

## **Pembangunan Taman Apotek Hidup Desa Serta Penyuluhan Kesehatan Pada Kader Posyandu Desa Semambung, Kecamatan Gedangan, Kabupaten Sidoarjo**

**Aisha Hanif<sup>1</sup>, Cut Ami Rahmah<sup>2</sup>**

Dosen Fakultas Hukum, Bisnis dan Ilmu Sosial<sup>1</sup>, Mahasiswa Fakultas Hukum, Bisnis dan Ilmu Sosial<sup>2</sup>  
Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

Jl. Mojopahit No.666 B, Sidowayah, Celep, Kec. Sidoarjo, Kabupaten Sidoarjo, Jawa Timur 61215  
e-mail: aishahanif@umsida.ac.id<sup>1</sup>, c.amirhahmah@gmail.com<sup>2</sup>

### **Abstract**

*During this pandemic, it isn't an easy thing to continue to survive in various fields, including maintaining physical and spiritual health. Semambung is a village with a strategic location as a wetland for the construction of government and private office buildings, as well as the location of UMKM that were built from various businesses for business opportunities, causing a lack of water absorption so that it is prone to flooding due to reduced infiltration land. Floods have the potential to cause many diseases, especially in toddlers, who are often sick are more at risk of stunting, which is a condition of body and brain growth failure in toddlers due to chronic malnutrition. Semambung-Gedangan-Sidoarjo still has a stunting prevalence. Utilization of empty yard land into a Living Pharmacy Garden equipped with biopore holes as rainwater absorption is one of the prevention efforts to overcome family malnutrition and flood prevention. The purpose of this service activity is to increase the knowledge and skills of cadres in utilizing the land around the house into a private Living Pharmacy Garden and making biopore holes. Activities related to making biopore holes, types of Moringa leaf plants, nutritional content, and their benefits for meeting nutritional needs and increasing the quality and quantity of breast milk. Moringa leaves have many benefits for treating skin diseases, shortness of breath, cancer, dental infections, gingivitis, hypertension, diabetes as well as improving nutrition and stunting. Furthermore, a demonstration of making Moringa Cendol as an innovative nutritious drink that can be used as a PMT in the routine activities of Posyandu for toddlers in Semambung was carried out. Posyandu cadres are expected to be able to optimally utilize the Village Life Pharmacy Garden and biopore holes, applying them to their respective home gardens.*

**Keywords:** *village life pharmacy garden, biopore, moringa, stunting, cadres*

### **Abstrak**

Pada masa pandemi ini bukanlah sebuah hal yang mudah untuk terus bisa bertahan dalam berbagai bidang, termasuk menjaga kesehatan jasmani dan rohani. Desa Semambung merupakan sebuah desa dengan letak strategis menjadi lahan basah untuk pembangunan gedung perkantoran pemerintah maupun swasta, serta lokasi UMKM yang terbangun dari berbagai usaha sebagai support dari peluang bisnis, menyebabkan kurangnya resapan air sehingga rawan terjadi banjir akibat berkurangnya lahan resapan. Banjir berpotensi menimbulkan banyak penyakit, terutama pada anak-anak dan balita. Anak yang sering sakit lebih beresiko mengalami stunting, yang merupakan kondisi gagal pertumbuhan tubuh dan otak pada balita akibat kekurangan gizi kronis. Desa Semambung, Kecamatan Gedangan, Kabupaten Sidoarjo masih memiliki prevalensi stunting. Pemanfaatan lahan pekarangan kosong menjadi Taman Apotek Hidup yang dilengkapi lubang biopori sebagai resapan air hujan merupakan salah satu pencegahan dalam upaya mengatasi kekurangan gizi keluarga serta pencegahan banjir. Tujuan kegiatan pengabdian ini yaitu untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader dalam memanfaatkan lahan di sekitar rumah menjadi Taman Apotek Hidup pribadi dan membuat lubang biopori. Kegiatan berisi terkait pembuatan lubang biopori, jenis tanaman daun kelor, kandungan gizi, dan manfaatnya bagi pemenuhan kebutuhan gizi serta peningkatan kualitas dan kuantitas ASI. Daun kelor memiliki banyak manfaat mengobati penyakit kulit, sesak nafas, kanker, infeksi gigi, radang gusi, hipertensi, diabetes serta perbaikan gizi dan stunting. Selanjutnya dilakukan demo pembuatan cendol kelor sebagai inovasi minuman bernutrisi yang dapat dijadikan PMT dalam kegiatan rutin posyandu balita di Desa Semambung.

