup dan bank hidup [3] Hal ini dapat dilihat dari berbagai fungsi dasar pekarangan yaitu salah satunya sebagai apotek hidup. Apotek hidup adalah pemanfaatan sebagian bidang tanah untuk ditanami tanaman obat-obatan dan untuk keperluan sehari-hari. Disamping fungsinya sebagai obat, tanaman obat juga dapat digunakan untuk menghiasi halaman posyandu tersebut, serta dapat digunakan menghadapi berbagai penyakit karena memiliki kandungan zat alami untuk mengatasinya [16]. Pengetahuan terkait pemanfaatan tanaman obat bagi masyarakat yang berada di kelurahan masih sebatas pengetahuan dan pengalaman yang diwariskan secara turun

temurun [13]. Kelurahan Tuah Karya merupakan salah satu kelurahan yang terdampak virus covid-19, pada lingkungan RW 08 RT 01 dan RW 15 RT 04 masyarakat yang terdampak virus covid-19 ini cukup banyak. Maka, dengan adanya salah satu program kerja mahasiswa KKN kelompok 26 dalam pembuatan apotek hidup, diharapkan mampu menekan angka kasus covid-19 yang terjadi di lingkungan tersebut.

Di masa pandemi ini penting untuk menjaga kesehatan daya tubuh. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menyatakan COVID-19 menjadi pandemi global mengingat penyebaran Virus Corona yang cepat hingga ke wilayah yang jauh dari pusat wabah dan sudah banyak negara di berbagai belahan dunia melaporkan adanya kasus positif COVID-19 ini. Peneliti WHO dan Indonesia yang menyatakan orang dengan daya tahan tubuh lemah adalah kelompok yang rentan terpapar Virus Corona. Sehingga dapat dipahami pernyataan peneliti WHO yang menyatakan lansia dengan riwayat penyakit kronis sangat berisiko terinfeksi Virus Corona [11]. Corona Virus Disease (Covid-19) adalah sebuah virus yang menyerang sistem pernapasan manusia dan dapat menyerang kepada siapa pun. Dampak virus corona ini seperti infeksi saluran pernapasan, batuk, pilek, dan demam [5]

Pada masa pandemi covid-19 ini kita perlu menjaga kebersihan dan kesehatan, salah satunya dengan cara selalu menjaga sistem imunitas pada diri. Sistem imun atau kekebalan tubuh adalah mekanisme pertahanan tubuh yang bertugas merespon atau menanggapi "serangan" dari luar tubuh kita. Saat terjadi serangan, biasanya antigen pada tubuh akan mulai bertugas. Fungsi sistem imun bagi tubuh ada 3. Pertama, sebagai pertahanan tubuh yakni menangkalkan benda asing. Kedua, sebagai keseimbangan fungsi tubuh, dan ketiga berfungsi sebagai suatu pengintai untuk menghancurkan sel

sel yang bermutasi. Sebagian besar tanaman memiliki atau mengandung ratusan jenis senyawa kimia yang diketahui jenis dan khasiatnya ataupun yang belum diketahui. Senyawa senyawa yang mempunyai prospek cukup baik untuk meningkatkan aktivitas system imun biasanya dari golongan flavonoif, kurkumin, limonid, vitamin C, vitamin E, dan katekon [9]

Pemeliharaan tanaman apotek hidup dapat bermanfaat untuk dijadikan obat-obatan tradisional guna untuk menghindari berbagai macam penyakit. Hal ini untuk menekan angka tingginya kasus Covid-19 ini, dimana diperlukan daya tahan tubuh yang cukup dan bagus. Sehingga dapat memicu masyarakat akan kesadaran dan ketertarikan untuk menanam tanaman apotek hidup.

METODE PENGABDIAN

Sosialisasi mengenai penanaman tanaman apotek hidup ini dilaksanakan bulan September yang bertempat di kelurahan Tuah Karya, Kota Pekanbaru. Sosialisasi ini dilakukan secara tatap muka, yang dilaksanakan dengan perwakilan sebanyak 5 orang bertempat di posyandu Lancang Kuning dan posyandu Hangtuah dengan tetap mematuhi protokol kesehatan yang ada.

