

Penanaman apotek hidup: menggali potensi tanaman obat dengan pendekatan Islami yang moderat untuk kesejahteraan masyarakat

Rahma Nurhardini^{1*}, Choirun Ni'mah², Mukh Nursikin³, Shofirul Thowaf⁴, Riza Aditya Kurniawan⁵

¹Fakultas Dakwah, Universitas Islam Negeri Salatiga, Indonesia

²Fakultas Tadris dan Ilmu Keguruan, Universitas Islam Negeri Salatiga, Indonesia

³Magister Pendidikan Agama Islam, Universitas Islam Negeri Salatiga, Indonesia

⁴Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam, Universitas Islam Negeri Salatiga, Indonesia

⁵Fakultas Ushuluddin Adab dan Humaniora, Universitas Islam Negeri Salatiga, Indonesia

*) Korespondensi (email: rahmanurhardini@gmail.com)

Abstract

One method of cultivating herbal plants is creating a living pharmacy. A living pharmacy involves using land to grow medicinal plants that can be used for daily needs. Some examples of plants that can be cultivated in a living pharmacy are *ginger*, *galangal*, *turmeric*, and *lesser galangal*. Establishing a living pharmacy boosts the immune system and is an alternative to herbal medicine. This community service initiative aims to educate the residents of Dusun Mranggen about the benefits, planting techniques, maintenance, and utilization of these medicinal plants. The method used is Participatory Action Research (PAR), which combines research and action to raise critical awareness and improve conditions and practices through changes within a specific community. As a result, the community has better understood how to grow and utilize herbal plants. It has successfully used available land around their homes to plant medicinal plants that benefit their health.

Keywords: Living Pharmacy, Alternative Herbal Treatment, Herbal Medicine.

Abstrak

Salah satu metode untuk membudidayakan tanaman herbal adalah dengan melakukan penanaman apotek hidup. Apotek hidup adalah penggunaan lahan untuk menanam tumbuhan berkhasiat obat yang dapat digunakan untuk keperluan sehari-hari. Beberapa contoh tanaman yang dapat ditanam dalam apotek hidup adalah jahe, lengkuas, temulawak, kunyit, dan kencur. Pembuatan apotek hidup memiliki manfaat dalam menjaga imunitas tubuh dan sebagai alternatif pengobatan herbal. Tanaman apotek hidup dapat diolah sebagai obat herbal untuk pengobatan tradisional. Tujuan dari pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk mengedukasi warga Dusun Mranggen terkait kegunaan, tata cara penanaman, pemeliharaan, serta pemanfaatan tanaman apotek hidup. Metode yang digunakan adalah PAR (*participatory action research*) adalah pendekatan yang menggabungkan penelitian dan aksi untuk meningkatkan kesadaran kritis dan memperbaiki kondisi serta praktek melalui perubahan dalam sebuah komunitas tertentu. Hasilnya, masyarakat semakin memahami cara menanam dan memanfaatkan tanaman herbal, serta berhasil memanfaatkan lahan kosong di sekitar rumah untuk menanam tanaman obat yang bermanfaat bagi kesehatan mereka

Kata kunci: Apotek hidup, Alternatif pengobatan herbal, Obat herbal

How to cite: Nurhardini, R., Ni'mah, C., Nursikin, M., Thowaf, S., & Kurniawan, R. A. (2024). Penanaman apotek hidup: menggali potensi tanaman obat dengan pendekatan Islami yang moderat untuk kesejahteraan masyarakat. *Tintamas: Jurnal Pengabdian Indonesia Emas*, 1(2), 112–120. <https://doi.org/10.53088/tintamas.v1i2.1029>



1. Pendahuluan

Kuliah Kerja Nyata (KKN) Moderasi Beragama adalah program Kuliah Kerja Nyata (KKN) yang berfokus pada penguatan moderasi beragama. Tujuan utamanya adalah untuk menciptakan masyarakat yang rukun, damai, dan makmur dalam menjalani kehidupan beragama. Program ini bertujuan untuk menghadirkan negara sebagai rumah bersama yang adil dan ramah bagi bangsa Indonesia.

