Seuraya: Jurnal Pengabdian Masyarakat DOI:
Vol. 1, No. 1, April 2023, h. 24-28

Living Apothecary Garden: Healthy Living Solutions Based on Local Wisdom

Taman Apotek Hidup: Solusi Hidup Sehat Berbasis Kearifan Lokal

Alfian
Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam, Institut Agama Islam Negeri Langsa
*e-mail: alfian@iainlangsa.ac.id

Abstract

High rainfall causes a lot of standing water on the streets, and triggers the emergence of various diseases such as dengue fever. This phenomenon inspired us to create the Living Pharmacy Garden (TOGA Garden) work program. The Living Pharmacy Garden is a local wisdom-based garden which contains plants that can be used as medicine, such as: turmeric, galangal, ginger, ginger, papaya tree, aloe Vera, mother-in-law's tongue, cat's whiskers and other medicinal plants. the solution to existing problems, besides being useful for public health, this park also makes the village's vacant land more productive, the results of which can be used by all levels of the village community.
***Keywords**:* Parks, Living Pharmacy, and Local Wisdom

Abstrak

Curah hujan yang tinggi menyebabkan banyak genangan air di jalanan, dan memicu timbulnya berbagai penyakit seperti Demam berdarah. Fenomena tersebut, membuat kami terinspirasi untuk membuat program kerja Taman Apotek Hidup (TOGA Garden). Taman apotek hidup merupakan taman berbasis kearifan lokal yang berisi tumbuhan-tumbuhan yang dapat dijadikan obat, seperti : kunir, laos, jahe, temulawak, pohon pepaya, lidah buaya, lidah mertua, kumis kucing dan tanaman obat lainnya.Taman Apotek Hidup diharapkan dapat menjadi solusi atas permasalahan yang ada, selain berguna bagi kesehatan masyarakat, taman ini juga menjadikan lahan kosong milik desa menjadi lebih produktif yang mana hasilnya dapat dimanfaatkan oleh semua lapisan masyarakat desa Meurandeh.

Kata kunci: *Taman, Apotek Hidup, dan Kearifan Lokal*

Pendahuluan

Indonesia merupakan negara yang terkenal kaya akan tanaman obat-obatan herbal, seperti: kunyit, temulawak, jahe, binahong, pohon papaya, kumis kucing, lidah buaya, dll. Kesehatan adalah investasi jangka panjang yang sangat penting bagi manusia. Di era global, kesadaran masyarakat desa akan kesehatan masih rendah terbukti dari pola hidup masyarakat yang lebih sering mengkonsumsi obat-obatan kimia dibandingkan dengan mengkonsumsi obat-obatan herbal (Yasir & Asnah, 2018). Padahal dilihat dari efek samping, penggunaan obat-obatan kimia dapat menimbulkan masalah baru bagi kesehatan tubuh. Salah satu alasan masyarakat memilih mengonsumsi obat-obatan kimia karena harga relatif murah dan reaksi penyembuhan yang lebih cepat. Sebagaimana kita ketahui dengan mengkonsumsi obat-obatan kimia berlebihan dapat mengakibatkan kerusakan pada organ tubuh manusia (Priyana, 2023). Oleh

karena itu, program kerja Taman Apotek Hidup memiliki tujuan utama menyadarkan dan mengubah pola pikir masyarakat agar lebih peduli terhadap kesehatan dan mampu meminimalisir konsumsi obat-obatan kimia. Taman Apotek Hidup dapat menjadi solusi yang tepat bagi permasalahan saat ini.

Metode

Pelaksanaan dilakukan di Meurandeh, Langsa Lama Kota Langsa. Sedangkan waktu pelaksanaan dilakukan selama 1 bulan, dimulai 2 November sampai 25 Desember 2023.

