

Pemberdayaan Masyarakat Rt 004/011 melalui Kegiatan Bercocok Tanam Tanaman Herbal untuk Meningkatkan Produktivitas di Masa Pandemi

Ratna Dewi Kartikasari¹, Lidyatul Izah², Happy Indira Dewi³, Ahmad Chaidir⁴

^{1,2,3,4}Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jl. KH. Ahmad Dahlan, Ciputat, Cirende, Kota Jakarta Selatan Daerah Khusus Ibukota Jakarta, 15419

E-mail : ratna.dewikartikasari@umj.ac.id , ahmadchaidir41@gmail.com

ABSTRAK

Di tengah masa pandemi *Covid-19* ini, banyak masyarakat yang kegiatannya terganggu. Terlebih pada kegiatan pekerjaan, sekolah dan juga kegiatan masyarakat lainnya. Tanaman herbal atau tanaman obat merupakan tanaman yang mempunyai manfaat sebagai obat untuk mencegah dan menyembuhkan penyakit. Tanaman obat digunakan sebagai obat dapat dengan cara diminum, dihirup, menggunakannya untuk mandi atau mencuci bahkan ditempel. Hal ini biasanya disebut sebagai pengobatan tradisional. Kegiatan ini meliputi pemberdayaan masyarakat melalui kegiatan bercocok tanam tanaman herbal, berupa jahe, kunyit dan sereh. Melalui kegiatan pemberdayaan masyarakat dengan bercocok tanam ini mampu memberikan pengetahuan kepada masyarakat dan juga dapat memberikan pengalaman dalam bercocok tanam.

Kata Kunci: tanaman herbal, pemberdayaan masyarakat, pandemi covid-19

ABSTRACT

In the midst of the Covid-19 pandemic, many people have interrupted their activities. Especially in work, school and other community activities. Herbal plants or medicinal plants are plants that have medicinal benefits to prevent and cure disease. Medicinal plants used as medicine can be taken by mouth, inhaled, or therapist for bathing. This is usually referred to as traditional medicine. This activity includes community empowerment in planting herbal plants, in the form of ginger, turmeric and lemongrass. Through community empowerment activities by farming, it is able to provide knowledge to the community and can also provide experience in farming.

Keywords: *herbal plants, community empowerment, covid-19 pandemic*

1. PENDAHULUAN

Tahun 2020 merupakan tahun yang penuh banyak cobaan, baik dari segi ekonomi, segi pendidikan, segi kemasyarakatan dan lainnya. Hal ini disebabkan karena adanya wabah penyakit *Covid-19* yang menyebar ke seluruh negara di bumi ini. Banyak masyarakat kehilangan mata pencarian ditengah masa pandemi seperti ini. Seperti halnya kehilangan pekerjaan akibat dari menurunnya ekonomi perusahaan sehingga perusahaan secara terpaksa harus mengurangi beban pengeluaran. Selain itu, mata pencarian masyarakat terkena dampaknya terlebih pada sektor jual-beli hal ini dikarenakan banyak masyarakat menahan uang untuk memenuhi kebutuhan utama keluarganya. Pada bidang pendidikan pun sama terkena imbasnya. Banyak pelajar serta guru harus belajar dari

rumah melalui jaringan internet. Begitu juga bidang perkantoran banyak karyawan harus bekerja dari rumah secara online.

Pada akhir tahun 2019 sampai memasuki tahun 2020 telah terjadi wabah penyakit *Covid-19* (*Corona Virus Disease 2019*) atau yang biasa disebut virus corona yang asal mula muncul di Kota Wuhan, Tiongkok (China). Wabah penyakit ini menyerang sistem pernafasan manusia. Virus ini dapat menyebabkan gangguan ringan, infeksi paru-paru yang berat hingga kematian. Virus ini dapat menyerang berbagai usia, baik anak-anak maupun bayi, orang dewasa hingga lansia termasuk juga ibu hamil dan menyusui. Penyakit ini menular sangat cepat dan menyebabkan hampir semua negara mengalami wabah penyakit ini hanya dalam hitungan bulan.

Menurut data statistik *google* pada tanggal 17 September 2020, total kasus *Covid-19* di dunia mencapai 29.893.298 kasus, sembuh sebanyak 20.335.410 dan meninggal dunia sebanyak 941.345. Negara peringkat tertinggi kasus positif *Covid-19*, yaitu Amerika Serikat dengan total kasus pertanggal 17 September 2020 sebanyak 6,72 juta kasus, sembuh sebanyak 3,65 juta dan meninggal sebanyak 100 ribu. Peringkat kedua ada negara India sebanyak 5,12 juta, pasien sembuh 4,03 juta dan meninggal dunia sebanyak 83.198. Sedangkan negara Indonesia jumlah pasien positif *Covid-19* sebanyak 233 ribu, pasien sembuh 167 ribu dan meninggal dunia 9.222 atau di bawah negara Filipina untuk wilayah tingkat Asean, yaitu Filipina mencapai 276 ribu pasien positif, 208 ribu pasien sembuh dan meninggal dunia 4.785.