Kegiatan sosialisasi ini dilakukan dengan memberikan informasi tanaman apa saja yang dapat digunakan, manfaat dari beberapa tanaman apotek hidup, serta gambaran mengenai cara membudidayakan tanaman obat yang ada di lahan posyandu. Penyajian sosialisasi menggunakan pamflet agar mampu memberikan informasi yang mudah dipahami dan menarik minat masyarakat untuk melakukan pemeliharaan tanaman apotek hidup di lingkungan posyandu tersebut

HASIL DAN PEMBAHASAN

Indonesia merupakan salah satu negara yang menghasilkan tanaman rempah terbesar di dunia. Pemanfaatan tanaman

rempah ini digunakan sebagai obat-obatan yang telah berlangsung sejak ribuan tahun yang lalu. Pada pertengahan abad ke XVII seorang botanikus bernama Jacobus Rontius (1592- 1631) mengumumkan tentang manfaat atau khasiat dari tumbuh-tumbuhan yang ditulisnya dalam buku berjudul *De Indiae Untriusquere Naturali et Medica*. Dalam buku tersebut terdapat 60 jenis tumbuh tumbuhan yang telah diteliti. Buku tersebut juga menjadi dasar dari penelitian tumbuh tumbuhan obat oleh Hendrik Adriaan van Rheede tot Draakestein yang kemudian ditulis dalam buku berjudul *Hortus Indicus Malabaricus*[18].

Apotek hidup adalah memanfaatkan sebagian tanah pekarangan untuk ditanami tanaman obat-obatan sebagai keperluan sehari-hari bila ada anggota keluarga yang sakit. Pada umumnya masyarakat lebih menyukai mengkonsumsi obat-obat tradisional. Selain karena faktor ekonomi, obat tradisional umumnya dianggap lebih aman karena bersifat alami dan memiliki efek samping yang lebih sedikit dibandingkan obat-obat buatan pabrik. Mengkonsumsi vitamin baik yang berasal dari bahan kimia (obat paten) atau pun obat tradisional adalah salah satu tindakan yang dapat dilakukan untuk penanganan COVID-19 saat ini. Serta tanaman obat pun tidak kalah cantiknya dengan tanaman hias.

Dalam mata kuliah KKN ini salah satu program kerja Mahasiswa KKN kelompok 26 adalah membuat apotek hidup di lingkungan posyandu Hangtuah dan Lancang Kuning. Adapun tanaman apotek hidup yang akan ditanami adalah bawang dayak, sirih merah, jahe, kunyit, temulawak, lidah buaya, lengkuas, pandan, ginseng dan serai. Tentunya tanaman-tanaman ini memiliki banyak sekali manfaat bagi kesehatan tubuh bagi siapa saja yang mengonsumsinya. Adapun manfaat dari tanaman-tanaman apotek hidup ini, sebagai berikut :