Tujuan dari Program Kerja Taman Apotek Hidup adalah sebagai berikut:

1. Menyadarkan dan mengubah pola pikir masyarakat tentang kesehatan agar beralih dari konsumsi obat-obatan kimia ke obat-obatan herbal.
2. Taman Apotik Hidup dapat dijadikan sebagai alternatif obat-obatan herbal bagi masyarakat.
3. Taman Apotek Hidup dapat dijadikan sebagai media pembelajaran bagi masyarakat, terutama pelajar agar dapat mengenal berbagai jenis tanaman obat tradisional.

Pelaksanaan program kerja Taman Apotek Hidup dapat dilihat pada tabel berikut:

No.	Kegiatan	Minggu Ke-1	Minggu Ke-2	Minggu Ke-3	Minggu Ke-4
1.	Persiapan, meliputi pencarian alat dan bahan				
2.	Penanaman tanaman Obat-obatan				
3.	Perawatan tanaman Obat-obatan				
4.	Pembuatan Gazebo				
5.	Penataan tanaman Obat-obatan				

Hasil dan Pembahasan

Apotek Hidup adalah kesatuan makhluk hidup yang berupa tanaman atau tumbuhan yang memiliki khasiat dan kegunaan sebagai obat dari penyakit tertentu. Seperti telah di jelaskan pada bab pertama, apotek hidup sangatlah berguna bagi kelangsungan hidup manusia. Karena, untuk menyembuhkan suatu penyakit, tidak semuanya bisa diobati dengan obat-obatan modern (obat kimia), tetapi juga disembuhkan dengan menggunakan obat-obatan herbal (alami) (Reza, J. S, 2022).

Obat-obatan herbal atau obat tradisional lebih aman dikonsumsi daripada obat-obatan kimia, karena bersifat alami dan tidak menimbulkan dampak yang berbahaya bagi kesehatan manusia. Itulah sebabnya mengapa obat-obatan herbal lebih banyak dikonsumsi masyarakat.

Selain itu, harga dari obat-obatan herbal relatif murah sehingga dapat dijangkau oleh masyarakat berpenghasilan menengah ke bawah (Sumayyah, S & Salsabila, N, 2017).

1. Jenis Tanaman Obat Yang Ditanam

Adapun jenis tanaman obat yang kami tanam adalah sebagai berikut:

1. Lidah buaya
2. Sirih
3. Lengkuas
4. Temulawak
5. Jinten
6. Jahe
7. Bawang Merah
8. Mahkota Dewa
9. Daun Imbo
10. Kumis Kucing
11. Sambiloto
12. Mengkudu (pace)
13. Jeruk Nipis
14. Begonia
15. Melati
16. Daun Salam
17. Jambu Biji
18. Daun Binahong

3. Kegunaan atau khasiat tanaman obat secara umum

a. Lidah buaya:

Tanaman ini sudah lama dikenal sebagai tanaman penyubur rambut. Manfaat lainnya adalah dapat meredakan batuk.

b. Sirih:

Dikenal karena memiliki kandungan antiseptik yang baik. Anda juga dapat menggunakannya untuk meredakan batuk.

c. Lengkuas:

Selain sebagai bumbu dapur, lengkuas dapat menyembuhkan panu pada kulit.

d. Temulawak:

Bermanfaat mengatasi penyakit kuning.

e. Jinten:

Bila ada anggota keluarga yang panas, gunakan daun jinten untuk menurunkan panas. Bermanfaat juga untuk melancarkan ASI bagi ibu yang sedang menyusui.

f. Jahe:

Dapat digunakan untuk menyembuhkan batuk dan rematik karena menghasilkan rasa hangat.

g. Bawang Merah:

Bumbu dapur yang terkenal ini juga bermanfaat untuk mengobati masuk angin.

h. Mahkota Dewa:

Tanaman yang telah terkenal sebagai tanaman obat. Dapat menyembuhkan penyakit darah tinggi.

i. Kumis Kucing:

Dapat digunakan untuk meredakan sakit pinggang, kencing batu.

j. Sambiloto:

Rasanya yang pahit dipercaya dapat mengobati berbagai penyakit. Anda dapat menggunakan daunnya untuk menyembuhkan penyakit tifus dan penurun panas.

k. Mengkudu (pace):