Tingkat kematian akibat virus *Covid-19* tertinggi, yaitu kelompok usia 60 tahun dibandingkan dengan golongan usia lain. Bahkan berdasarkan jenis kelamin banyak dialami oleh penderita laki-laki dibandingkan perempuan.

Penderita virus corona (*Covid-19*) memiliki beberapa gejala yang dapat menyerupai gejala flu, seperti batuk, pilek, sakit tenggorokan dan sakit kepala. Untuk gejala umum dapat ditandai dengan demam suhu tubuh mencapai di atas 38°C, batuk kering dan sesak nafas. Bahkan gejala lain bisa muncul pada penderita *Covid-19*, tetapi jarang muncul, seperti ruam pada kulit, konjungtivitis atau mata memerah akibat radang pada selaput permukaan bola mata dan kelopak mata bagian dalam., kemampuan mencium bau atau mengecap rasa yang hilang serta sakit kepala.

Jika memiliki gejala penyakit tersebut, ada baiknya untuk melakukan isolasi mandiri di rumah selama 14 hari dan membatasi aktivitas dengan orang lain. Hal ini untuk memutus rantai penyakit dan juga penyembuhan diri. Tetapi, jika ingin memeriksa ke dokter, dapat dilakukan perjanjian terlebih dahulu supaya mengurangi risiko penularan virus corona.

Seseorang dapat tertular *Covid-19* disebabkan kontak jarak dekat dengan penderita *Covid-19*, menghirup percikan ludah atau *droplet* batuk atau bersin dari penderita *Covid-19*, dan tidak mencuci tangan ketika memegang mulut atau hidung setelah menyentuh benda yang terkena *droplet* penderita *Covid-19*. Dikarenakan penyakit ini dapat menular sangat cepat, maka dokter, perawat maupun tenaga

medis harus menggunakan APD singkatan dari Alat Pelindung Diri supaya tidak mengenai langsung kebagian tubuh tenaga medis. Seorang penderita *Covid-19* dapat dideteksi melalui pemeriksaan *Rapid Test* untuk mendeteksi antibodi yang diproduksi tubuh untuk melawan virus. Selain itu ada *Swab Test* atau biasa disebut tes PCR (Polymerase Chain Reaction), yaitu untuk mendeteksi virus Corona dalam dahak. Terakhir melalui *CT Scan* dengan merontgen dada untuk mendeteksi cairan di paru-paru penderita.

Meskipun penyakit ini dapat menular dengan cepat, tetapi dapat dicegah melalui dengan cara menjaga jarak dengan orang lain minimal satu meter, tidak berkerumun banyak orang, keluar rumah jika ada keperluan penting, menggunakan masker saat beraktivitas di luar rumah, menjaga kebersihan diri dengan mencuci tangan sebelum makan atau menyentuh panca indera, berolahraga secara rutin, istirahat yang cukup dan meningkatkan daya tahan tubuh dengan mengonsumsi makanan serta minuman yang bergizi.

Meningkatkan daya tahan tubuh di tengah masa pandemi *Covid-19* merupakan hal terpenting, dikarenakan virus ini menyerang sistem pertahanan tubuh yang lemah. Makanan dan minuman yang sehat dapat membantu untuk memenuhi sistem kekebalan tubuh agar terhindar dari berbagai penyakit. Beberapa jenis makanan yang dapat meningkatkan sistem kekebalan tubuh, diantaranya bayam, bawang putih, buah-buahan, brokoli, kunyit, yoghurt. Bayam memiliki banyak kandungan beta karoten, vitamin C serta vitamin A yang efektif untuk memperkuat sistem kekebalan tubuh, tetapi jika memasak bayam jangan terlalu lama untuk menghindari terbuangnya nutrisi. Selanjutnya bawang putih yang berfungsi untuk sistem kekebalan tubuh dengan cara merangsang aktivitas dan memproduksi sel darah putih. Bawang putih juga mampu membasmi parasit, bakteri dan virus serta mampu meredakan peradangan dan menurunkan risiko penyakit jantung. Buah-buahan juga dapat menjaga sistem kekebalan tubuh karena kaya akan antioksidan, mineral dan vitamin. Diantaranya ada beberapa jenis buah, seperti jambu, mangga, stroberi, lemon, jeruk, cabai dan pepaya. Selain itu, brokoli juga mampu menjaga dan meningkatkan sistem kekebalan tubuh dikarenakan mengandung banyak serat serta antioksidan dan vitamin A, vitamin C dan

vitamin E. Berikutnya ada rempah-rempahan kunyit. Kunyit ini mengandung kurkumin yang berperan sebagai antioksidan untuk menjaga fungsi kekebalan tubuh. Tidak hanya itu, yoghurt yang kaya akan probiotik juga mampu memperkuat sistem kekebalan tubuh dan dapat melindungi dari berbagai infeksi bakteri tertentu, seperti diare, ISPA dan infeksi saluran kemih.

