

Apotek Hidup sebagai Solusi Pengobatan Alami di Lingkungan Rumah melalui Pembuatan *Jasera Drink*

Maulita Saraswati¹, Yuyun Wahyuningsih², Gillberta Ananda Mulya³, Intan
Mega Pratiwi⁴, Mely Diah Saputri⁵, Mustafiya⁶, Angga Adhinata⁷, Amalia
Kurniasari⁸, Uut Ambarwati⁹

Program Studi Farmasi^{1,4}, Program Studi Keperawatan^{2,3,5,6,7,8}, Program Studi Kebidanan⁹
Universitas An Nuur

e-mail: maulita27@gmail.com

Abstrak

Indonesia memiliki potensi besar memanfaatkan tanaman obat melalui apotik hidup sebagai pengobatan alami. Namun, pemanfaatannya di rumah masih rendah karena kurang pengetahuan dan kecenderungan ke obat sintetis. Kegiatan ini meningkatkan pemahaman, kesadaran, serta keterampilan warga dengan membuat JASERA Drink dari jahe, sereh, dan gula merah. Metode partisipatif meliputi persiapan, observasi, edukasi, demonstrasi, praktik, pendampingan, dan evaluasi. Fokus pada penanaman jahe, sereh, kunyit, kencur serta pengolahan minuman herbal higienis. Hasil: pengetahuan dan keterampilan masyarakat meningkat signifikan, partisipasi serta antusiasme tinggi. Apotik hidup dan JASERA Drink jadi alternatif praktis, ekonomis, berbasis lokal. Kesimpulan: mendukung pengobatan alami di rumah, kemandirian kesehatan masyarakat, serta pelestarian tanaman obat berkelanjutan.

Kata Kunci: *Apotik Hidup, Tanaman Obat Keluarga, JASERA Drink, Minuman Herbal.*

Abstract

Indonesia has great potential to utilize medicinal plants through living pharmacies as natural remedies. However, its use at home is still low due to lack of knowledge and a tendency towards synthetic drugs. This activity increases the understanding, awareness, and skills of residents by making JASERA Drink from ginger, lemongrass, and brown sugar. Participatory methods include preparation, observation, education, demonstration, practice, mentoring, and evaluation. Focus on planting ginger, lemongrass, turmeric, galangal and processing hygienic herbal drinks. Results: Community knowledge and skills increased significantly, with high levels of participation and enthusiasm. Living Pharmacies and JASERA Drink are practical, economical, and locally based alternatives. Conclusion: supporting natural home remedies, community health independence, and sustainable medicinal plant conservation.

Kata Kunci: *Home Medicinal Garden, Family Medicinal Plants, JASERA Drink, Herbal Beverage, Community Empowerment.*

PENDAHULUAN

Indonesia dikenal sebagai negara dengan keanekaragaman hayati yang sangat kaya, termasuk berbagai tanaman berkhasiat obat yang telah dimanfaatkan oleh masyarakat secara turun-temurun. Tanaman seperti jahe, sereh, kunyit, dan

kencur mudah dijumpai di lingkungan sekitar dan memiliki manfaat penting bagi Kesehatan (Prayudhi, 2021). Pemanfaatan tanaman obat keluarga atau apotik hidup merupakan salah satu bentuk kearifan lokal yang berkontribusi dalam menjaga kesehatan masyarakat secara alami, aman, dan ekonomis. Akan tetapi, perkembangan layanan kesehatan modern serta meningkatnya penggunaan obat-obatan sintesis menyebabkan pemanfaatan tanaman obat di lingkungan rumah semakin berkurang (Andriani, R., Ihwan, K., Naili, B., Atika, D., 2023).

Banyak masyarakat yang belum mengoptimalkan penggunaan lahan pekarangan dan masih memiliki keterbatasan pengetahuan terkait jenis tanaman obat, manfaatnya, serta cara pengolahan yang tepat. Hal tersebut mengakibatkan potensi apotik hidup belum dimanfaatkan secara optimal sebagai alternatif pengobatan penyakit ringan maupun sebagai langkah pencegahan penyakit (Nisa.K, 2024).