Kader posyandu diharapkan mampu memanfaatkan Taman Apotek Hidup Desa dan lubang biopori secara optimal, menerapkannya di lahan pekarangan rumah masing-masing.

**Kata kunci:** taman apotek hidup, biopori, stunting, daun kelor, kader

## 1. PENDAHULUAN

Kuliah Kerja Nyata (KKN) merupakan kegiatan pemberdayaan masyarakat oleh mahasiswa sebagai perwujudan kegiatan Tri Dharma Perguruan Tinggi. Universitas Muhammadiyah Sidoarjo menyelenggarakan Kuliah Kerja Nyata Pencerahan berbasis Kluster yang dikoordinir oleh Direktorat Riset dan Penabdian Masyarakat (DRPM). Kuliah Kerja Nyata Pencerahan (KKN-P) merupakan salah satu bentuk perwujudan pengabdian mahasiswa terhadap masyarakat serta sebagai bentuk tanggung jawab mahasiswa terhadap problematika yang kini dihadapi oleh masyarakat. Kuliah Kerja Nyata Pencerahan (KKN-P) didasarkan pada falsafah pendidikan yang berlandaskan pada Undang-Undang Dasar 1945 dan UU Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional menyatakan bahwa pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan susunan belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual, keagamaan, pengendalian dirinya, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara.

Desa Semambung merupakan salah satu target KKN-P yang diselenggarakan oleh Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. Secara administrasi, Desa Semambung terletak di Kecamatan Gedangan, Kabupaten Sidoarjo, Provinsi Jawa Timur. Masalah utama yang ada pada Desa Semambung antara lain kondisi jalan, utamanya jalan desa di sebelah barat tepatnya di Jl. Mandala RW 01 sampai RW 03 dan sebelah timur di RW 06 pada saat musim penghujan mengalami banjir yang cukup tinggi. Belum adanya saluran air yang memadai sehingga aliran air di jalan tidak bisa mengalir dengan. Selain itu adanya selokan yang belum normal sehingga perlu adanya normalisasi untuk mencegah banjir. Belum lagi berkurangnya lahan hijau akibat pembangunan kantor-kantor dan kios-kios untuk peluang bisnis. Pasca banjir, lingkungan sekitar dan rumah biasanya menjadi kotor, berpotensi menimbulkan berbagai jenis penyakit. Infeksi saluran pernapasan, diare, hingga penyakit kulit merupakan beberapa contoh gangguan kesehatan yang kerap muncul lantaran buruknya sanitasi akibat banjir. Kondisi tersebut tentu membahayakan kesehatan anak-anak terutama pada balita. Jika anak atau balita sering sakit, energinya tentu akan banyak digunakan untuk melawan infeksi di dalam tubuh, bukan untuk pertumbuhan. Akibatnya, mereka beresiko mengalami gagal pertumbuhan tubuh dan otak (stunting) yang ditunjukkan dengan ciri perawakan pendek.

Stunting adalah kondisi gagal tumbuh kembang pada balita akibat kekurangan gizi kronis sehingga anak tumbuh lebih pendek dibandingkan dengan anak seusianya [1]. Stunting dalam jangka pendek dapat menyebabkan peningkatan resiko kesakitan dan kematian, terhambatnya perkembangan motorik, verbal dan kognitif pada anak. Sedangkan dalam jangka panjang, stunting dapat menyebabkan postur tubuh tidak optimal ketika dewasa, meningkatnya resiko obesitas, menurunnya produktivitas, menurunnya kapasitas kerja, menurunnya kesehatan reproduksi, dan penyakit lainnya [2]. Intervensi terintegrasi untuk pencegahan stunting difokuskan pada daerah yang menjadi lokasi fokus stunting yang masih memiliki prevalensi stunting, salah satunya di Desa Semambung, Kecamatan Gedangan, Kabupaten Sidoarjo.

