

## MENINGKATKAN IMUNITAS MASYARAKAT DI MASA PANDEMI COVID-19 MELALUI PEMBUATAN APOTEK HIDUP DENGAN MEMANFAATKAN LAHAN KOSONG

Binar Dwiyanto Pamungkas<sup>1</sup>, Kamaruddin<sup>2</sup>, Marisa Sutanty<sup>3\*</sup>, Herwansyah<sup>4</sup>, Reka Wahyu Larazanty<sup>5</sup>

<sup>1-5</sup>Universitas Samawa, Sumbawa Besar, Indonesia

Penulis Korespondensi: [marishasutanty@gmail.com](mailto:marishasutanty@gmail.com)

| Article Info                                                                                                              | Abstrak                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Article History</b><br><i>Received: 02 June 2021</i><br><i>Revised: 15 June 2021</i><br><i>Published: 30 June 2021</i> | Desa Jorok adalah salah satu desa yang memiliki keunggulan alamiah berupa tanah yang subur. Namun, masih banyak lahan kosong yang berada di sekitar perumahan masyarakat yang belum dimanfaatkan secara optimal. Tujuan dari pengabdian kepada masyarakat ini adalah pemanfaatan lahan kosong menjadi apotek hidup. Kegiatan pengabdian dilaksanakan pada hari Sabtu 17 April 2021 di Desa Jorok Kecamatan Unter Iwes. Kegiatan ini terdiri dari sosialisasi dan pelatihan kepada masyarakat tentang optimalisasi pemanfaatan lahan kosong sebagai apotek hidup sebagai sarana edukasi kepada masyarakat terkait pentingnya pemanfaatan lahan dan budidaya tanaman obat. Melalui kegiatan ini, diharapkan masyarakat memperoleh pengetahuan dan keterampilan dalam pemanfaatan lahan menjadi apotek hidup sehingga dapat membuat lahan kosong masyarakat menjadi lebih bermanfaat. |
| <b>Keywords</b><br><i>Imunitas;</i><br><i>Covid-19;</i><br><i>Apotek Hidup;</i><br><i>Lahan Kosong;</i>                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |

### PENDAHULUAN

Bulan Maret 2020, WHO mengumumkan bahwa dunia sedang menghadapi suatu pandemi yang disebut dengan *Corona Virus Infectious Disease 2019* atau Covid-19. Penyebaran Covid-19 yang cukup luas membawa banyak dampak bagi masyarakat dan terkhusus pasien Covid-19 sendiri. Salah satu dampaknya ialah kehilangan nyawa, penurunan ekonomi, terkendala aktivitas pendidikan, dan sosial. Virus ini tidak hanya mempengaruhi kondisi fisik, namun juga pada kesehatan mental dan kualitas hidup dari pasien (Rosyanti & Hadi, 2020).

Covid-19 adalah jenis virus baru yang menyerang imunitas tubuh serta dapat menyebabkan kematian. Pada masa pandemi Covid-19 ini, masyarakat perlu menjaga kebersihan dan kesehatan, salah satunya dengan 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. Fungsi sistem imun bagi tubuh adalah sebagai pertahanan tubuh, yakni menangkal benda asing, sebagai keseimbangan fungsi tubuh, dan berfungsi sebagai suatu pengintai untuk menghancurkan sel-sel yang bermutasi (Koesoemawati, dkk. 2020).

Indonesia merupakan salah satu negara agraris dengan mayoritas penduduk bermata pencaharian sebagai petani dengan kegiatan bercocok tanam. Sebagai negara agraris, Indonesia memiliki beragam sumber daya baik di daratan maupun di perairan. Desa Jorok Kecamatan Unter Iwes Kabupaten Sumbawa adalah salah satu desa yang memiliki sumberdaya yang melimpah pada sektor pertanian. Hal itu dikarenakan letak topografi Desa Jorok yang berada diantara perbukitan dan dialiri oleh sungai yang mengalir sepanjang tahun sehingga membuat permukaan tanahnya subur dan sangat cocok untuk pertanian.

Namun, masih banyak lahan kosong yang berada di sekitar perumahan masyarakat yang belum dimanfaatkan secara optimal, padahal lahan kosong tersebut jika dikelola akan dapat memberikan keuntungan bagi rumah tangga dan keluarga yang mampu mengelolanya. Salah satu pengolahan lahan kosong yang dapat diterapkan pada pekarangan di sekitar perumahan masyarakat adalah dengan melakukan budidaya tanaman apotek hidup.

