

UPAYA MENJAGA KESEHATAN MASYARAKAT KELURAHAN KEMLAYAN DI TENGAH PANDEMI COVID-19 DENGAN APOTEK HIDUP

Diana Tantri Cahyaningsih¹, Pijar Pustaka¹

¹Universitas Sebelas Maret, Surakarta
Corresponding author: dianatantri@staff.uns.ac.id

ABSTRAK

Kegiatan pengabdian masyarakat melalui KKN ini bertujuan untuk meningkatkan kualitas gaya hidup serta imun tubuh masyarakat Kelurahan Kemlayan, Kecamatan Serengan, Kota Surakarta ditengah pandemi yang sedang terjadi. Kegiatan pengabdian dilaksanakan melalui metode focus group discussion, penyuluhan, praktek penanaman tanaman apotek hidup, pendampingan serta evaluasi kegiatan. Partisipasi dan antusiasme masyarakat Kelurahan Kemlayan dalam hal ini ibu-ibu PKK Kelurahan Kemlayan dalam kegiatan sangat baik, kelompok mitra berkontribusi aktif dalam kegiatan penyuluhan serta aktif berbagi pengalaman dalam cara menanam tanaman dilahan perkotaan. Dampak dari kegiatan penyuluhan mampu meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu-ibu PKK dalam menanam dan memanfaatkan tanaman apotek hidup menjadi obat-obatan sekaligus berguna untuk meningkatkan imunitas tubuh para anggota keluarga dari masing-masing kader PKK Kelurahan Kemlayan dikala pandemi . Kegiatan penyuluhan penanaman tanaman apotek hidup di Kelurahan Kemlayan sangat bermanfaat dan diharapkan dapat berkelanjutan. **Kata kunci** : apotek hidup, imunitas, pandemi COVID-19, tanaman

ABSTRACT

*This community service activity through KKN aims to improve the quality of life and the immune system of the people of Kemlayan Village, Serengan District, Surakarta City in the midst of the ongoing pandemic. Service activities are carried out through focus group discussion methods, counseling, practice of planting live pharmacy plants, mentoring and evaluation of activities. The participation and enthusiasm of the Kemlayan Village community, in this case the Kemlayan Village PKK women in the activity was very good, the partner group actively contributed to outreach activities and actively shared experiences in how to plant crops in urban areas. The impact of outreach activities was able to increase the knowledge and skills of PKK mothers in planting and utilizing live pharmacy plants into medicines as well as being useful for increasing the body's immunity of family members of each PKK cadre in Kemlayan Village during a pandemic. Extension activities on planting live pharmacy plants in Kemlayan Village are very useful and are expected to be sustainable. **Keywords:** live pharmacy, immunity, COVID-19 pandemic, plants.*

PENDAHULUAN

Indonesia terletak pada wilayah yang beriklim tropis pada umumnya memiliki 2 (dua) musim yakni musim kemarau dan penghujan, fenomena ini membuat Indonesia memiliki keanekaragaman hayati. Selain itu, iklim tropis juga turut andil dalam keberhasilan dalam sektor pertanian di Indonesia. Keberhasilan Indonesia dalam aspek pertanian tentu tidak hanya terjadi kawasan pedesaan. Seperti yang kita ketahui sekarang ini sudah banyak metode bercocok tanam yang tidak membutuhkan lahan yang luas sehingga cocok dilakukan di kawasan perkotaan yang kurang memiliki lahan yang luas untuk bercocok tanam. Terbatasnya lahan tidak serta merta membuat kualitas yang dihasilkan menjadi kurang baik. Untuk nutrisi dari pertumbuhan dan perkembangan dapat ditingkatkan melalui penggunaan pupuk dan perawatan lainnya. Meski begitu fakta yang terjadi dilapangan ialah menurunnya jumlah petani yang berdampak pada sulitnya menemukan bahan pangan. Hal inilah yang coba dikembangkan di kawasan Kelurahan Kemlayan, Kecamatan Serengan, Kota Surakarta, Jawa Tengah, menyulap lahan bekas tempat pembuangan sampah menjadi lahan bercocok tanam. Mayoritas penduduk dikawasan ini bermata pencaharian sebagai pelaku ekonomi produktif yang tidak jarang

mengeluhkan sulitnya menemukan bahan dapur, atau yang menjadi kekhawatiran masyarakat adalah terjadi lonjakan harga dimomen-momen tertentu.