Posyandu Balita di Desa Semambung merupakan kegiatan posyandu yang rutin dilakukan oleh para kader posyandu untuk memantau status gizi dan kesehatan para balita yang ada di Desa Semambung. Berdasarkan hasil analisa situasi, Desa Semambung masih memiliki permasalahan terkait gizi dan kesehatan yang harus diselesaikan dan dicegah, yang mana masih banyak masyarakat tidak mengonsumsi makanan bernutrisi baik seperti buah, sayuran dan hewani setiap hari. Hal ini menunjukkan bahwa pedoman gizi seimbang masih belum diterapkan dengan maksimal oleh sebagian masyarakat, terutama pada balita yang kebutuhan gizinya lebih tinggi. Kualitas gizi dan kelengkapan zat gizi dipengaruhi oleh beragam jenis makanan yang dikonsumsi. Tidak terpenuhinya asupan zat gizi potensi menyebabkan seseorang mengalami defisit untuk memenuhi kebutuhannya, sehingga pertumbuhan dan perkembangan tubuh terganggu dan tidak normal [3].

Air Susu Ibu (ASI) merupakan salah satu faktor yang sangat penting untuk diperhatikan pada bayi dan balita. Berdasarkan kerangka konsep Unicef, salah satu faktor penyebab stunting pada balita adalah pemberian ASI eksklusif yang tidak diberikan selama 6 bulan [4]. Dan berdasarkan analisa situasi di Desa Semambung masih terdapat anak yang tidak mendapatkan ASI eksklusif. Sebagian ibu masih memberikan susu formula sebagai pengganti ASI kepada bayinya, yang disebabkan oleh faktor si ibu yang meninggal, ibu yang bekerja, ibu yang sedang sakit, ASI yang tidak keluar atau sedikit, lalu beranggapan bahwa susu formula juga memiliki nilai gizi tinggi seperti ASI, padahal tidak. Selain ASI, faktor kesehatan dan faktor makanan bernutrisi yang dikonsumsi juga berpengaruh.

Pemanfaatan lahan pekarangan menjadi lahan sumber gizi dapat menjadi salah satu solusi pencegahan dalam upaya mengatasi kekurangan gizi keluarga, dengan menjadikannya Taman Apotek Hidup yang ditanami oleh berbagai macam Tanaman Obat Keluarga, sekaligus dilengkapi dengan lubang resapan air hujan dengan biopori untuk mengurangi banjir agar tidak menyebabkan banyak penyakit yang potensi bermunculan, serta melakukan pengolahan sampah yang bijak. Kegiatan yang dilakukan dengan menanam berbagai jenis tanaman sayur juga akan menjamin adanya ketersediaan bahan pangan yang beranekaragam secara terus-menerus, sehingga kebutuhan gizi keluarga terpenuhi. Salah satunya daun kelor, tanaman ini ternyata memiliki segudang manfaat bagi kesehatan tubuh manusia, khususnya pada anak dalam masa pertumbuhan. Hal tersebut dikuatkan dengan hasil yang dikeluarkan oleh Data Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) yang mengatakan bahwa manfaat daun kelor bagi kesehatan di antaranya membantu perkembangan tubuh serta menjadi obat tradisional yang mampu mengobati berbagai macam penyakit. Posyandu Desa Semambung sebenarnya telah Taman Toga dan banyak tanaman kelor yang tumbuh dengan liar, akan tetapi belum dimanfaatkan secara optimal. Masyarakat desa biasa membeli bahan makanan dari swalayan, pedagang sayur keliling dan pasar, bahkan lebih memilih makanan *junk-food*, hanya sebagian masyarakat memenuhi kebutuhan bahan makanan dari hasil taman toganya sendiri.