Salah satu upaya inovatif dalam pemanfaatan apotik hidup adalah pengolahan tanaman herbal menjadi minuman kesehatan, seperti JASERA Drink yang berbahan dasar jahe, sereh, dan gula merah. Minuman herbal ini diketahui memiliki khasiat menghangatkan tubuh, meningkatkan daya tahan tubuh, serta membantu meredakan berbagai keluhan kesehatan ringan. Oleh karena itu, artikel ini bertujuan untuk membahas peran apotik hidup sebagai solusi pengobatan alami di lingkungan rumah melalui pemanfaatan dan pengolahan tanaman obat menjadi JASERA Drink, sekaligus sebagai bentuk pemberdayaan masyarakat berbasis sumber daya local (Besar, K. A., & Utami, 2022).

METODE

Pelaksanaan kegiatan pemanfaatan apotik hidup sebagai alternatif pengobatan alami melalui pembuatan JASERA *Drink* dilaksanakan dengan menggunakan pendekatan partisipatif yang menekankan keterlibatan aktif Masyarakat (Hendrika, Y., Utama, V. K., Riva'i, S. B., & Masevani, 2024). Metode pelaksanaan kegiatan ini dibagi ke dalam beberapa tahapan, yaitu sebagai berikut:

1. Tahap Persiapan

Tahap awal dilakukan melalui koordinasi dengan perangkat desa serta tokoh masyarakat guna menentukan lokasi pelaksanaan kegiatan dan sasaran peserta. Pada tahap ini juga dilakukan penyiapan sarana dan prasarana yang diperlukan, meliputi bibit tanaman obat seperti jahe, sereh, kunyit, dan kencur, peralatan penanaman, serta bahan-bahan untuk pembuatan JASERA *Drink*.

2. Tahap Observasi dan Analisis Permasalahan

Kegiatan observasi lapangan disertai wawancara singkat dilakukan untuk mengetahui kondisi lahan pekarangan, tingkat pemahaman masyarakat terkait apotik hidup, serta kebiasaan masyarakat dalam memanfaatkan tanaman obat. Tahap ini bertujuan untuk mengidentifikasi permasalahan dan potensi yang ada sebagai dasar penyusunan kegiatan.