Dengan demikian, Kuliah Kerja Nyata Moderasi Beragama adalah program yang sangat penting untuk mempromosikan toleransi dan kerukunan antar umat beragama di Indonesia. Kegiatan Kuliah Kerja Nyata yang dilaksanakan oleh Universitas Islam Negeri Salatiga dalam pengabdian inipun bertepatan dengan Kuliah Kerja Nyata Moderasi Beragama yang bertujuan untuk mempererat tali persaudaraan antar umat beragama, meminimalisir dan menghindari konflik antar umat beragama, menggali potensi budaya dalam masyarakat serta meningkatkan rasa toleransi terhadap perbedaan. Menurut Virdaus & Khaidarulloh (2021), kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang melibatkan konsep nilai-nilai moderasi beragama akan menciptakan dampak positif bagi masyarakat desa yang menjadi lokasi pengabdian.

Lokasi pengabdian ini bertempat di Dusun Mranggen, Desa Bejaten, Kecamatan Pabelan, Kabupaten Semarang, Provinsi Jawa Tengah. Dusun ini termasuk dalam kategori minim penduduk, terdiri dari kurang lebih 215 jiwa serta terdiri dari 3 RT dan 3 RW. Perumahan warga di RT 03 RW 03 merupakan mitra dari kegiatan pengabdian ini. Setiap rumah di lingkungan ini, memiliki lahan kosong atau pekarangan yang cukup luas. Warga memanfaatkan lahan kosong tersebut untuk menanam berbagai tumbuhan seperti sayur-sayuran dan buah-buahan.

Berdasarkan keadaan tersebut, penulis memutuskan untuk mengajak masyarakat agar dapat memanfaatkan lahan kosong yang tersedia di pekarangan mereka untuk ditanami tumbuhan yang dapat dijadikan obat herbal. Hal ini sesuai dengan salah satu aspek Kuliah Kerja Nyata Moderasi Beragama yaitu Pembangunan Berbasis Kearifan Lokal, yang menekankan pada pentingnya membangun masyarakat berbasis pada moderasi agama dan kearifan lokal. Masyarakat RT 03 di Dusun Mranggen memiliki kesadaran untuk mengkonsumsi obat-obat herbal untuk menjaga kesehatan dan memelihara serta meningkatkan imunitas tubuh. Namun, kesadaran masyarakat untuk memanfaatkan lahan kosong yang dimiliki untuk menanam tanaman obat sendiri masih sangat kurang.

Hubungan antara manusia dan tanaman sangatlah penting dalam kehidupan sehari-hari. Manfaat yang kita peroleh dari tanaman sangatlah banyak, namun masih ada banyak jenis tanaman di sekitar kita yang manfaatnya belum kita ketahui sepenuhnya. Kehadiran tanaman di dunia ini merupakan anugerah dan karunia dari Allah SWT yang diberikan kepada semua makhluk-Nya. Dalam QS. An-Naba' (80): 28-32 Allah SWT berfirman yang artinya: "*Lalu Kami tumbuhkan biji-bijian di bumi itu, 28). Anggur dan sayur-sayuran, 29). Zaitun dan kurma, 30). Kebun-kebun yang lebat, 31). Dan buah-buahan serta rumput-rumputan, 32). Untuk kesenanganmu dan binatang ternakmu.*"

Ayat Al-Qur'an di atas menggambarkan kekuasaan Allah SWT dalam menciptakan biji-bijian, sayuran, buah-buahan, dan rumput yang menjadi sumber makanan bagi manusia dan hewan ternak. Setiap jenis makanan ini memiliki manfaat yang beragam dan unik bagi tubuh manusia yang dapat dipelajari dalam kehidupan kita. Banyak sekali hal dari tumbuh-tumbuhan ini yang dapat kita pelajari untuk mendapatkan pemahaman yang lebih dalam serta pengetahuan tentang keajaiban yang terkandung di dalamnya.