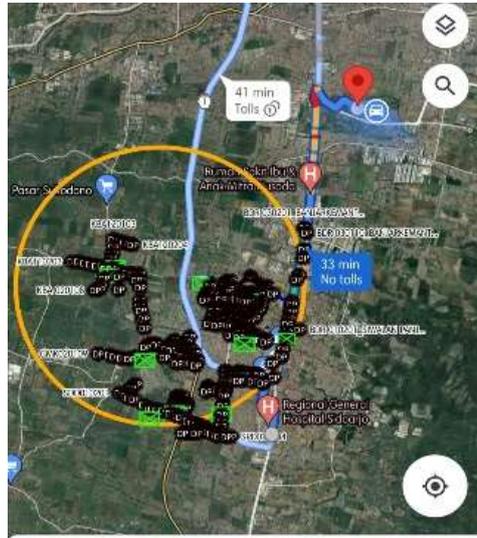
Tujuan utama kegiatan pengabdian ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader posyandu dalam memanfaatkan lahan di sekitar rumah menjadi Taman Apotek Hidup yang bermanfaat untuk kehidupan sehari-hari, dan memperbanyak pembuatan lubang biopori agar dapat mengurangi tingkat banjir di Desa Semambung, serta membuat inovasi-inovasi makanan atau minuman sehat dan bernutrisi dari Tanaman Toga yang menarik, yang nantinya dapat diperjual-belikan untuk meningkatkan nilai UMKM dan meningkatkan pendapatan ataupun dapat dikonsumsi pribadi untuk keluarga.

## 2. ANALISIS SITUASIONAL

Desa Semambung merupakan desa yang berada di Kecamatan Gedangan, Kabupaten Sidoarjo. Jarak dengan Kecamatan Gedangan adalah 5,1 Km dengan lama tempuh ke kecamatan adalah 14 menit. Sedangkan jarak tempuh dengan ibukota kabupaten adalah 20 Km dengan lama tempuh ke ibukota kabupaten adalah 43 menit. Secara geografis mempunyai luas sekitar  $\pm 174,95$  Ha yang terdiri dari  $\pm 61,40$  Ha untuk Sawah,  $\pm 96,70$  Ha Tanah, sisanya 16,85 Ha untuk fasilitas umum, dengan batas desa sebelah utara adalah Desa Pabean, batas desa sebelah timur adalah Desa Sedati Agung, batas desa sebelah selatan adalah Desa Ketajen, batas desa sebelah barat adalah Desa Sawotrarp. Desa Semambung ini memiliki dua dusun yakni Dusun Kalangan dan Dusun Semambung itu sendiri, Desa Semambung juga memiliki 31 RT dan 8 RW. Desa Semambung saat ini memiliki 7,118 penduduk ini yang terdiri dari 3,524 laki- laki dan 3,504 perempuan. Mata pencaharian warga Desa Semambung rata-rata ialah pegawai swasta dan ada beberapa warga Desa Semambung bekerja sebagai PNS, TNI, POLRI, Pedagang/Wirawasta. Warga desa ini mayoritas beragama Islam, ada pula yang beragama Kristen, Katholik, dan Hindu.



Gambar 1. Peta Lokasi, Luas Wilayah, hingga Batasan Desa Semambung



Gambar 2. Peta Jarak antara Universitas Muhammadiyah Sidoarjo dengan Desa Semambung

Jarak dari Universitas Muhammadiyah Sidoarjo ke Desa Semambung sekitar 13 km, dengan lama perjalanan yang dibutuhkan adalah rata-rata waktu setengah jam jika berkendara sepeda motor ataupun mobil. Profil Desa Semambung sebagai berikut:

- Desa : Semambung
- Kecamatan : Gedangan
- Kabupaten : Sidoarjo
- Alamat Kantor Desa : Jl. Mandala III, Semambung, Gedangan-Sidoarjo, Jawa Timur, 61254
- No. Telepon : 0888-4912-421
- Sektor : Komunitas dan Pemerintah, Administrasi Publik

### 3. METODE PELAKSANAAN

Pada kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk memahami dan mengetahui kondisi yang ada di masyarakat. Selanjutnya menentukan program kegiatan pengabdian berdasarkan analisis dari permasalahan yang ada dan telah disepakati bersama dan mendapatkan persetujuan dari tokoh masyarakat Desa Semambung untuk mewujudkan Desa Sapta Pesona di Desa Semambung.