Indonesia merupakan negara tropis yang banyak ditumbuhi oleh tanaman. Indonesia juga terkenal akan kekayaan rempah-rempahnya dan juga tanaman obat atau tanaman herbal. Menurut data lipi.go.id tahun 2015, Indonesia memiliki sekitar 30 hingga 50 ribu jenis tanaman, tetapi baru sekitar 7.500 tanaman yang dapat dimanfaatkan untuk obat. Di samping negara China dan India, Indonesia juga dikenal negara penghasil obat herbal.

2. METODE PENELITIAN

Pendekatan penelitian ini menggunakan kualitatif dengan jenis penelitiannya, yaitu studi deskriptif. Menurut Nanan Syaodih (2016) penelitian kualitatif merupakan suatu penelitian yang ditujukan untuk mendeskripsikan dan menganalisis fenomena, peristiwa, aktivitas sosial, sikap, kepercayaan, persepsi, pemikiran orang secara individual maupun kelompok. Pada penelitian kualitatif memiliki dua tujuan utama, pertama yaitu menggambarkan dan mengungkapkan serta kedua menggambarkan dan menjelaskan. Loncoln and Guba (1985) berpandangan penelitian kualitatif sebagai penelitian yang memiliki sifat naturalistik. Penelitian inibertumpu dari paradigma naturalistik, bahwa “kenyataan itu berdimensi jamak, peneliti dan yang diteliti bersifat interaktif, tidak bisa dipisahkan, suatu kesatuan terbentuk secara simultan dan bertimbal-balik tidak mungkin memisahkan sebab dengan akibat dan penelitian ini melibatkan nilai-nilai.

Perbedaan penelitian kuantitatif dengan kualitatif:

Penelitian Kuantitatif:

1. Berpijak pada konsep Positivistik.
2. Kenyataan berdimensi tunggal, fragmental terbatas, fixed.
3. Hubungan antara peneliti dengan objek lepas, penelitian dari luar dengan instrumen standar yang objektif.
4. Seting penelitian buatan lepas dari tempat dan waktu.
5. Analisis kuantitatif, statistik, objektif.

6. Hasil penelitian berupa inferensi, generalisasi, prediksi.

Penelitian Kualitatif:

1. Berpijak pada konsep naturalistik.
2. Kenyataan berdimensi jamak, kesatuan utuh, terbuka, berubah.
3. Hubungan peneliti dengan objek berinteraksi, penelitian dari luar dan dalam, peneliti sebagai instrumen, bersifat subjektif, judgment.
4. Seting penelitian alamiah, terkait tempat dan waktu.
5. Analisis subjektif, intuitif, rasional.
6. Hasil penelitian berupa deskripsi, interpretasi, tentatif-situasional.

Penelitian awal dilakukan dengan cara mencari data mengenai kegiatan masyarakat di kelurahan Pondok Cabe Ilir khususnya di jalan Selada 2 Rt004/011. Setelah data didapat, selanjutnya membuat analisis SWOT dan analisis sosial. Menganalisis di sini harus mengerucutkan dari beberapa peluang yang dapat dikembangkan ditengah masyarakat semasa pandemi berlangsung. Setelah itu, didapat hasil analisis berupa pemanfaatan bercocok tanam tanaman herbal khususnya jahe, kunyit dan sereh. Hal ini dikarenakan mudahnya mendapatkan bibit tanaman yang bisa ditemui di dapur rumah.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

GAMBARAN TANAMAN HERBAL

Tanaman herbal atau tanaman obat merupakan tanaman yang mempunyai manfaat sebagai obat untuk mencegah dan menyembuhkan penyakit. Tanaman obat dapat digunakan sebagian bahkan seluruh tanaman digunakan sebagai bahan atau ramuan obat-obatan. Tanaman obat digunakan sebagai obat dapat dengan cara diminum, dihirup, menggunakannya untuk mandi atau mencuci bahkan ditempel. Hal ini biasanya disebut sebagai pengobatan tradisional. Saat ini banyak masyarakat menggunakan sistem pengobatan tradisional. Menurut Stepanus (2011) penggunaan ramuan tradisional tidak hanya untuk menyembuhkan suatu penyakit tetapi juga untuk menjaga kesehatan serta memulihkan kesehatan.

Menurut peneliti LIPI Andria Agusta (2015), Indonesia memiliki sekitar 30 ribu

hingga 50 ribu jenis tanaman, tetapi hanya sekitar 7.500 yang dapat digunakan sebagai tanaman obat. Di Papua ada tanaman langka yang berfungsi untuk suplemen makanan, yaitu *Papuacedrus papuans* dan *Phyllocladus hypophyllus* ini memiliki senyawa asam transkomunat dan dapat menjadi tanaman antibiotik alami. Selain itu, terdapat tanaman sindur. Tanaman ini dapat menyembuhkan kulit terbakar dari hasil minyak sindur, tetapi untuk memisahkan senyawa murninya butuh penelitian lebih lanjut lagi.

Selain tanaman di atas, ada beberapa jenis tanaman lain yang dapat dimanfaatkan sebagai obat herbal. Diantaranya seperti:

a. Tanaman Jahe

Jahe memiliki banyak manfaat yang baik untuk manusia. Selain digunakan untuk bahan masakan, jahe juga dapat digunakan sebagai obat alami. Ware (2017) mengatakan bahwa jahe memiliki senyawa aktif, seperti gingerol, beta-caroten, capsaicin, asam cafeic, curcumin dan salicilat. Goulart (1995) menyebutkan jahe dimanfaatkan untuk mengobati batuk, mual-mual, vertigo, gangguan saat menstruasi, penyakit jantung, kanker, demam dan mabuk dalam perjalanan.