Nabi Muhammad SAW bersabda yang artinya: *thalhah berkata," rasulullah pernah diberi buah safarjal lalu beliau bersabda,"ambilah buah itu karena dapat merelaksasikan hati."* (HR.Ibnu Majah). Dari hadist tersebut dapat diketahui bahwa dalam proses pengobatan Rasulullah SAW menggunakan tumbuhan-tumbuhan juga seperti pengobatan tradisional yang memanfaatkan tumbuhan sebagai obat tradisional. Hal ini menunjukkan bahwa lingkungan dan manusia tidak dapat dipisahkan antara satu dengan yang lain. Di masa sekarang pun kita juga dapat memanfaatkan tumbuhan herbal yang merupakan kearifan lokal untuk sebagai obat herbal tradisional.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Aseptianova pada tahun 2017, semua jenis tanaman obat yang mengandung senyawa kimia alami yang memiliki efek farmakologis dan aktivitas penting, bahkan berpotensi sebagai agen anti penyakit degeneratif. Oleh karena itu, tanaman obat sangat penting dalam pengobatan tradisional karena memiliki efek samping yang lebih sedikit dibandingkan dengan obat-obatan pabrik. Namun, pemahaman tentang penanaman apotek hidup pada pekarangan rumah masih belum banyak dipahami oleh warga RT 03, yang ditandai dengan sedikitnya halaman rumah yang menanam tanaman apotek hidup. Apotek hidup memiliki manfaat sebagai sumber obat-obatan jika ada anggota keluarga atau tetangga yang sedang sakit. Tanaman obat tradisional dapat mengobati berbagai penyakit dengan efek samping yang lebih sedikit. Oleh karena itu, penting untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran masyarakat tentang manfaat dan cara menanam tanaman apotek hidup (Nazhifah, dkk, 2022).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Hidayatulloh (2018), manfaat dari menanam apotek hidup adalah sebagai berikut: 1) Aman untuk kesehatan karena tidak memiliki efek samping, 2) Menghemat pengeluaran karena tanaman yang ditanam dapat digunakan sebagai obat-obatan, 3) Mudah diolah menjadi obat herbal yang lebih bermanfaat dan berkhasiat, 4) Meningkatkan penanaman tumbuhan terutama tanaman obat, 5) Membuat pekarangan rumah terlihat lebih asri, hijau, dan indah, 6) Menurunkan ketergantungan masyarakat terhadap obat-obatan kimia.

Tanaman apotek hidup dapat diolah sebagai obat herbal untuk pengobatan tradisional. Pengobatan tradisional merupakan pengobatan yang dilakukan secara turun temurun oleh masyarakat sebagai upaya penyembuhan berbagai penyakit. Pemanfaatan apotek hidup pada umumnya adalah untuk mengobati gangguan kesehatan keluarga yang berupa gejala-gejala ringan seperti demam, batuk, sakit perut, serta gatal-gatal.

Obat tradisional merupakan bahan ramuan berupa tumbuhan, bahan hewan, bahan mineral, sediaan sarian (galenik) atau campuran dari bahan tersebut yang secara turun temurun sudah digunakan untuk mengobati berdasarkan pengalaman. Obat tradisional bermanfaat untuk meningkatkan imun tubuh, namun bahan herbal memiliki kelemahan yang tidak dapat dirasakan dalam kurun waktu singkat. Manfaatnya baru dapat dirasakan jika dikonsumsi secara rutin, dengan begitu keuntungan dari mengkonsumsinya dapat bekerja secara optimal.

Pemanfaatan obat tradisional di Indonesia masih diminati, meskipun perkembangan pengobatan modern sangat pesat. Menurut hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2010, sebanyak 55,3% penduduk Indonesia mengonsumsi obat tradisional (jamu) untuk menjaga kesehatan. Dalam penelitian tersebut, 95% pengguna obat tradisional mengakui manfaat yang diperoleh dari obat tradisional yang mereka konsumsi.