Kegiatan pembangunan Taman Apotek Hidup Desa dilakukan bertahap mulai tanggal 5 Februari 2022, serta kegiatan sosialisasi sekaligus penyuluhan kesehatan terkait stunting yang dilaksanakan pada tanggal 24 Februari 2022, bertempat di Balai Desa Semambung. Sasaran dari pelatihan ini adalah kader PKK dan ibu balita di Posyandu Desa Semambung, Jawa Timur. Proses kegiatan dilakukan secara luring dengan memperhatikan protokol kesehatan. Adapun tahapan kegiatan ini diantaranya:

a) Perencanaan Kegiatan

Perencanaan kegiatan diawali dengan analisa situasi yang dilakukan dengan cara survei dan observasi terkait kondisi situasi lingkungan Desa Semambung dan Masyarakat Desa Semambung, Kecamatan Gedangan, Kabupaten Sidoarjo. Kegiatan selanjutnya yaitu melakukan koordinasi dengan Kepala Desa terkait perizinan lahan untuk rencana pembangunan Taman Apotek Hidup Desa, serta konsep desain taman dan jenis tanaman obat keluarga apa saja yang akan ditanam. Lalu dilanjutkan melakukan koordinasi dengan Kader Posyandu Desa Semambung terkait kegiatan Sosialisasi dan Penyuluhan Kesehatan untuk mendukung kegiatan Posyandu Balita yang ada di Desa Semambung, serta melakukan persiapan instrumen kegiatan dan berkas kelengkapan administrasi, seperti surat-menyurat, daftar kehadiran, serta media sosialisasi dan penyuluhan, dan persiapan lainnya.

b) Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan pembuatan Taman Apotek Hidup Desa diawali dengan observasi jenis tanaman Toga yang rencana akan di tanam, lalu mempersiapkan beberapa bahan material sebagai support realisasi desain dari konsep taman yang akan dibangun. Pembuatan Taman Apotek Desa ini dilaksanakan bertahap mulai dari proses pemesanan tanaman dan material kurang lebih berlangsung selama 1 pekan. Adapun rangkaian kegiatan selanjutnya yaitu Sosialisasi Lubang Resapan Biopori dan Pemberdayaan Bank Sampah, serta Penyuluhan Kesehatan dengan demo pembuatan inovasi minuman Cendol Kelor untuk mencegah stunting pada balita. Kegiatan tersebut diawali dengan pengenalan narasumber atau pemateri, kemudian dilanjutkan pemberian materi tentang Bank Sampah dan Biopori, dilanjutkan dengan praktik demo pembuatan lubang resapan biopori oleh Narasumber. Setelah itu serangkaian dengan penjelasan jenis tanaman daun kelor sebagai pencegah stunting, kandungan gizi, dan manfaatnya bagi pemenuhan kebutuhan gizi serta peningkatan kualitas dan kuantitas ASI. Dilanjutkan dengan praktik demo pembuatan inovasi minuman cendol kelor oleh Mahasiswa KKN. Peserta (Kader PKK dan ibu balita) bersama-sama mencoba menikmati hasil inovasi minuman dari tanaman kelor tersebut. Yang mana harapannya dari pelaksanaan kegiatan-kegiatan tersebut dapat meningkatkan kesadaran masyarakat Desa Semambung tentang pentingnya menjaga lingkungan yang asri, bersih dan sehat, terutama di masa pandemi Covid-19 saat ini. Serta bisa membangun kembali motivasi dan kegiatan lingkungan di desa yang sebelumnya sempat tidak beroperasi kembali. Selain itu bonus dari kegiatan-kegiatan tersebut adalah semoga bisa meningkatkan pendapatan bagi masyarakat dari pengelolaan sampah bernilai ekonomis bersama mitra dan melakukan inovasi minuman sehat bernutrisi yang dapat dijadikan sebagai ide bisnis UMKM. Lalu dilanjutkan dengan pembagian Bubuk Abate untuk mendukung pencegahan Demam Berdarah.