Diantaranya seperti mengatasi masalah pencernaan. Dikarenakan jahe memiliki kandungan *phenolic* yang mampu meredakan gejala iritasi gastrointestinal, mencegah kontraksi perut, membantu pergerakan makanan serta minuman selama berada dipencernaan dan juga menstimulasi air liur. Selain itu, jahe juga mampu memperkuat imun atau sistem kekebalan tubuh, dikarenakan jahe mengandung banyak vitamin C dan magnesium. Jahe juga mampu mencegah kanker, hal ini diketahui dari *US National Library of Medicine Institutes of Health* karena jahe mempunyai kandungan gingerol yang dapat mengecilkan pertumbuhan tumor pada penyakit kanker.

Sejumlah penelitian, jahe juga mampu untuk mengurangi rasa nyeri pada saat menstruasi. Jahe juga mampu meredakan rasa mual dan mencegah muntah baik karena efek samping pengobatan kanker, *morning sickness* dan vertigo. Adapun manfaat lainnya, yaitu

untuk meredakan rasa pusing yang cukup mengganggu aktivitas. Jahe bekerja dengan cara merangsang peredaran darah ke otak sehingga menjadi darah lancar.

Jahe tidak hanya berwarna putih saja, tetapi juga terdapat jenis lainnya, yaitu jahe merah. Jahe merah ini memiliki kulit berwarna kemerahan dan bagian dalamnya berwarna merah mudah sampai kekuningan. Jahe merah memiliki bentuk yang agak lebih kecil dari jahe biasanya serta rasanya lebih pahit dan pedas dari jahe biasa. Jahe merah juga dapat dimanfaatkan untuk mengobati batuk dengan cara mengiris jahe, kemudian jahe merah ditumbuk hingga halus dan diminum dengan menambahkan madu. Pengobatan ini dapat dilakukan dua kali sehari sebanyak tiga sendok makan.

b. Tanaman Kunyit

Kunyit sudah sangat dikenal oleh ibu-ibu sebagai bumbu masakan yang memiliki warna oranye. Bahkan banyak juga digunakan untuk jamu. Kunyit sendiri memiliki kandungan senyawa yang baik untuk kesehatan. Menurut Ir. Fauziah Muslisah dalam buku *Temu-temuan dan Empon-empon: Budidaya dan Manfaatnya* (1999) kunyit memiliki beberapa senyawa, diantaranya seperti minyak asiri, cineol, curcumene, sabinene, turmeron, phellandrene, borneol, caprilic acid, zingiberence, methozinnamic acid, camphene, tholymethy carbinol, zat warna kuning yang mengandung alkaloid curcumid, dan camphor.

Adapun manfaat kunyit sendiri, yaitu untuk menurunkan berat badan. Kunyit mengandung kurkumin ini mampu menekan respon peradangan pada sel tubuh, baik otot, pankreas dan lemak. Hal ini mampu menurunkan kadar gula darah serta gangguan metabolisme dalam tubuh dan kolesterol. Selain untuk menurunkan berat badan, kunyit juga mampu untuk meredakan nyeri haid, karena dapat melemaskan kontraksi rahim penyebab kram pada perut. Manfaat kunyit lainnya, yaitu mampu mengobati maag. Kurkumin pada kunyit dapat mengendalikan produksi asam lambung dan empedu yang berlebihan.

c. Tanaman Sereh

Selain untuk menambah cita rasa masakan, sereh juga berkhasiat untuk kesehatan manusia dan dapat dijadikan juga sebagai minyak aromaterapi. Sereh memiliki kandungan vitamin, seperti vitamin C, vitamin A, niasin dan folat, tetapi kandungan vitamin sereh hanya dapat memenuhi kebutuhan harian saja dikarenakan kandungan vitamin sereh yang relatif kecil. Sereh yang memiliki nama ilmiah *Cymbopogon citrates* ini memiliki ciri, seperti rumput jerami yang tingginya dapat mencapai 40 sampai 60cm, berumpun banyak. Pada bagian daun memiliki permukaan yang kasar dan daun berwarna hijau. Jika daun dihaluskan, maka akan mengeluarkan aroma yang wangi.

Kandungan pada sereh wangi berupa alkaloid, minyak atsiri, saponin, polifenol dan flavonoid. Kandungan saponin adalah kelompok glikosida yang terdiri dari aglikon bukan gula yang berikatan dengan rantai gula. Selain itu, kandungan flavonoid tersusun dari unsur flavon, flavonon. Isoflavon, antosianin dan leukoantosianidin yang berfungsi sebagai senyawa antimikroba dan antioksidan. Senyawa lain juga memiliki sebagai antimikroba, dikarenakan mampu melakukan penetrasi dalam membran sel, seperti senyawa flavonoid lipofilik.