COVID-19 atau Coronavirus Disease 2019 merupakan penyakit infeksi saluran pernafasan menular dengan gejala ringan sampai sedang yang disebabkan oleh virus SARS-CoV-2. COVID-19 telah ditetapkan sebagai Pandemi pada tanggal 11 Maret 2020 oleh Badan Kesehatan Dunia atau WHO (World Health Organization) setelah terdapat kasus terkonfirmasi mendekati 200.000 orang dan kasus kematian karena COVID-19 melebihi 8000 orang di lebih dari 160 negara di dunia (Atmadani et al., 2021). COVID-19 juga ditetapkan sebagai Bencana Nasional oleh Pemerintah Indonesia melalui Keputusan Presiden Nomor 12 Tahun 2020 tentang Penetapan Bencana Non Alam Penyebaran Corona Virus Disease 2019 sebagai Bencana Nasional (Prasetyo & Suaedi, 2021).

Salah satu upaya mencegah rantai penularan virus COVID-19 kepada masyarakat luas adalah menerapkan protokol kesehatan dengan baik dan benar. Selain itu, meningkatkan imunitas atau daya tahan tubuh juga dapat mencegah terjadinya infeksi virus COVID-19, melalui konsumsi makanan dan minuman bergizi, istirahat cukup, berjemur, dan

olahraga secara teratur. Salah satu upaya mudah yang dapat mendukung sistem imun tubuh dalam mencegah infeksi adalah konsumsi jamu atau herbal sebagai imunomodulator (Mawardika & Istiqomah, 2021).

Persebaran tanaman herbal atau rempah di Indonesia sangat beragam. Baru-baru ini, jahe dan sereh banyak digunakan masyarakat sebagai imunomodulator di masa pandemi COVID-19 ini. Secara empiris jahe telah digunakan oleh masyarakat sebagai obat alami atau herbal penangkal masuk angin, antiradang atau analgesik, anti bakteri hingga penangkal mabuk perjalanan. (Sunaryo, 2015). Ekstrak jahe terbukti mengandung senyawa zingerone, shogaol dan gingerol. Gingerol merupakan zat aditif minyak astiri jahe yang berperan sebagai penambah imun alami.

METODE

Program kerja apotek hidup ini dilaksanakan pada bulan Agustus 2021 yang bertempat di Kelurahan Kemlayan, Kota Surakarta tepatnya di wilayah RT 03/RW 05. Program ini dilaksanakan oleh mahasiswa KKN UNS Kelompok 365 Kelurahan Kemlayan Periode JuliAgustus 2021, dengan bimbingan dari dosen pembimbing lapangan dan dibantu oleh Ibu-Ibu PKK yang tergabung dalam

Komunitas Kasie Lingkungan Hidup serta Linmas Kelurahan Kemlayan. Metode pelaksanaan program apotek hidup dilaksanakan melalui 2 program, yaitu kegiatan sosialisasi dan penanaman tanaman apotek hidup. Kedua kegiatan tersebut dilaksanakan dengan tahapan:

1. Persiapan Kegiatan

- a. Pengajuan permohonan ijin kegiatan kepada pihak Kelurahan Kemlayan, Kecamatan Serengan, Kota Surakarta
- b. Memilih jenis tanaman apotek hidup yang akan digunakan dan mempersiapkan alat dan bahan yang dibutuhkan
- c. Mempersiapkan tempat untuk program kerja