Pemerintah juga telah menetapkan Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 9 Tahun 2016 yang bertujuan untuk mengembangkan kesehatan melalui pengelolaan mandiri pemanfaatan tanaman obat keluarga. Hal ini dilakukan untuk menjaga dan meningkatkan kesehatan serta mengobati gangguan kesehatan ringan secara mandiri. Salah satu faktor yang mempengaruhi tingginya penggunaan obat tradisional adalah efek samping yang lebih kecil karena bahan pengobatannya berasal dari bahan alami. Selain itu, biaya pengobatan dengan obat tradisional juga lebih terjangkau dibandingkan dengan pengobatan modern.

Salah satu metode untuk membudidayakan tanaman herbal adalah dengan melakukan penanaman apotek hidup. Apotek hidup adalah penggunaan lahan untuk menanam tumbuhan berkhasiat obat yang dapat digunakan untuk keperluan sehari-hari. Beberapa contoh tanaman yang dapat ditanam dalam apotek hidup adalah jahe, lengkuas, temulawak, kunyit, dan kencur. Pembuatan apotek hidup memiliki manfaat dalam menjaga imunitas tubuh dan sebagai alternatif pengobatan herbal. Selain itu, memanfaatkan lahan kosong sebagai apotek hidup juga dapat memenuhi kebutuhan dapur sehari-hari.

Oleh sebab itu, diperlukan penanaman apotek hidup pada lahan kosong yang dimiliki oleh warga Dusun Mranggen. Hal inilah yang membuat penulis memutuskan untuk mengajak ibu-ibu PKK untuk melakukan penanaman apotek hidup. Adapun tujuan dari pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk mengedukasi warga Dusun Mranggen terkait kegunaan, tata cara penanaman, pemeliharaan, serta pemanfaatan tanaman apotek hidup.

2. Metode Pengabdian

Pelaksanaan Kuliah Kerja Nyata Moderasi Beragama Tahun 2024 di Dusun Mranggen, Desa Bejaten dilaksanakan selama 45 hari sejak tanggal 15 Januari 2024 hingga 28 Februari 2024. Metode yang digunakan adalah PAR (*participatory action research*) atau riset partisipasi aktif. Metode PAR adalah pendekatan yang menggabungkan penelitian dan aksi untuk meningkatkan kesadaran kritis dan memperbaiki kondisi serta praktek melalui perubahan dalam sebuah komunitas

tertentu. Metode *participatory action research* lebih berfokus pada analisis isu-isu atau problem, PAR melibatkan kerjasama antara individu yang memberdayakan komunitas atau masyarakat (Ibrahim, dkk, 2021).

Kegiatan yang dilakukan dalam pengabdian ini meliputi menanam tanaman apotek hidup di lahan kosong yang terdapat di RT 03 RW 03 Dusun Mranggen, Desa Bejaten. Tanaman-tanaman apotek hidup yang ditanam meliputi jahe, lengkuas, kunyit, kunci, lidah buaya, dan sereh. Selain itu, juga dilakukan sosialisasi mengenai cara menanam, merawat, serta manfaat dari menanam tanaman apotek hidup. Tahap-tahap kegiatan dimulai dengan melakukan sosialisasi kepada ibu-ibu PKK di Dusun Mranggen dan kemudian dilanjutkan dengan penanaman apotek hidup.

Tabel 1. Rincian Tahap Kegiatan Pengabdian

No.	Metode Pengabdian	Kegiatan	Tujuan	Output
1.	Sosialisasi manfaat dan proses penanaman apotek hidup	Melakukan kegiatan sosialisasi tentang macam-macam tanaman apotek hidup, keuntungan yang diperoleh dari penanaman apotek hidup, serta memberikan penjelasan tentang prosedur penanaman apotek hidup kepada ibu-ibu PKK di Dusun Mranggen.	Meningkatkan <i>awareness</i> dan minat dari ibu-ibu PKK untuk memanfaatkan dan menanam tanaman apotek hidup.	Diharapkan ibu-ibu PKK mengetahui dan menyadari pentingnya tanaman yang berguna untuk kesehatan.
2.	Penanaman apotek hidup	Mencari bibit, mempersiapkan lahan, dan menanam apotek hidup.	Melatih kemandirian masyarakat sehingga saat ada anggota keluarga yang sakit, tanaman apotek hidup dapat dimanfaatkan sebagai obat.	Diharapkan ibu-ibu PKK memahami pemanfaatan apotek hidup untuk kesehatan, dan mampu berinovasi untuk membudidayakan tanaman apotek hidup.