Apotek hidup merupakan kegiatan pemanfaatan sebagian lahan dengan menanam tanaman obat-obatan untuk keperluan sehari-hari. Apotek hidup merupakan istilah penggunaan lahan yang ditanami tumbuhan yang berkhasiat untuk obat secara tradisional. Banyak obat-obatan tradisional yang dapat digunakan untuk mengobati berbagai penyakit. Obat tradisional umumnya lebih aman karena bersifat alami dan memiliki efek samping yang lebih sedikit dibandingkan obat-obat buatan pabrik (Syarif & Soeprapto, 2011).

Menanam tanaman obat-obatan relatif lebih mudah dan murah karena dapat dibudidayakan dengan memanfaatkan sebidang tanah kosong baik di halaman rumah, ladang, ataupun kebun. Selain itu, pada masa pandemi ini adalah banyak waktu luang masyarakat untuk tetap di rumah. Meskipun aktivitas warga di luar rumah terbatas, pemenuhan gizi keluarga tidak boleh diabaikan dan tetap harus terpenuhi. Salah satu solusinya, sekaligus sebagai pemanfaatan waktu luang, adalah masyarakat harus mulai mengoptimalkan lahan kosong yang dimilikinya sebagai sumber pangan keluarga (Suhartinia, dkk. 2020).

Budidaya tanaman apotek hidup dengan memanfaatkan lahan kosong pada kondisi pandemi saat ini merupakan langkah yang tepat karena dapat digunakan sebagai obat-obatan tradisional guna mengobati atau mengatasi berbagai penyakit serta meningkatkan imunitas tubuh. Sosialisasi dan pelatihan kepada masyarakat tentang optimalisasi pemanfaatan lahan kosong sebagai apotek hidup sangat penting untuk dilakukan, sebagai sarana edukasi kepada masyarakat terkait pentingnya pemanfaatan lahan dan budidaya tanaman obat yang sewaktu-waktu dapat dimanfaatkan oleh masyarakat. Selain sebagai obat, keberadaan apotek hidup pada permukiman masyarakat memiliki manfaat lainnya, seperti lingkungan menjadi lebih asri dan indah. Sedangkan dari sisi ekonomi, masyarakat dapat menghemat pengeluaran untuk membeli obat-obatan yang dibutuhkan serta sebagai peluang bisnis baru untuk mengisi kekosongan di masa pandemi. Kegiatan ini bertujuan untuk mengedukasi masyarakat tentang bagaimana memanfaatkan lahan yang ada menjadi apotek hidup yang memiliki banyak sekali manfaat. Diharapkan melalui kegiatan ini, masyarakat memperoleh pengetahuan dan keterampilan dalam pemanfaatan lahan menjadi apotek hidup sehingga dapat membuat lahan kosong masyarakat menjadi lebih bermanfaat.

## **METODE**

Kegiatan sosialisasi dan pelatihan terkait optimalisasi pemanfaatan lahan kosong sebagai apotek hidup ini dilaksanakan pada hari Sabtu, 17 April 2021 berlokasi di Desa Jorok Kecamatan Unter Iwes Kabupaten Sumbawa. Kegiatan ini dihadiri oleh 50 orang peserta yang terdiri dari mahasiswa, dosen, pemerintah dan masyarakat Desa Jorok. Tahapan kegiatan ini dimulai dengan

melakukan survei lokasi untuk menentukan lokasi pembangunan apotek hidup. Selanjutnya dilakukan sosialisasi tentang pentingnya pemanfaatan lahan dan budidaya tanaman yang berguna untuk kesehatan. Acara diakhiri dengan memberikan pelatihan pembuatan apotek hidup.