Namun, mengonsumsi sereh untuk kesehatan harus diperhatikan, karena sereh memiliki efek samping. Adapun efek samping yang ditimbulkan dapat terjadi kelelahan hingga kelaparan, pusing, buang air kecil berlebihan dan mulut kering. Penggunaan minyak sereh yang berlebihan juga dapat merusak selaput lendir hati dan lambung. Bagi yang memiliki kulit sensitif, jangan oleskan minyak sereh secara langsung, tetapi encerkan terlebih dahulu dengan minyak lain. Dibalik beberapa efek samping, sereh juga mempunyai manfaat untuk kesehatan.

Manfaat sereh diantaranya dapat melawan radikal bebas, hal ini dikarenakan sereh mengandung beberapa antioksidan, seperti swertiajaponin, asam

klorogenat dan isoorientin. Sereh juga mampu mengontrol tekanan darah dengan kandungannya yang bernama kalium. Selain itu, sebuah penelitian mengungkap sereh mampu mengatasi gigi berlubang, karena sereh mengandung zat antimikroba yang dapat melawan bakteri berbahaya seperti *Streptococcus mutans*, yaitu bakteri penyebab rusaknya gigi.

d. Bunga Cengkeh

Cengkeh merupakan tanaman yang memiliki sifat khas, karena bagian akar hingga bunganya mengandung minyak atsiri. Kandungan minyak atsiri pada bunga cengkeh digunakan untuk mengobati infeksi kulit. Di dalam bunga cengkeh terdapat senyawa eugenol yang merupakan senyawa utama pada bunga cengkeh. Menurut Lutony (1994) kadar eugenol pada bunga cengkeh berkisar 78% - 95%.

e. Tanaman Saga

Tanaman saga merupakan tanaman yang digunakan sebagai antibakteri. Daun saga sangat efektif untuk mengobati batuk. Selain itu saga mampu mencegah serta menyembuhkan penderita sariawan, radang amandel dan sakit tenggorokan. Menurut Prajogo dkk (1993) ekstrak daun saga memiliki aktivitas antibakteri terhadap *Streptococcus pyogenes* yang merupakan bakteri penyebab radang tenggorokkan.

Pengolahan tanaman herbal dapat dilakukan dengan banyak cara, ada yang melalui cara dioleskan, diperas, digosokkan, diteteskan, dikunyah, digoreng, dipanggang, direbus, diparut, diremas, ditumbuk dan dijemur. Adapun pengolahan tanaman obat dengan cara direbus, antara lain daun sereh (*Cymbopogon citrates*), temulawak (*Curcuma xanthorrhiza*), pepaya (*Carica papaya*), pinang (*Areca catechu*), (*Annona muricata*), sambiloto (*Andrographis paniculata*), daun gedi (*Abelmoschus manihot*), kumis kucing (*Orthosiphon spicatus*), mahkota dewa (*Phaleria macrocarpa*), kembang bulan (*Tithonia diversifolia*), brotowali (*Tinospora crispa*), buah asam (*Tamarindus indica*), kejobeling (*Strobilanthes crispus*), mayana (*Solenostemon scutellarioides*), jambu biji

(*Psidium guajava*), sirih (*Piper betle*), duku (*Lansium domesticum*), bunga bintang (*Isotoma longiflora*), sambung nyawa (*Gynura procumbens*), bunga kenop (*Gomphrena globosa*), manggis (*Garcinia mangostana*).

Selain itu, pemanfaatan tanaman obat dengan cara diperas, yaitu jeruk nipis (*Citrus aurantifolia*), diminum langsung berupa kelapa gading (*Cocos nucifera* var. *eburnea*), dimakan langsung berupa kersen (*Muntingia calabura*), digosokkan ada tanaman ketepeng cina (*Cassia alata*), diseduh berupa lidah buaya (*Aloe vera*) dan diteteskan, yaitu ada pepaya (*Carica papaya*).

Pengolahan dengan cara ditumbuk, yaitu lengkuas (*Alpinia galanga*), sambiloto (*Andrographis paniculata*), sirsak (*Annona muricata*), srikaya (*Annona squamosa*), pinang (*Areca catechu*), ketepeng cina (*Cassia alata*), andong (*Cordyline fruticosa*), kunyit (*Curcuma domestica*), kacapiring (*Gardenia augusta*), daun temen (*Graptophyllum pictum*), jarak pagar (*Jatropha curcas*), kencur (*Kaempferia galanga*), cocor bebek (*Kalanchoe pinnata*), duku (*Lansium domesticum*), mengkudu (*Morinda citrifolia*), kelor (*Moringa oleifera*), patah tulang (*Pedilanthus pringlei*), lada (*Piper nigrum*), jambu biji (*Psidium guajava*), terung pipit (*Solanum torvum*), jahe merah (*Zingiber officinale* var. *rubrum rizophoma*), bangle (*Zingiber purpureum*).