3. Tahap Edukasi dan Penyuluhan
Edukasi diberikan kepada masyarakat mengenai konsep apotik hidup, jenis-jenis tanaman obat keluarga, manfaatnya bagi kesehatan, serta teknik penanaman dan perawatan tanaman obat yang tepat. Penyuluhan juga mencakup pemanfaatan tanaman obat sebagai alternatif dalam penanganan penyakit ringan.
4. Tahap Demonstrasi dan Praktik Lapangan
Demonstrasi dilakukan melalui praktik langsung penanaman tanaman apotik hidup pada lahan yang telah disiapkan. Selain itu, masyarakat diberikan contoh dan pendampingan dalam pengolahan tanaman obat menjadi minuman herbal *JASERA Drink* yang berbahan dasar jahe, sereh, dan gula merah dengan memperhatikan aspek keamanan dan kebersihan. Tahap ini bertujuan agar masyarakat mampu menerapkan pengetahuan dan keterampilan secara mandiri.
5. Tahap Pendampingan dan Evaluasi
Pendampingan dilakukan untuk memastikan masyarakat memahami teknik perawatan tanaman apotik hidup serta proses pembuatan *JASERA Drink*. Evaluasi kegiatan dilakukan melalui pengamatan terhadap tingkat partisipasi masyarakat serta perubahan pengetahuan dan keterampilan masyarakat setelah kegiatan dilaksanakan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan program pemanfaatan apotik hidup sebagai alternatif pengobatan alami melalui pembuatan *JASERA Drink* berjalan dengan lancar dan memperoleh tanggapan yang baik dari masyarakat. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman masyarakat mengenai pentingnya pemanfaatan tanaman obat keluarga sebagai pilihan pengobatan alami sekaligus upaya pencegahan terhadap penyakit ringan (Sihombing, J. S., Andilala, A., Lubis, N. A., Salim, S., Lubis, M. A. F., Rifki, M. I., & Gibran, 2025). Kegiatan penanaman apotik hidup berhasil dilaksanakan pada lokasi yang telah disepakati bersama. Berbagai jenis tanaman obat keluarga, seperti jahe, sereh, kunyit, dan kencur, berhasil ditanam dan dirawat secara gotong royong oleh masyarakat (Styowati, A., Sumarni, S., & Fatmasari, 2023). Keberadaan apotik hidup ini berfungsi sebagai media pembelajaran sekaligus contoh nyata pemanfaatan lahan pekarangan yang lebih produktif dan bermanfaat bagi kesehatan (Nurhayati, A. P. D., Ghaissani, 2022). Selain kegiatan penanaman, pelaksanaan pembuatan *JASERA Drink* memberikan dampak berupa meningkatnya pengetahuan dan keterampilan masyarakat dalam mengolah tanaman obat menjadi minuman herbal yang aman dan higienis (Putu Srianjani, 2023). Masyarakat mampu memahami tahapan pembuatan *JASERA Drink*, mulai dari pemilihan bahan baku, proses pengolahan, hingga penyajian yang sesuai. Produk *JASERA Drink* yang dihasilkan dapat dimanfaatkan sebagai minuman kesehatan tradisional untuk membantu menjaga daya tahan tubuh serta meredakan keluhan kesehatan ringan (Hendrika, Y., Utama, V. K., Riva'i, S. B., & Masevani, 2024).

Hasil pelaksanaan kegiatan menunjukkan bahwa penerapan pendekatan partisipatif mampu meningkatkan keterlibatan serta antusiasme masyarakat pada setiap tahapan kegiatan. Keterlibatan langsung masyarakat dalam proses penanaman dan pengolahan tanaman obat menumbuhkan rasa memiliki serta meningkatkan kesadaran akan pentingnya apotik hidup sebagai sumber pengobatan alami di lingkungan rumah. Peningkatan pemahaman masyarakat mengenai jenis dan manfaat tanaman obat keluarga menjadi salah satu capaian utama dalam kegiatan ini (Besar, K. A., & Utami, 2022).

Edukasi yang dikombinasikan dengan praktik langsung terbukti lebih efektif dibandingkan penyampaian materi secara teoritis semata. Pemanfaatan tanaman apotik hidup melalui pengolahan menjadi *JASERA Drink* merupakan bentuk inovasi yang sederhana namun mudah diaplikasikan. Perpaduan jahe, serih, dan gula merah tidak hanya mudah diperoleh di lingkungan sekitar, tetapi juga memiliki khasiat kesehatan yang telah dikenal secara tradisional. Dengan keterampilan pembuatan *JASERA Drink*, masyarakat memperoleh alternatif pengobatan alami yang aman, ekonomis, dan berbasis sumber daya lokal (Juwita, 2024). Secara keseluruhan, kegiatan ini menunjukkan bahwa pemanfaatan apotik hidup melalui pengolahan tanaman obat menjadi minuman herbal dapat menjadi solusi pengobatan alami di lingkungan rumah. Selain mendukung peningkatan kemandirian kesehatan keluarga, kegiatan ini juga berpotensi mendorong pelestarian tanaman obat serta optimalisasi pemanfaatan lahan pekarangan (Prayudhi, 2021).



Gambar 1. Penanaman Apotik Hidup



Gambar 2. Penyuluhan *JASERA DRINK*

SIMPULAN

Pelaksanaan kegiatan pemanfaatan apotik hidup melalui pembuatan *JASERA Drink* menunjukkan hasil yang positif dan berjalan sesuai dengan tujuan yang telah ditetapkan. Kegiatan ini berhasil meningkatkan pemahaman serta kemampuan masyarakat dalam memanfaatkan tanaman obat keluarga sebagai alternatif pengobatan alami sekaligus langkah pencegahan terhadap gangguan kesehatan ringan. Pemanfaatan lahan pekarangan untuk penanaman tanaman obat seperti jahe, serih, kunyit, dan kencur membuktikan bahwa sumber daya di lingkungan sekitar dapat dioptimalkan untuk mendukung kesehatan keluarga.