## 4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Taman Apotek Hidup adalah taman yang menampilkan koleksi berupa tanaman yang berkhasiat obat. Taman Apotek hidup merupakan sebuah kegiatan yang memanfaatkan tanah untuk ditanami tanaman obat-obatan yang bisa dijadikan untuk obat tradisional dan keperluan sehari-hari. Secara singkat, Taman Apotek Hidup ini merupakan sebuah taman kesehatan yang dibuat oleh manusia dengan tanaman yang pada nantinya bisa digunakan sebagai obat-obatan tradisional. Obat-obatan tradisional hingga saat ini masih memiliki eksistensi dan banyak digunakan oleh sebagian warga di Indonesia untuk mengobati beragam penyakit yang ada secara herbal dan alami. Adapun tanaman obat keluarga yang ditanam dalam Taman Apotek Hidup Desa Semambung diantaranya ialah:

a. Daun Kelor

Daun Kelor yang termasuk dalam macam-macam tanaman obat keluarga yang dianjurkan oleh WHO, organisasi kesehatan dunia untuk dikonsumsi oleh bayi dan anak-anak pada usia pertumbuhan dikarenakan mengandung banyak sekali vitamin dan mineral. Selain itu tanaman ini bermanfaat untuk pencegahan penyakit, seperti penyakit jantung, kanker, diabetes dan arthritis.

b. Daun Salam

Daun Salam termasuk tanaman rempah yang dipakai sebagai bumbu penyedap masakan, selain itu juga sebagai tanaman herbal. Senyawa yang tertanam di daun salam dibantu oleh vitamin & mineral untuk menghadirkan fungsi pengobatan dalam membantu menangani & mengobati diabetes tipe 2 dengan cara menurunkan glukosa darah, kolesterol, dan kadar trigliserida di dalam tubuh.

c. Daun Dewa

Daun Dewa dapat mengatasi penyakit stroke, rematik, gula tinggi (diabetes), sakit jantung, hipertensi, kanker, pendarahan / pembengkakan payudara, luka, bekas gigitan binatang buas, kutil, ganglion (sejenis kista yang muncul pada bagian tangan & kaki), batuk darah, muntah darah, demam berdarah, kejang-kejang pada anak, wasir, keseleo, gangguan haid, dan beberapa fungsi obat lainnya.

d. Daun Miana

Daun Miana adalah tanaman hias dan sekaligus tanaman obat untuk gangguan kesehatan seperti wasir /ambeien dan juga diabetes dengan cara rebusan daun diminum secara rutin hingga kadar gula darah turun. Selain itu, daun Miana juga berkhasiat untuk membantu memecahkan dan mengeringkan bisul dengan cara daun dikompres beberapa menit hingga bisul sembuh & kering.

e. Daun Sirih

Daun Sirih berguna sebagai obat mencegah kanker mulut, selain itu dapat mengatasi batuk berdahak, sariawan, bronkitis, kulit berjerawat, sakit gigi, keputihan, demam berdarah, haid tidak teratur, asma, radang tenggorokan, gusi bengkak, mata merah dan gatal, bau ketiak, menghilangkan bekas luka bakar, bisul, mimisan, pendarahan pada gusi, serta meredakan permukaan kulit yang terasa gatal.

f. Daun Ungu

Daun Ungu merupakan tanaman herbal yang berkhasiat sebagai obat ambeien, melancarkan buang air seni, mengobati rheumatik, encok dan mengobati bisul. Sedangkan bunga daun ungu memiliki khasiat dan manfaat untuk melancarkan haid. Kandungan yang terdapat pada daun ungu antara lain: alkohol, pektin & asam formiat. Dapat dikonsumsi dengan cara diminum / dikompres.

g. Daun Serai / Sereh

Daun Serai / Sereh merupakan tanaman herbal dari keluarga rumput Poaceae untuk mengobati infeksi pada lambung, usus, saluran kandung kemih, dapat menyembuhkan luka, dapat membantu mengurangi gangguan lambung, demam, nyeri, infeksi, rematik, insomnia, gangguan pernafasan & edema. Selain itu sebagai aromaterapi serta membantu mengurangi kelelahan, kecemasan dan bau badan.