3. Hasil Pengabdian

Lokasi penanaman apotek hidup bertempat di lahan kosong yang terletak di RT 03 RW 03 Dusun Mranggen, Desa Bejaten, Kecamatan Pabelan, Kabupaten Semarang dimana penanaman apotek hidup ini dilaksanakan bersama perwakilan ibu-ibu PKK Dusun Mranggen. Kegiatan pengabdian diawali dengan dilakukannya observasi serta koordinasi bersama perwakilan ibu-ibu PKK di dusun Mranggen yang bertujuan untuk mengetahui permasalahan yang dihadapi oleh masyarakat RT 03 RW 03. Sosialisasi

dilakukan oleh perwakilan kelompok 88 pada saat pertemuan rutin PKK pada tanggal 8 Februari 2024.



Gambar 1. Sosialisasi penanaman apotek hidup kepada ibu-ibu PKK Dsn. Mranggen



Gambar 2. Persiapan lahan untuk apotek hidup



Gambar 3. Penanaman apotek hidup bersama ibu-ibu PKK

Kegiatan pengabdian dilaksanakan melalui pemaparan mengenai apa saja manfaat tanaman obat dan khasiatnya. Tanaman obat yang ditanam antara lain jahe, lengkuas, kunyit, kunci, lidah buaya, dan sereh. Pada saat sosialisasi, materi yang disampaikan berupa power point yang berisi pengertian, manfaat, pengelompokan, serta macam-macam tanaman apotek hidup. Selama penyampaian materi, ibu-ibu PKK Dusun Mranggen sangat antusias memperhatikan dan menyimak dengan seksama. Berikut ini adalah jenis tanaman obat yang ditanam beserta manfaat serta cara penggunaannya:

Tabel 2. Jenis Tanaman Obat dan Khasiatnya

No.	Tanaman Obat	Kegunaan	Cara Penggunaan
1.	<p>Jahe</p> 	<p>Dapat melancarkan aliran darah, anti inflamasi, anti oksidan, meredakan nyeri, serta mengurangi batuk (Ramadhan, dkk, 2022).</p>	<p>Bersihkan jahe, haluskan atau potong-potong, kemudian rebus bersama air hingga menyusut. Minum sebanyak dua kali dalam sehari, pada pagi dan sore hari. Madu juga dapat ditambahkan dalam racikan ini.</p>
2.	<p>Lengkuas</p> 	<p>Dapat menjadi anti bakteri, anti jamur, anti peradangan, serta antiseptik dan antioksidan (Sanjaya & Ismono, 2017).</p>	<p>Rebus lengkuas bersama gula merah dan air kelapa, kemudian air rebusannya dapat diminum.</p>
3.	<p>Kunyit</p> 	<p>Dapat menyembuhkan malaria, sebagai antivirus, antibakteri, antioksidan, serta anti inflamasi dan meredakan nyeri haid (Shan & Iskandar, 2018).</p>	<p>Haluskan kunyit, tambahkan asam jawa, gula merah dan air. Rebus lalu minum airnya untuk meredakan nyeri haid.</p>
4.	<p>Kunci</p> 	<p>Sebagai peluruh dahak, obat cacung, penambah nafsu makan, membunuh sel kanker, serta meredakan nyeri perut (Atun & Handayani, 2017).</p>	<p>Cuci bersih kunci, potong kecil-kecil, tambahkan air kemudian blender hingga halus, saring airnya lalu tambahkan perasan jeruk nipis dan madu.</p>
5.	<p>Lidah Buaya</p> 	<p>Sebagai anti inflamasi, anti jamur, meregenerasi sel, menyuburkan rambut, mengontrol gula darah, serta menstimulasi kekebalan</p>	<p>Cuci bersih lidah buaya, ambil bagian gelnya lalu oleskan pada kulit atau rambut.</p>