Selain itu, keterampilan pengolahan tanaman obat menjadi JASERA *Drink* memberikan solusi praktis dan ekonomis yang dapat diterapkan secara mandiri oleh masyarakat.

Dengan demikian, pemanfaatan apotik hidup melalui pengolahan tanaman obat menjadi minuman herbal JASERA *Drink* dapat menjadi salah satu upaya efektif dalam meningkatkan kemandirian kesehatan masyarakat berbasis sumber daya lokal, sekaligus mendukung pelestarian lingkungan dan keberlanjutan program kesehatan masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Andriani, R., Ihwan, K., Naili, B., Atika, D., R. (2023). *Pemanfaatan Lahan Pekarangan melalui Penanaman Apotek Hidup untuk*. MASYARAKAT DI DESA PARSALAKAN. 3, 142-147.
- Besar, K. A., & Utami, C. S. (2022). Pembudidayaan Tanaman Apotek Hidup dengan Memanfaatkan Lahan Kosong di Kantor Desa Blang Krueng , Kecamatan. *Jrpm.V2i2.952https://Doi.Org/10.22373/, 02*, 170.
- Hendrika, Y., Utama, V. K., Riva'i, S. B., & Masevani, R. (2024). Pemberdayaan Warga Kampung Tualang Melalui Pengolahan Tanaman Obat Keluarga Menjadi Jamu Seduh Instan. . . *JDISTIRA-Jurnal Pengabdian Inovasi Dan Teknologi Kepada Masyarakat*, 4, 155-159.
- Juwita, D. A. (2024). Pelatihan Pembuatan Minuman Rempah Dari Tanaman Obat Keluarga (Toga) Bagi Ibu-ibu di Kelurahan Rawang Sebagai Upaya Meningkatkan Ekonomi Keluarga. *Jurnal Hilirisasi IPTEKS*, 7.
- Nisa.K. (2024). Pemanfaatan TOGA (Tanaman Obat Keluarga) Dalam Meningkatkan Kualitas Kesehatan Masyarakat Labuhan Bilik. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Aufa (JPMA)*, 1.
- Nurhayati, A. P. D., Ghaissani. (2022). *Produk Herbal Ramah Lingkungan di Desa Oro-oro Ombo-Batu Malang, Provinsi Jawa Timur Dalam Upaya Peningkatan Produktivitas Masyarakat*. *Sewagati*, 6(4), 1-14. <https://doi.org/10.12962/j26139960.v6i4.98>
- Prayudhi, L. A. (2021). Pelatihan Pembuatan Jahe Instan sebagai Upaya Meningkatkan Pendapatan Kelompok Wanita Tani (KWT) di Kelurahan Karangsari Kota Blitar. *Science Contribution to Society Journal*, 2, 48-56.
- Putu Srianjani, & N. M. P. S. (2023). *Teh Daun Kelor (Moringa oleifera) sebagai Antihipertensi*. *Prosiding Workshop Dan Seminar Nasional Farmasi*. 2, 805-812.
- Sihombing, J. S., Andilala, A., Lubis, N. A., Salim, S., Lubis, M. A. F., Rifki, M. I., & Gibran, M. K. (2025). Inovasi Minuman Sehat: Pelatihan Pembuatan Sari Jahe Instan Sebagai Produk Herbal Rumah Tangga. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Nusantara*, 3.
- Styowati, A., Sumarni, S., & Fatmasari, D. (2023). Nanopartikel Daun Kelor (Moringa Oleifera Lamk.) terhadap Perubahan Kadar Kalsium Darah dan Tekanan Darah pada Wanita Usia Subur Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 3, 1256-1262.