1. Bawang Dayak

- Khasiat dari tanaman bawang dayak di antaranya sebagai antikanker payudara, mencegah penyakit jantung, *immunostimulant*, antinflamasi, antitumor, serta *bleeding agent* [2]
2. Sirih Merah
Mempercepat penyembuhan luka, mengatasi keputihan, mencegah bau badan dan bau mulut, mengatasi sakit perut, meredakan batuk, mengobati gusi berdarah, dan mengatasi tanda – tanda diabetes [8]
 3. Jahe
Jahe berkhasiat untuk mengobati penyakit impoten, batuk, pegal-pegal, kepala pusing, rematik, sakit pinggang, dan masuk angin [10]
 4. Kunyit
Bagian dari kunyit yang paling banyak digunakan adalah bagian rimpang yang dimanfaatkan untuk ramuan obat tradisional, bahan pewarna tekstil dan makanan serta bumbu masakan, rempah – rempah dan bahan kosmetik [15]
 5. Temulawak
Manfaat kesehatan temulawak yang paling banyak diketahui adalah untuk meningkatkan nafsu makan dan menjaga stamina tubuh [6]
 6. Lidah Buaya
Khasiat yang tersimpan dari lidah buaya untuk pembersih darah, penurun panas, obat wasir, batuk rejan dan mempercepat penyembuhan luka. Sejumlah nutrisi yang bermanfaat terkandung di dalam lidah buaya, berupa bahan organik dan anorganik, di antaranya vitamin, mineral, beberapa asam amino, serta enzim yang diperlukan tubuh. Pemanfaatan daun lidah buaya dapat berfungsi sebagai anti inflamansi, antijamur, antibakteri dan regenerasi sel, untuk mengontrol tekanan darah, menstimuli kekebalan tubuh terhadap serangan penyakit kanker, serta dapat digunakan sebagai nutrisi pendukung bagi penderita HIV [17]
 7. Lengkuas
Lengkuas dapat menyembuhkan penyakit seperti penyakit panu, rematik, melancarkan darah nifas, mengatasi masalah pencernaan dan sebagainya [7]
 8. Pandan
Manfaat pandan untuk kesehatan seperti radang sendi, mengontrol gula darah, darah tinggi, menghilangkan ketombe, mengobati diare, insomnia serta meningkatkan kesehatan mulut [14]
 9. Ginseng
Manfaat ginseng sebagai penyelamat energi, menghilangkan rasa lelah, meningkatkan stamina, menambah darah, memulihkan denyut jantung, mengobati anemia, tekanan darah rendah, jantung yang lemah, memelihara ketegangan jasmani dan rohani, bermanfaat bagi neurosis, urat syaraf otonomik yang tidak seimbang. Menghilangkan rasa dahaga, mengobati kekeringan tubuh, bermanfaat bagi penderita kencing manis. Memperkuat paru-paru, meringankan asma, bermanfaat bagi penderita asma kering yang disebabkan oleh penyakit tuberculosis (TBC) [12]
 10. Serai
Serai juga bermanfaat untuk menenangkan otot dan saraf, penelitian lain telah menunjukkan bahwa serai memiliki sifat sedatif dan hipnotik yang membantu meningkatkan waktu dan kualitas tidur dan mengurangi gejala depresi yang disebabkan oleh kelelahan dan stress [1]

Cara penanaman tumbuhan apotek dilakukan cukup sederhana, mulai dari pembersihan lahan di lingkungan posyandu Lancang Kuning dan Hang tuah, menggemburkan tanah, lalu menanam tanaman apotek hidup tersebut, membuat area pembatas disetiap masing-masing tanaman dan terakhir membuat papan nama sesuai jenis tanaman apotek hidup tersebut.



Gambar 1 Penanaman tanaman apotek hidup



Gambar 2 Proses Penggemburan Tanah

KESIMPULAN

Masyarakat Kelurahan Tuah Karya, Kota Pekanbaru setelah mengikuti sosialisasi dari mahasiswa KKN Kelompok 26 dapat mengetahui dan memahami informasi mengenai berbagai macam tanaman obat (apotek hidup), beserta dengan manfaat dari tanaman apotek hidup tersebut seperti bawang dayak, sirih merah, jahe, kunyit, temulawak, lidah buaya, lengkuas, pandan, ginseng dan serai.

Masyarakat juga dapat melakukan penanaman tanaman apotek hidup secara

sederhana, mulai dari pembersihan lahan, menggemburkan tanah, menanam tanaman apotek hidup tersebut, membuat area pembatas disetiap masing-masing tanaman dan terakhir membuat papan nama sesuai jenis tanaman apotek hidup. Sehingga nantinya hal ini dapat membuat masyarakat berminat dan tertarik untuk melakukan pemeliharaan tanaman tanaman apotek hidup di pekarangan rumah masing-masing.