**Tabel 1. Tahapan Kegiatan**

| No. | Tahapan Kegiatan | Kegiatan                                                                                      | Tujuan                                                                                                                | Output                                                                                                                                                                                                             |
|-----|------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1   | Suvei Lokasi     | Mengumpulkan informasi terkait lokasi yang tepat untuk pembuatan apotek hidup.                | Agar program pembuatan apotek hidup berjalan dengan baik dan tepat sasaran.                                           | Desa Jorok memiliki lahan kosong yang berada di samping kantor desa. Keberadaannya sangat strategis dipusat desa sehingga diharapkan dapat menjadi pusat pelaksanaan kegiatan pelayanan kesehatan bagi masyarakat. |
| 2   | Sosialisasi      | Memberikan materi sosialisasi mengenai pentingnya pemanfaatan lahan dan budidaya tanaman obat | Agar masyarakat memiliki pengetahuan tentang pentingnya pemanfaatan lahan dan teknik budidaya tanaman obat            | Memiliki pengetahuan tentang pentingnya pemanfaatan lahan dan teknik budidaya tanaman obat sehingga memicu minat masyarakat untuk menanam tanaman apotek hidup.                                                    |
| 3   | Pelatihan        | Praktek membuat apotek hidup                                                                  | Agar masyarakat memiliki keterampilan dalam membuat apotek hidup dan dapat mengelola tanaman menjadi obat tradisional | Memiliki keterampilan dalam membuat apotek hidup dan dapat mengelola tanaman menjadi obat yang dibutuhkan serta dapat menciptakan inovasi baru sebagai penunjang ekonomi masyarakat.                               |

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Sistem kekebalan tubuh yang kompleks dan terintegrasi membutuhkan beberapa mikronutrien spesifik, termasuk vitamin A, D, C, E, B6, B12, folat, zink, besi, tembaga, dan selenium. Imunitas merupakan suatu sistem pertahanan yang berperan dalam mengenal, menghancurkan, serta menetralkan benda-benda asing atau sel-sel abnormal yang berpotensi merugikan bagi tubuh. Kemampuan tubuh untuk menahan atau menghilangkan benda asing serta

sel-sel abnormal disebut imunitas. Imunitas yang rendah pada manusia akan menyebabkan mudahnya terpapar penyakit atau virus salah satunya adalah akan mudah terpapar Covid-19.

Budidaya tanaman apotek hidup dengan memanfaatkan lahan kosong pada kondisi pandemi saat ini merupakan langkah yang tepat karena dapat digunakan menjadi obat-obatan tradisional sebagai solusi mahalnya obat-obatan kimia yang banyak beredar di pasar. Pada kegiatan ini, kami mengajak masyarakat Desa Jorok untuk ikut berpartisipasi dalam memanfaatkan lahan kosong menjadi apotek hidup sehingga masyarakat dapat menyediakan secara mandiri obat-obatan yang dibutuhkan.

Pembuatan apotek hidup dilakukan secara bersama oleh seluruh peserta, dengan tujuan menumbuhkan rasa peduli dan memiliki terhadap apotek hidup sehingga akan terus menjaga keberlangsung apotek hidup tersebut. Kegiatan selanjutnya adalah menyiapkan lahan, media tanam dan bibit tanaman obat yang akan dibudidayakan. Selain bibit yang telah disediakan, masyarakat diajak untuk turut aktif dalam pengumpulan bibit tanaman sesuai kebutuhan sehingga tanaman obat yang akan ditanam diharapkan dapat dimanfaatkan secara langsung oleh masyarakat.



**Gambar 1. Proses Penyiapan Lahan dan Media Tanam**

Tanaman yang dibudidaya pada apotek hidup adalah jahe (*zingiber officinale*), lengkuas (*alpinia pyramidata*), kencur (*kaemferia galangal*), dan sereh (*andropogon natrus*). Jahe (*zingiber officinale*) memiliki manfaat yang dapat digunakan untuk membantu proses detoksifikasi dan mencegah penyakit kulit, melindungi dari kanker serta anti peradangan. Lengkuas (*alpinia pyramidata*) merupakan rempah yang kaya akan antioksidan yang bermanfaat melawan penyakit dan melindungi sel dari radikal bebas. Manfaat kencur (*kaemferia galanga*) adalah sebagai pengobat diare, migrain, meningkatkan energi, dan mengatasi kelelahan atau dikenal dengan meningkatkan imun. Kencur juga dapat digunakan sebagai anti inflamasi, *expectorant*, asma dan lain-lain. Sereh (*andropogon natrus*) berkhasiat untuk memberikan rasa hangat pada tubuh.