h. Daun Sarap

Daun Sarap / Syaraf biasa dijadikan tanaman hias, namun tanaman ini juga sebagai obat untuk menyembuhkan luka secara alami, mengatasi penyakit diabetes, kaya akan antioksidan untuk menangkal radikal bebas penyebab penyakit, menurunkan kadar glukosa darah, dapat membantu menurunkan demam pada anak dengan cara daun dilebur dengan air hangat lalu dikompres ke kening.

i. Daun Katuk

Daun Katuk mengandung sejumlah manfaat sayur-sayuran yang baik untuk tubuh, diantaranya dapat mencegah osteoporosis, efektif melancarkan ASI bagi ibu yang tengah menyusui, mengatasi gejala penyakit anemia, mengandung efedrin yang sangat baik bagi penderita influenza, sumber vitamin A untuk mencegah penyakit mata, pertumbuhan sel, sistem kekebalan tubuh, dan reproduksi.

j. Daun Pandan

Pandan mengandung vitamin A yang bermanfaat untuk kesehatan mata dan sistem kekebalan tubuh. Zat besi bisa mencegah anemia dan membantu sirkulasi oksigen yang diangkut darah. Buah pandan mentah juga baik untuk tubuh karena mengandung serat dan rendah kalori. Meningkatkan kesehatan mulut, menetralkan racun, pencegahan penyakit jantung, serta mencegah kolesterol dan asam urat

### k. Temu Kunci

Temu kunci adalah tanaman rempah yang mana selain sebagai penyedap makanan, tanaman ini juga telah dijadikan sebagai obat tradisional untuk kesehatan berkat beragam senyawa bioaktif untuk meredakan batuk kering, meningkatkan kualitas sperma, menangkal radikal bebas, mencegah kanker payudara, menjaga kesehatan pencernaan, berpotensi mencegah & menyembuhkan Covid-19.

### l. Lavender

Lavender paling sering digunakan sebagai pengusir nyamuk & dalam aromaterapi. Keharuman dari minyak tanaman lavender dipercaya dapat membantu meningkatkan ketenangan & kesehatan. Aroma bunga ini juga dikatakan membantu mengurangi stres, kecemasan insomnia dan sakit kepala. Selain itu dapat mengatasi iritasi kulit, rambut rontok, sakit gigi serta mencegah kanker.

### m. Jeruk Purut

Daun jeruk purut tidak hanya bermanfaat sebagai bumbu dapur & penyedap masakan, namun juga sebagai obat alami yang dapat mengobati influenza, menyehatkan rambut, mengusir nyamuk, mengatasi penyakit kulit, membunuh bakteri penyebab penyakit seperti diare, bisul, abses, serta selulitis. Dapat menjaga kesehatan gusi, meredakan peradangan, serta mencegah penuaan di kulit.

### n. Kumis Kucing

Tanaman Kumis Kucing diambil bagian daunnya untuk dijadikan bahan peluruh batu ginjal, karena mempunyai sifat diuretik dengan meluruhkan atau membersihkan saluran kencing. Kandungan zat aktif di dalam Kumis Kucing juga dapat menyembuhkan penyakit asam urat, hipertensi, diabetes, dan beberapa penyakit lain meski dikonsumsi mandiri / dicampur dengan macam-macam toga lainnya.

### o. Jahe

Jahe termasuk rempah yang dapat menghangatkan tubuh, dan juga mengobati berbagai jenis masalah perut, seperti mabuk, sakit perut, mual, diare, perut kembung, morning sickness, muntah pasca operasi, dan hilangnya nafsu makan. Selain itu, jahe juga mempunyai kegunaan lain untuk masalah nyeri otot, nyeri haid, nyeri punggung bawah, nyeri dada, bronkitis, dan infeksi saluran pernapasan atas.

### p. Binahong

Daun Binahong adalah salah satu tanaman toga yang memiliki manfaat & khasiat untuk mengobati sakit maag, gagal ginjal, bengkak kandung kemih, meningkatkan daya tahan tubuh (imunitas), mengatasi diabetes, mencegah stroke, melancarkan peredaran darah, menormalkan tekanan darah, memperkuat daya tahan sel tubuh terhadap infeksi, serta memperbaiki sel-sel tubuh yang rusak.