KEADAAN MASYARAKAT JL. SELADA 2 RT004/011 PONDOK CABE ILIR SEMASA PANDEMI

Masyarakat di jalan Selada 2 Rt004/011 ini menjalani kehidupan sehari-hari sebagai ibu rumah tangga dan sebagian bekerja kantoran di sekitar DKI Jakarta dan Tangerang Selatan. Di tengah masa pandemi seperti ini kebanyakan masyarakat bekerja dari rumah sehingga waktu di rumah lebih banyak, terlebih anak-anak yang biasanya pergi bersekolah, tetapi mereka semua harus belajar dari rumah. Akibat dari banyaknya waktu di rumah, banyak warga mulai terasa jenuh sehingga mereka mengobatinya dengan kegiatan lain, seperti berolahraga dengan sepeda, senam, dan juga mengoleksi tanaman.

Di masa pandemi seperti ini memang telah mengubah kebiasaan sebelumnya yang dipenuhi dengan aktivitas di luar lingkungan, pekerjaan yang stabil, kegiatan masyarakat yang rutin dan kegiatan anak-anak yang penuh warna. Namun, ketika pandemi ini menyebar ke seluruh

wilayah, banyak sekali masyarakat yang terkena dampaknya, baik perekonomian, pendidikan, sosial maupun lainnya. Tentunya ini menjadi beban bagi masyarakat yang mempunyai ekonomi menengah ke bawah. Apalagi mereka yang mempunyai anak-anak sekolah, dimana sekarang kegiatan pembelajaran tatap muka dihentikan sementara dan digantikan dengan kegiatan pembelajaran *online* atau daring. Masyarakat yang mempunyai keuangan terbatas tentunya sangat menyulitkan karena mereka juga harus memenuhi kebutuhan hidup yang utama di samping pembelian kuota internet untuk belajar *online*. Belum lagi para ayah yang bekerja dan gajinya terpotong akibat tempat bekerjanya membatasi pengeluaran keuangan demi menghidupkan perusahaannya.

Tidak hanya mereka yang bekerja di kantor perusahaan, masyarakat yang kegiatan sehari-harinya berjualan pun ikut merasakan dampaknya. Penghasilan masukkan mereka harus berkurang drastis dikarenakan berkurangnya daya beli masyarakat di tengah masa pandemi seperti ini. Tentunya hal ini membuat masyarakat tidak nyaman dengan keadaan seperti ini.

PEMBERDAYAAN MASYARAKAT JL. SELADA 2 RT004/011 MELALUI KEGIATAN BERCOBOK TANAM

Pemberdayaan masyarakat memiliki tiga tujuan utama, yaitu mengorganisir masyarakat, mengembangkan kemampuan masyarakat dan mengubah perilaku masyarakat. Menurut Mardikanto & Soebiato (2015), pemberdayaan masyarakat merupakan suatu proses di mana masyarakat terutama mereka yang miskin sumber daya, kaum perempuan dan kelompok yang terabaikan lainnya didukung agar mampu meningkatkan kesejahteraannya secara mandiri. Sedangkan menurut Kurniati (2015) pemberdayaan masyarakat merupakan proses untuk memfasilitasi dan mendorong masyarakat agar mampu menempatkan diri secara proposional dan menjadi pelaku utama dalam memanfaatkan lingkungan strategisnya untuk mencapai suatu keberlanjutan dalam jangka panjang. Menurut Kartasmita (1997) pemberdayaan masyarakat meliputi berbagai sisi, diantaranya memperkuat potensi yang dimiliki oleh masyarakat, memberdayakan yang mengandung arti melindungi dan menciptakan suasana yang memungkinkan potensi masyarakat berkembang.

Adapun prinsip dasar pemberdayaan masyarakat, yaitu:

- a. Penayadaran, masyarakat harus sadar akan terdapatnya peluang-peluang yang ada di lingkungannya.
- b. Melalui pelatihan, yaitu untuk meningkatkan keterampilan pada diri masyarakat.
- c. Pengorganisasian, untuk membentuk individu yang bertanggung jawab akan tugas-tugasnya, terdapatnya sikap kepemimpinan dan pembagian tugas harus melibatkan semua usia serta gender.
- d. Pengembangan kekuatan yang bertujuan baik untuk mempengaruhi orang lain.
- e. Membangun dinamika supaya masyarakat mampu melaksanakan kegiatannya sesuai dengan rencana dan berani mengambil keputusan.

Adapun kegiatan pemberdayaan masyarakat di lingkungan Jalan Selada 2 Rt004/011, meliputi kegiatan menanam tanaman herbal berupa jahe, kunyit dan sereh. Masyarakat yang dilibatkan sebatas lingkungan rumah karena dimasa pandemi seperti ini sangat dilarang untuk mengumpulkan orang banyak supaya dapat menekan tersebarnya virus *Covid-19*. Kegiatan menanam ini hanya mengambil jenis tanaman jahe, kunyit dan sereh ini dikarenakan mudahnya mendapatkan bibit untuk ditanam. Bibit ini dapat diambil dari dapur rumah masing-masing, karena hampir setiap rumah pasti mempunyai jahe, kunyit dan sereh untuk memasak. Kegiatan pemberdayaan ini hanya diisi oleh anak-anak usia Sekolah Menengah Pertama di sekitar rumah, karena supaya anak-anak mendapatkan pengalaman yang kedepannya dapat diaplikasikan di dalam hidupnya.