Gambar 1. Suasana persiapan pemilihan tanaman apotek hidup

2. Pelaksanaan Program Kerja Apotek

Hidup

- a. Pembukaan dan perkenalan dengan ibu-ibu PKK Kelurahan Kemlayan
- b. Sosialisasi mengenai manfaat apotek hidup serta kegunaan, khasiat dari tanaman apotek hidup, dan cara menanam tanaman apotek hidup
- c. Penanaman tanaman apotek hidup di taman apotek hidup Kelurahan Kemlayan



Gambar 2. Suasana kegiatan sosialisasi dan penanaman tanaman apotek hidup di Kelurahan Kemlayan



Gambar 3. Suasana penutupan program kerja apotek hidup

3. Penutup

- a. Penutupan kegiatan dan berpamitan dengan ibu-ibu PKK Kelurahan Kemlayan
- b. Pembuatan laporan kegiatan

HASIL, PEMBAHASAN, DAN DAMPAK

3.1. Perkembangan Apotek Hidup di Indonesia

Tanaman obat sangat bermanfaat dalam memenuhi kebutuhan hidup manusia. Dalam dunia farmasi, tanaman obat merupakan sumber bahan baku obat tradisional maupun modern. Sekarang ini ada kecenderungan masyarakat untuk mengkonsumsi obat tradisional, karena adanya perubahan gaya hidup *back to nature* dan mahal nya obat-obatan modern yang membuat permintaan tanaman obat semakin tinggi, tidak hanya di Indonesia tetapi juga dunia.

Adanya kecenderungan perubahan gaya hidup tersebut menyebabkan masyarakat mulai beralih menggunakan bahan alami. Salah satu masalah yang ada dalam konsumsi penggunaan herbal dan tanaman obat adalah keamanan produk. Indonesia sebagai salah satu negara yang

memiliki hutan hujan tropis terbesar di dunia memiliki potensi sebagai produsen tanaman obat dunia. Dari total sekitar 40.000 jenis tanaman obat yang telah dikenal di dunia, 30.000-nya disinyalir berada di Indonesia. Berdasarkan data Statistik Holtikultura tahun 2014, tanaman obat juga sering dikategorikan sebagai tanaman Biofarmaka yang mencakup 15 (lima belas) jenis tanaman, meliputi jahe, lengkuas, kencur, kunyit, lempuyang, temulawak, temuireng, temukunci, dlingo, kapulaga, mengkudu, mahkota dewa, kejobeling, sambiloto, dan lidah buaya. Komoditas yang memberi kontribusi produksi terbesar terhadap total produksi tanaman biofarmaka di Indonesia, yaitu jahe (37,98%), kunyit (18,82%), kapulaga (12,22%), laos/lengkuas (10,50%), dan kencur (6,33%).

3.2. Apotek Hidup di Lokasi KKN

Melihat bagaimana pentingnya apotik hidup, maka merupakan hal yang lumrah bila banyak desa atau bahkan rumahrumah yang memiliki apotek hidupnya sendiri. Seperti pada lokasi KKN kali ini terletak di Kelurahan Kemlayan, Kecamatan Serengan, Kota Surakarta dapat dikatakan memiliki beberapa tanaman

yang dapat dikategorikan sebagai tanaman apotik hidup. Terletak di wilayah RT 03/RW 05, terdapat taman kecil tepat di samping jalanan dimana komunitas Ibu-Ibu PKK Kelurahan Kemlayan biasanya melakukan penanaman bibit. Berdasarkan survey langsung dari Kelompok 365, taman tersebut memiliki beberapa bibit kencur. Kondisi dari bibit-bibit kencur itu sendiri tidak baik melihat banyak yang sudah membusuk dan jumlahnya tidak banyak karena sudah sempat dipanen, namun jumlah yang sedikit ini juga berarti bahwa tidak dilakukannya kegiatan penanaman ulang yang seharusnya penting untuk menjaga regenerasi apotek hidup. Berdasarkan informasi yang diberikan oleh Ibu-Ibu PKK Kelurahan Kemlayan, tanah dari taman tersebut juga merupakan bahan buangan dari pembangunan proyek sehingga banyak batu dan pecahan kaca serta tembikar yang tercampur di dalamnya. Banyaknya batu dan barangbarang asing lainnya mempengaruhi pertumbuhan tanah, apalagi bila tumbuhan yang ditanam merupakan tumbuhan akar seperti kencur, dan jahe merah yang akan ditanam. Maka dari itulah diperlukan usaha lebih untuk terlebih dahulu membuang barang-barang asing dan batuan dalam

tanah sehingga pertumbuhan tanaman akan lebih baik.