Buah yang bermanfaat banyak untuk tubuh. Dengan mengkonsumsi buahnya dapat meredakan osteoporosis.

l. Jeruk nipis:

Buah yang asam dapat dimanfaatkan untuk meredakan batuk.

m. Daun Salam:

Air rebusan daun salam mampu mengatasi penyakit maag dan juga mampu menurunkan kadar gula dalam darah dengan cepat sehingga bagus untuk penderita diabetes.

n. Jambu Biji:

Jambu biji juga memiliki khasiat. Daunnya dapat digunakan untuk mengatasi penyakit buang air atau diare. Fungsi daunnya mampu membuat keras feses sehingga mengurangi buang air besar. Jus buahnya juga baik untuk kesehatan karena mengandung banyak vitamin C serta baik untuk penderita demam seperti DBD.

o. Daun Binahong:

Daun Binahong dapat menyembuhkan luka dalam dan luar seperti setelah operasi, typus, maag, radang usus dan ambeien. Dapat pula mengatasi pembengkakan dan

pembekuan darah, memulihkan kondisi lemah setelah sakit, rematik, luka memar terpukul, asam urat dan mencegah stroke. Daun Binahong juga bisa digunakan sebagai obat kencing manis, diabetes.

4. Cara Merawat Tanaman Apotek Hidup

Tata cara perawatan tanaman obat tidak jauh berbeda dengan tanaman hias. Tanaman obat lebih mudah tumbuh dimana pun, terutama pada tanah yang memiliki unsur hara yang tinggi. Perawatannya cukup dengan disiram air secara rutin dan diberi pupuk organik. Selain itu tanaman obat umumnya lebih kuat menghadapi berbagai penyakit atau hama, karena memiliki kandungan zat alami untuk mengatasinya, sehingga anda tidak perlu memberikan pestisida.

Untuk membuat apotek hidup yang indah dan bermanfaat ada beberapa hal yang perlu diperhatikan. Misalnya, warga perlu menyerasikannya dengan tanaman dan elemen lainnya dalam taman, sehingga tidak merusak penataan taman. Selain itu, warga juga perlu mengetahui manfaat dari masing-masing tanaman obat dan berapa pemakaian yang sesuai.

Kesimpulan

Dari berbagai uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwa Program kerja Taman Apotek Hidup merupakan program kerja yang bertujuan untuk memanfaatkan lahan desa agar lebih produktif dan memiliki manfaat bagi masyarakat terutama dalam bidang kesehatan.

Taman Apotek Hidup diharapkan dapat bermanfaat bagi masyarakat serta harapannya masyarakat dapat membantu untuk merawat Taman tersebut, agar tetap tumbuh subur dan memberi profitabilitas bagi seluruh warga Desa Meurandeh.

Daftar Pustaka

Priyana, P. 2023. Sosialisasi Bahaya Obat Kimia pada Obat Jamu Tradisional dipandang dari Aspek Hukum Kesehatan. Jurnal Pengabdian Masyarakat I-Com: Indonesian Community Journal. E-ISSN: 2809-2031 (online) | P-ISSN: 2809-2651. Vol. 3 No. 1 Maret 2023, Hal. 186-197.

Reza, J. S. 2022. Upaya Pemberdayaan Apotek Hidup dan Pentingnya Tanaman Obat dalam Menjaga Imunitas Tubuh Selama Pandemi Covid-19. Jurnal Riset dan Pengabdian Masyarakat. Vol. 2, No. 1, 57-66.

Sumayyah, S & Salsabila, N. 2017. Obat Tradisional: Antara Khasiat dan Efek Sampingnya. Majalah Farmasetika, e-ISSN: 2528-0031. Vol.2 No.5, 2017

Yasir, M. & Asnah. 2018. Pemanfaatan Jenis Tumbuhan Obat Tradisional di Desa Batu Hamparan Kabupaten Aceh Tenggara. Jurnal Biotik, ISSN: 2337-9812, Vol. 6, No. 1, Ed. April 2018, Hal. 17-34.