Jahe (*Zingiber Officinale*)Lengkuas (*Alpinia Pyramidata*)Kencur (*Kaemferia Galanga*)Sereh (*Andropogon Natrus*)

### Gambar 2. Jenis Tanaman yang Dibudidayakan

Kegiatan sosialisasi dan pelatihan terkait optimalisasi pemanfaatan lahan kosong sebagai apotek hidup ini dilaksanakan secara langsung berlokasi di Desa Jorok Kecamatan Unter Iwes Kabupaten Sumbawa. Kegiatan ini dihadiri oleh 50 orang yang terdiri dari unsur mahasiswa, dosen, pemerintah dan masyarakat Desa Jorok. Cara penanaman yang sederhana dan dapat dilakukan di pekarangan rumah, membuat masyarakat tertarik untuk membudidayakan tanaman obat tersebut. Adapun manfaat yang diperoleh dari pembudidayaan tanaman apotek hidup dengan memanfaatkan lahan kosong ini adalah dapat memanfaatkan pekarangan rumah dengan sebaik mungkin, sebagai sarana untuk menyediakan obat-obatan tradisional bagi masyarakat di tengah pandemi Covid-19, serta sebagai sarana untuk menjaga kesehatan atau imunitas tubuh dengan mengolah tanaman obat tersebut.

Mengingat Desa Jorok adalah salah satu desa agraris yang memiliki sumberdaya yang melimpah pada sektor pertanian, maka melaksanakan kegiatan ini berarti ikut serta dalam mengembangkan ekonomi kreatif dengan melestarikan kearifan lokal. Masyarakat sangat tertarik mengikuti kegiatan ini karena dapat menambah pengetahuan dan keterampilan yang dapat diterapkan di lingkungan perumahan tempat tinggal mereka sehingga dapat membuat lahan kosong yang mereka miliki menjadi lebih bermanfaat. Selain itu, keberadaan apotek hidup pada permukiman masyarakat membuat lingkungan menjadi lebih asri dan indah. serta dapat menghemat pengeluaran untuk membeli obat-obatan yang dibutuhkan dapat menjadi peluang bisnis baru untuk mengisi kekosongan di masa pandemi.

## KESIMPULAN

Dari kegiatan pengabdian yang dilaksanakan di Desa Jorok Kecamatan Unter Iwes oeh Tim pengabdian kepada masyarakat yang merupakan dosen Fakultas Ekonomi dan Manajemen Universitas Samawa (UNSA) Sumbawa Besar dapat diambil beberapa kesimpulan sebagai berikut: Kegiatan sosialisasi dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat Desa Jorok tentang optimalisasi pemanfaatan lahan kosong sebagai apotek hidup sebagai sarana edukasi kepada masyarakat terkait pentingnya pemanfaatan lahan dan budidaya tanaman obat. Pengelolaan apotek hidup di pekarangan dapat ditingkatkan menjadi produk yang memiliki nilai ekonomis.

## DAFTAR PUSTAKA

- Koesoemawati, R. D., & Novrina, D. L. (2020). Upaya Pencegahan Penularan Covid-19 di Br. Karang Sari, Desa Dangin Puri Kaja. *Prosiding Seminar Regional Pengabdian Kepada Masyarakat UNMAS Denpasar di Masa Pandemi Covid-19*. 537-546.
- Martino, Y. A., Sulistyowati, E., & Purnomo, Y. (2018). Model Pemberdayaan Santri Ponpes Al-Hidayah Batu Malang Sebagai Kader Kesehatan Berbasis Terapi Herbal. *JIPEMAS: Jurnal Inovasi Hasil Pengabdian Masyarakat*, 1 (2). 86-93.
- Rosyanti, Lilin dan Hadi, Indriono. (2020). Dampak Psikologis Dalam Memberikan Perawatan dan Layanan Kesehatan Pasien Covid-19 Pada Tenaga Profesional Kesehatan. *HIJP: Health Information Jurnal Penelitian*, 12 (1). 107-130.
- Syarif, P., Suryotomo, B., & Soeprapto, H. (2011). Diskripsi dan Manfaat Tanaman Obat di Pedesaan Sebagai Upaya Pemberdayaan Apotik Hidup (Studi Kasus di Kecamatan Wonokerto). *PENA: Jurnal Ilmu Pengetahuan dan Teknologi*, 21 (1). 20-32.
- Suhartinia, S.H., Savitria, S., Ariania, M., & Syawal, R. (2020). *Dampak Pandemi Covid-19 Perspektif Adaptasi dan Resiliensi Sosial Ekonomi Pertanian*. Jakarta: IAARD PRESS.