No.	Tanaman Obat	Kegunaan	Cara Penggunaan
6.	 <p>Sereh</p>	<p>tubuh (Marhaeni, 2020).</p> <p>Mampu menurunkan hipertensi, mengontrol gula darah, serta menguatkan sistem syaraf (Maulana, dkk, 2023).</p>	<p>Potong-potong sereh, rebus lalu saring airnya. Tambahkan air lemon atau jeruk nipis.</p>



Gambar 4. Foto bersama ibu-ibu PKK setelah menanam apotek hidup

4. Kesimpulan

Apotek hidup merupakan kegiatan menanam tumbuhan berkhasiat obat yang sangat bermanfaat karena dapat menjadi sumber dalam pemeliharaan kesehatan dan menjadi alternatif dalam pengobatan penyakit. Program penanaman apotek hidup dengan memanfaatkan lahan kosong sangat bermanfaat bagi masyarakat Dusun Mranggen. Dengan penanaman apotek hidup, masyarakat Dusun Mranggen dapat mengamalkan sunnah Rasulullah untuk mengobati penyakit dan menjaga kesehatan dengan tanaman herbal sekaligus mendapatkan manfaat kesehatan.

Referensi

- Aseptianova. (2017). Efektifitas Pemanfaatan Tanaman Sebagai Insektisida Elektrik untuk mengendalikan Nyamuk Penular Penyakit DBD. *Bioeksperimen: Jurnal Peneletian Biologi*, 3(2).
- Atun, S., & Handayani, S. (2017). *Fitokimia Tumbuhan Temukunci (Boesenbergia rotunda): Isolasi, identifikasi Struktur, dan Sintesis Produk Nanopartikelnya*. K-Media.
- Hidayatulloh. (2018). Pembudidayaan Tanaman Apotik hidup Guna Meningkatkan Perekonomian Masyarakat. *Jurnal Pemberdayaan: Publikasi Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2).

- Ibrahim. (2021). Internalisasi Nilai-nilai Keagamaan Dalam Pembelajaran Holistic di Sekolah Kelurahan Tanah Beru. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(1).
- Marhaeni, L. (2020). Potensi Lidah Buaya (Aloe vera Linn) Sebagai Obat dan Sumber Pangan. *Botani*, 2(2).
- Maulana, I., Syari, D., Gulo, T. E. J., & Selay, R. E. P. (2023). Edukasi Pembuatan dan Pemanfaatan Tanaman Sereh Sebagai Minumana Kaya Khasiat. *Welfare: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(3).
- Nazhifah, Ginting, S. Z. D., & Adisri, N. D. (2022). Pemanfaatan Tanaman Apotik Hidup Pada Lahan Pekarangan di RT 04 RW 05 Kelurahan Air Putih Sebagai Obat-Obatan Herbal. *I-Com: Indonesian Community Journal*, 2(3).
- Ramadhan, Islami, N., & Ramadhian. (2022). Manfaat Jahe (Zingiber officinale) Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Rheumatoid Arthritis: Tinjauan Pustaka. *Agromedicine*, 9(1).
- Sanjaya, & Ismono. (2017). pengaruh Konsentrasi Ekstrak/Minyak Atsiri Lengkuas Terhadap Karakteristik Lotion Lengkuas [Laporan Penelitian]. In *Kebijakan Fakultas FMIPA*. Universitas Negeri Surabaya.
- Shan, C. Y., & Iskandar, Y. (2018). Studi Kimia dan Aktivitas Farmakologi Tanaman Kunyit (curcuma longa L.). *Famaka*, 16(2).
- Virdaus, D. R., & K, K. (2021). Pengabdian Masyarakat Berbasis Moderasi Beragama: Studi Implementasi KKN Nusantara IAIN Ponorogo Tahun 2021 di daerah 3 T, Konawe, Sulawesi Tenggara. *InEJ: Indonesian Engagement Journal*, 2(2).