3.3. Upaya Pelaksanaan Apotek Hidup Untuk Meningkatkan Kesehatan Masyarakat di Masa Pandemi

Adanya pandemi COVID-19 menyebabkan keresahan yang cukup mempengaruhi masyarakat terutama pada aspek kesehatan. Hal ini tentu saja dapat menurunkan sistem imunitas tubuh masyarakat. Oleh karena itu, perlu kegiatan menjaga kesehatan untuk bisa meningkatkan sistem imunitas tubuh masyarakat seperti pengadaan apotek hidup. Apotek hidup atau tanaman obat keluarga (TOGA) adalah pemanfaatan sebagian tanah seperti pekarangan rumah atau lahan kosong untuk ditanami tanaman obat-obatan sebagai salah satu penerapan pola hidup sehat. Tanaman obat dipercaya memiliki khasiat untuk menyembuhkan berbagai macam penyakit. Hal tersebut membuat mahasiswa KKN UNS Kelompok 365 berinisiatif mengadakan program kerja apotek hidup yaitu menanam tanaman obat dengan harapan masyarakat Kelurahan Kemlayan dapat memanfaatkan program ini sebagai alternatif untuk menjaga kesehatan

dan meningkatkan imunitas tubuh masyarakat di tengah pandemi COVID-19.

Program kerja apotek hidup dilaksanakan pada hari Minggu, 22 Agustus 2021 pukul 09.00 WIB di RT 03/RW 05 Kelurahan Kemlayan, Kecamatan Serengan, Kota Surakarta. Kegiatan program apotek hidup diikuti oleh 15 anggota ibu-ibu PKK Kelurahan Kemlayan dengan tetap menjaga protokol kesehatan. Kegiatan ini dimulai dengan tahap persiapan yaitu memilih jenis tanaman apotek hidup dan mendapatkannya di Mojogedang, Karanganyar, serta membeli polybag, sarung tangan, cetok, dan media tanam seperti tanah, sekam, dan pupuk kandang. Kemudian, tahap pelaksanaan dengan sosialisasi secara langsung mengenai manfaat apotek hidup, khasiat dari tanaman apotek hidup, dan cara menanam apotek hidup. Setelah sosialisasi, dilakukan pembuatan apotek hidup yaitu penanaman bibit jahe merah dan serai yang dimulai dengan pembersihan lahan tempat penanaman bibit. Selanjutnya, dilakukan penanaman sebagian bibit jahe merah dan serai di taman kecil dan sebagian lainnya di dalam polybag untuk dibagikan ke

masyarakat Kelurahan Kemlayan yang selanjutnya dapat ditanam di pekarangan rumah.

Kelompok KKN UNS 365 memutuskan untuk memilih bibit tanaman obat seperti jahe merah dan serai karena memiliki kandungan untuk meningkatkan sistem imunitas tubuh. Jahe merah dipilih sebagai tanaman obat karena memiliki banyak manfaat. Jahe merah ini dimanfaatkan sebagai pencahar, anthelmintik, dan peluruh masuk angin. Rimpang jahe merah berkhasiat menghangatkan badan, penambah nafsu makan, peluruh keringat, serta mencegah dan mengobati masuk angin. Menurut Aryanta (2019), jahe terutama jahe merah baik digunakan sebagai obat herbal dalam terapi berbagai penyakit secara tradisional disebabkan oleh kandungan minyak atsiri dengan senyawa kimia aktif dalam jahe, terutama zat gingerol dan oleoresin (Redi Aryanta, 2019). Sedangkan serai dipilih karena selain dapat digunakan sebagai bumbu dapur bahan masakan, serai juga dapat digunakan sebagai minuman penghangat tubuh, mengobati rematik, meningkatkan sistem imun, dan mengatasi haid yang tidak lancar. Menurut Safrida dan Elfira (2021),