Hal pertama yang dilakukan, yaitu memberikan pemahaman tentang manfaat dari tanaman obat khususnya jahe, kunyit dan sereh. Hal ini supaya anak-anak mengetahui apa saja kegunaan dari jenis tanaman tersebut. Setelah memberikan pemahaman, anak-anak diajak untuk belajar memulai bercocok tanam. Hal pertama, yaitu mencampurkan tanah bekas tanaman dengan pupuk kandang serta sekam. Kegiatan ini juga dapat melatih keberanian anak untuk tidak takut kotor. Pencampuran tanah bekas tanaman dengan pupuk kandang berfungsi untuk memperbarui unsur zat hara yang

dibutuhkan oleh tanaman supaya tanaman tumbuh dengan baik dan subur.



Gambar 1. Proses Pencampuran Tanah dengan Pupuk Kandang



Gambar 2. Pencampuran Tanah dan Pupuk Kandang dengan Sekam Padi

Setelah proses pencampuran tanah, pupuk kandang dan sekam, selanjutnya dengan memasukkan media ke dalam *polybag* atau kantong plastik khusus untuk tanaman. Penggunaan *polybag* juga dapat disesuaikan dengan benda lainnya, seperti ember bekas cat maupun pot tanaman hias yang berukuran besar. Pot yang digunakan ini berukuran besar, supaya ketika tumbuh umbi jahe dan kunyit dapat berkembang banyak serta memberi jarak untuk tumbuhnya tunas baru pada tanaman sereh, jahe dan kunyit. Selanjutnya setelah memasukkan media tanam ke dalam *polybag*, yaitu menanam bibit jahe, kunyit dan sereh ke dalam media tanam. Sebelumnya bibit jahe dan kunyit ini harus dicuci dan disimpan ditempat lembab untuk merangsang proses pertumbuhan tunas. Biasanya proses ini memakan waktu sekitar dua minggu. Jika tidak ditumbuhkan tunas terlebih dahulu, hal yang ditakutkan terjadinya pembusukan bibit di dalam tanah sehingga tunas tidak dapat tumbuh. Meskipun proses ini cukup

memakan waktu lama, disinilah anak-anak dapat belajar untuk sabar menunggu.



Gambar 3. Memasukkan Bibit Tanaman ke dalam Media Tanam

Ketika sudah memasukkan bibit tanaman ke dalam media tanam, selanjutnya *polybag* berisi bibit tanaman disiram dengan air, hal ini untuk merangsang pertumbuhan akar. Sesudah disiram dengan air, *polybag* berisi bibit tanaman ini disimpan di tempat yang tidak terlalu terkena terik matahari langsung, supaya tunas dan akar dapat bertumbuh dengan baik. Karena jika terkena sinar matahari langsung selama proses penyemaian, tunas pada tanaman akan layu dan pertumbuhan akar menjadi terhambat karena tanah akan menjadi cepat kering. Media tanam harus disiram sehari dua kali supaya tanah tetap lembab.

Setelah beberapa minggu, tunas yang tumbuh itu akan menjadi batang tanaman yang kuat. Selanjutnya tanaman dapat dipindahkan ke tempat yang terkena sinar matahari langsung, supaya tanaman mendapatkan nutrisi dari sinar matahari. Selama pertumbuhan tanaman, penyiraman tetap dilakukan dan usahakan kondisi tanah tidak kering. Hal tersebut agar tanaman tetap tumbuh baik dan tidak mati karena kekeringan. Usia panen untuk tanaman jahe yang baik itu berumur 10 sampai dengan 12 bulan. Sedangkan pada kunyit, usia panen berumur 12 sampai 12 bulan dan sereh usia panen berumur 8 bulan. Selama menunggu tanaman siap panen, perawatan pada tanaman tetap harus dilakukan dengan cara memberi pupuk pada tanaman, menyiramnya dengan air, menjaga tumbuhnya tanaman liar di sekitar tanah dalam *polybag* serta menjaga kebersihan dari sampah.



Gambar 4. Contoh Tanaman Jahe Berusia 5 Bulan



Gambar 5. Contoh Tanaman Kunyit Berusia 5 Bulan



Gambar 6. Contoh Tanaman Sereh Berusia 5 Bulan

KEGIATAN MASYARAKAT JL. SELADA 2 RT004/011 SETELAH KEGIATAN PEMBERDAYAAN

Setelah kegiatan pemberdayaan masyarakat melalui kegiatan menanam tanaman herbal atau tanaman obat, terdapat masyarakat yang memulai kegiatan bercocok tanam tanaman hias maupun sayur yang mudah ditanam seperti, kangkung, sawi, pakcoy bahkan daun bawang. Kegiatan masyarakat pun bertambah menjadi lebih berisi dengan adanya kegiatan menanam ini. Masyarakat pun dapat mengisi waktu luangnya semasa pandemi ini dengan kegiatan yang positif dan juga menyenangkan, sehingga beban pikiran menjadi berkurang dengan adanya kegiatan menanam ini.