Adapun manfaat yang diperoleh dari pemeliharaan tanaman apotek hidup di lingkungan posyandu ini adalah memanfaatkan pekarangan lingkungan posyandu dengan sebaik mungkin, sebagai sarana untuk menyediakan obat herbal bagi masyarakat di tengah pandemi, sarana untuk menjaga kesehatan atau imunitas tubuh dengan mengolah tanaman obat tersebut, serta sebagai sarana untuk memanfaatkan tanaman herbal sebagai bahan baku obat herbal dan cara alternatif menanggulangi obat kimia yang harganya relatif mahal

UCAPAN TERIMAKASIH

Terima kasih kami ucapkan kepada semua pihak yang mendukung kelancaran pengabdian ini terutama untuk masyarakat Kelurahan Tuah Karya RW 08 RT 01 dan RW 15 RT 04, Kecamatan Tuah Madani, Kota Pekanbaru serta mahasiswa Kuliah Kerja Nyata (KKN) Kelompok 26 Universitas Muhammadiyah Riau yang terlibat dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Agus. (2010). Esiklopedia Tanaman Obat Indonesia. Jakarta: Salemba Media.
- [2] Amanda, F. R. (2014). Efektivitas Ekstrak Bawang Dayak Dalam Menghambat Pertumbuhan Bakteri E.Coli. Jakarta.
- [3] Ashari, S. d. (2012). Potensi dan Prospek Pemanfaatan Lahan Perkarangan Untuk Mendukung Ketahanan Pangan (Vol. 30). Forum Penelitian Agro Ekonomi.
- [4] Data, K. (2021). Tuah Karya, Tuah Madani,

- Pekanbaru. Pekanbaru.
- [5] Febriyanti, F. (2020). Corona Conceptual Metaphors At Mahasantri Stai Al- Anwar Sarang (Vol. 2). In Prosiding Seminar Nasional Linguistik dan Sastra (SEMANTIKS).
- [6] Mira Dewi, d. (2012). Pengetahuan Tentang Manfaat Kesehatan Temulawak (*Curcuma xanthorrhiza*) Serta Uji Klinis Pengaruhnya pada Sistem Imun Humoral Pada Dewasa Obes (Vol. 17). Jurnal Ilmu Pertanian Indonesia.
- [7] Qurniawan, Y. (2019). Persepsi Masyarakat Terhadap Peran Tumbuhan Etnofarmaka Lengkuas Kecamatan Rubaru Kabupaten Sumenep. Prosiding.
- [8] Roselly, N. P. (2021). Berbagai Manfaat Sirih Merah Untuk Kesehatan. Surabaya: detikhealth.
- [9] S Suhirman, W. C. (2010). Prospek Dan Fungsi Tanaman Obat Sebagai Imunomodulator. Balai Penelitian Tanaman Obat dan Aromatik.
- [10] Santoso, H. (2008). Ragam & Khasiat Tanaman Obat. Yogyakarta: PT Agromedia Pustaka.
- [11] Siagian, T. H. (2020). Mencari Kelompok Berisiko Tinggi Terinfeksi Virus Corona Dengan Discourse Network Analysis (98-106 Ed., Vol. 9). Politeknik Statiska StisSubagyo. (2012). Terapi Dengan Panax Ginseng "Bing s Han" Salah Satu Alternatif Menatap Masa Depan Yang Cerah Bagi Penderita Diabetes Dan Komplikasinya (Vol. 9). Medikora.
- [12] Sugito, S. K. (2017). Strategi Pemanfaatan Lahan Pekaranagan Untuk Budi Daya Tanaman Obat Keluarga (Vol. 2). Penamas Adi Buana.
- [13] Sulistowati, T. (2021). 7 Manfaat Dan Efek Samping Pandan Untuk Kesehatan.
- [14] Sundari, R. (2016). Pemanfaatan Dan Efisiensi Kurkumin Kunyit (*Curcuma Domestica* Val.) Sebagai Indikator Titrasi Asam Basa. Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia.
- [15] Suparto, H. (2019). Sosialisasi Apotek Hidup Berbasis Taman Rumah (Vol. 2). Majalah Ilmiah "Pelita Ilmu".
- [16] Widodo., P. D. (2006). Berjuta Manfaat Lidah Buaya.
- [17] Widyanta, D. (2020). Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (Toga) Dimasa Pandemi. Denpasar, Bali: Jayapangus Press.