khasiat tanaman serai adalah sebagai antiseptik, meredakan influenza, karminatif, eksem, peluruh air seni, antifatulen, stimulan, sedangkan minyak atsirinya dapat digunakan sebagai anti nyamuk (repelan) (Safrida & Elfira, 2021).

Hasil dari sosialisasi dan pembuatan apotek hidup adalah meningkatkan pengetahuan masyarakat Kelurahan Kemlayan mengenai manfaat apotek hidup, cara penanaman, dan pengelolaan lahan kosong seperti pekarangan untuk menjadi apotek hidup. Apotek hidup sebagai sarana untuk menyediakan obat herbal, menjaga kesehatan atau imunitas tubuh bagi masyarakat dengan mengolah tanaman obat di tengah pandemi. Selain itu, masyarakat sadar akan pentingnya apotek hidup dan terdorong untuk menghijaukan lingkungan dengan melestarikan dan membudidayakan tanaman apotek hidup.



Gambar 4. Suasana pelaksanaan penanaman tanaman apotek hidup

PENUTUP

Kesimpulan dari kegiatan pengabdian masyarakat yang telah dilaksanakan yaitu:

1. Pada saat ini ada kecenderungan masyarakat untuk mengonsumsi obat tradisional karena adanya perubahan gaya hidup *back to nature* dan mahal nya obat-obatan modern yang membuat permintaan tanaman obat semakin tinggi.
2. Pada masa pandemi COVID-19 ini apotek hidup dimanfaatkan sebagai alternatif obat untuk menjaga kesehatan tubuh.
3. Program apotek hidup dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat Kelurahan Kemlayan mengenai manfaat apotek hidup, cara penanaman, dan pengelolaan lahan kosong seperti pekarangan untuk menjadi apotek hidup.

3. UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada RKAT Universitas Sebelas Maret (UNS) Tahun Anggaran 2021 sebagai penyandang dana kegiatan KKN periode Agustus-September 2021.

REFERENSI

- Atmadani, R. N., Yunita, S.L., Hidayati, I. R., Aldila, A. O., & Rizqi, F. D., 2021, Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) sebagai Upaya Preventif dalam Memutus Rantai Penyebaran Covid-19 pada kalangan Mahasiswa Baru Farmasi, *To Maega: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(2), No. 1, 153-160.
- Mawardika, H. & Istiqomah, N., 2021, Peningkatan Imunitas Tubuh melalui Konsumsi Jamu Era Pandemi COVID-19, *Journal of Community Engagement and Employment*, 3(1), No. 1, 66-71.
- Prasetyo, D., & Suaedi, F, 2021, Disaster Risk Management: Upaya Preventif dalam Membentuk Persepsi Masyarakat Merespon Pandemi COVID-19, *Jurnal Layanan Masyarakat*, 5(1), No. 1, 123-129.
- Redi Aryanta, I. W., 2019, Manfaat Jahe Untuk Kesehatan, *Widya Kesehatan*, 1(2), No. 1, 39-43.
- Safrida, S., & Elfira, D., 2021, Uji Keefektifan Penggunaan Aromatherapy Batang Serai (Cymbopogon Citratus) dan Repellent Kimia Terhadap Nyamuk Aedes aegypti Effectivity Test of Application of Serai (Cymbopogon citratur) and Chemical Repellents Against Mosquito (Aedes aegypti), *Jurnal Kalwedo Sains (KASA)*, 2(1), No. 1, 1-6.
- Sunaryo, E. S. 2015. *Minuman Tradisional Penguat Kekebalan Tubuh*. Jakarta: Alex Media Komputindo