4. KESIMPULAN

Tanaman herbal atau tanaman obat merupakan tanaman yang sangat bermanfaat sekali untuk pengobatan maupun menjaga kesehatan bagi manusia. Melalui kegiatan bercocok tanam tanaman herbal, dapat mengisi waktu luang yang banyak di rumah semasa pandemi berlangsung. Hal ini juga dapat mengobati rasa bosan dan menambah wawasan mengenai bercocok tanam. Terlebih jika bercocok tanam tanaman herbal yang hasilnya dapat dimanfaatkan untuk menjaga kesehatan semasa pandemi dan juga mengobati berbagai macam penyakit secara alami.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada Allah yang telah memberikan rahmat kepada pelaksana pengabdian sehingga KKNN daring ini dapat diselesaikan dengan lancar. Terima kasih kepada ketua RT 004/011, Bapak Armin yang telah mengizinkan kegiatan KKNN di lingkungannya untuk berbagi pengetahuan dan pengalaman dalam bercocok tanam tanaman herbal khususnya jahe, kunyit, dan sereh. Terima kasih kepada Ibu Ratna Dewi Kartikasari, M.Pd. selaku dosen pembimbing pelaksana pengabdian yang telah membimbing pelaksanaan KKNN hingga selesai dengan sangat baik.

DAFTAR PUSTAKA

Sukamdinata, Nanan Syaodih. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

- HUDA, M., Djayasinga, R., & NINGSIH, D. S. (2018). EFEKTIVITAS EKSTRAK BUNGA CENGKEH (*Eugenia aromatica*) TERHADAP PERTUMBUHAN BAKTERI *Staphylococcus aureus*. *Jurnal Analisis Kesehatan*, 7(1), 710. <https://doi.org/10.26630/jak.v7i1.934>
- Jumiarni, Wa Ode & Komalasari, Oom. (2017). Eksplorasi Jenis dan Pemanfaatan Tumbuhan Obat pada Masyarakat Suku Muna di Permukiman Kota Wuna. *Jurnal Pengobatan Tradisional*, 22(1), 45-56. Retrieved from <https://jurnal.ugm.ac.id/TradMedJ/article/download/24314/15835>
- Laksono, Bayu Adi & Rohmah, Nasyikhatur. (2019). Pemberdayaan Masyarakat Melalui Lembaga Sosial dan Pendidikan. *Jurnal Pendidikan Nonformal*, 14(1). Retrieved from <http://journal2.um.ac.id/index.php/JPN/article/view/8186/4456>
- Lestari Dewi, N.K., & Jamhari, M. (2017). Kajian Pemanfaatan Tanaman Sebagai Obat Tradisional Di Desa Tolai Kecamatan Torue Kabupaten Parigi Moutong. *E-Jip Biol*, 5(2), 1-19. Retrieved from <http://jurnal.untad.ac.id/jurnal/index.php/EBiol/article/view/9372>
- M., Kusniawati, D., Setyaningrum, B., Prasetyawati, E., & Islami, N. P. (2017). Pemberdayaan Masyarakat Berbasis Potensi Lokal Melalui Program Desa Wisata di Desa Bumiaji. *Sosioglobal: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Sosiologi*, 2(1), 59-72. <https://doi.org/10.24198/jsg.v2i1.15282>
- Redi Aryanta, I. W. (2019). MANFAAT JAHE UNTUK KESEHATAN. *Widya Kesehatan*, 1(2), 39-43. <https://doi.org/10.32795/widyakesehatan.v1i2.463>
- Retno Atun Khasanah, E. (2011). PEMANFAATAN EKSTRAK SEREH (CHYMBOPOGON NARDUS L.) SEBAGAI ALTERNATIF ANTI BAKTERI STAPHYLOCOCCUSEPIDERMIDIS PADA DEODORAN PARFUME SPRAY. *Pelita - Jurnal Penelitian Mahasiswa UNY*, 0(1).

- Widianto, E., Santoso, D. B., Kardiman, K., & Nugraha, A. E. (2019). Pemberdayaan Masyarakat tentang Pemanfaatan Tanaman Saga (*Abrus Precatorius* L) di Desa Tanahbaru Pakisjaya Karawang. *Aksiologi: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), 63. <https://doi.org/10.30651/aks.v4i1.2294>
- Pemberdayaan Masyarakat dalam Pembangunan Desa. (2011). Retrieved Sept 16, 2020, from Pemerintah Kabupaten Grobogan website: <https://grobogan.go.id/>
- Virus Corona. (2020). Retrieved Sept 16, 2020, from Alodokter website: <https://www.alodokter.com/>
- Indonesia Memiliki 7.500 Tanaman Obat. (2015). Retrieved Sept 16, 2020, from Lipi website: lipi.go.id
- Berbagai Manfaat Menakjubkan Kunyit untuk Kecantikan dan Kesehatan Tubuh. (2020). Retrieved Sept 18, 2020, from Hello Sehat website: <https://hellosehat.com/>
- Mengonsumsi Air Jahe Rutin dapat Memberikan 6 Manfaat Ini. (2020). Retrieved Sept 18, 2020, from Halodoc website: <https://www.halodoc.com/>