### q. Sambiloto

Daun Sambiloto berfungsi sebagai anti-bakteri, anti-radang, menghambat reaksi imunitas, penghilang nyeri, pereda demam, menghilangkan panas dalam, menghilangkan lembap, penawar racun, dan obat TB Paru dengan cara menyiapkan Daun Sambiloto kering dijadikan bubuk, beri madu secukupnya, kemudian buat pil dengan diameter 0,5 cm. Ekstrak Sambiloto juga sudah dipatenkan sebagai anti-HIV.

### r. Lidah Buaya

Lidah Buaya sebagai tanaman penyembuh segala penyakit & juga kecantikan, yang memiliki manfaat dapat menurunkan berat badan, mengobati luka bakar, meredakan GERD, menurunkan kadar gula darah, mengurangi plak gigi, menangani sariawan, memperlambat penuaan kulit, mengatasi

jerawat, melawan kanker payudara, mengatasi kerontokan rambut, diabetes, serta melancarkan pencernaan.

s. Lidah Mertua

Lidah Mertua adalah tanaman hias yang menyerap polutan & radiasi, dipercaya juga untuk mengobati pusing / sakit kepala yang mengganggu dengan membakar daun dari tanaman hias ini dan asapnya. Lalu berguna juga sebagai penawar racun dari gigitan binatang berbisa, sebagai tonik rambut, serta membantu mengatasi gejala sick building syndrome melalui proses penyerapan polutan.



Gambar 3. Kegiatan Kerja Bakti Balai Desa Pembersihan Lahan Tanam

Taman Apotek Hidup Desa Semambung dibangun di area lahan Balai Desa Semambung yang sangat gersang dan tidak terawat. Menyadari pentingnya kesehatan di era pandemi Covid-19 ini, lahan gersang tersebut disulap tersebut menjadi Taman Apotek Hidup yang bertanamkan berbagai macam Tanaman Obat Keluarga di atas. Taman Apotek Hidup ini bukan sekedar Taman Toga biasa, namun didesain cantik menyerupai *Miniatur Garden* dengan jalan setapak serta dilengkapi dengan papan nama tumbuhan bereserta keterangan fungsi tanaman sebagai obat, serta adanya beberapa Lubang Resapan Air Hujan Biopori, guna sebagai salah satu solusi dari pencegahan banjir yang ada di wilayah Desa Semambung yang juga kami sosialisasikan kepada warga Desa Semambung untuk bisa membuatnya sendiri di pekarangan rumah agar mencegah genangan banjir yang terjadi setiap kali curah hujan tinggi di tiap rumah warga, mengingat masalah utama yang ada pada Desa Semambung antara lain kondisi jalan pada saat musim penghujan masih mengalami banjir yang cukup tinggi meski sudah ada sebagian wilayah yang sudah dilakukan proyek peninggian jalan oleh Dinas Pekerja Umum Kabupaten Sidoarjo.

Adapun tujuan dari dibangunnya Taman Apotek Hidup Desa yang bertempat di Balai Desa Semambung dengan letak pandang strategis di area setelah gerbang masuk utama adalah agar setiap warga yang datang ke Balai Desa dapat melihat area yang lebih hijau menyejukkan dan memanjakan mata, serta warga bisa terketuk juga untuk dapat membuat Taman Apotek Hidupnya sendiri di rumah, dan selain itu semoga tanaman toga yang kami tanam di Balai Desa Semambung nanti dapat tumbuh dengan subur agar manfaat obat dari setiap tanaman toga yang ada tersebut dapat digunakan sebagai obat tradisional oleh warga Semambung, karena taman tersebut bersifat umum.



Gambar 4. Area Lahan Kosong Balai Desa untuk Taman Apotek Hidup Desa Semambung



Gambar 5. Lubang Resapan Air Hujan Biopori

Adapun kegiatan Sosialisasi Edukatif terkait Lubang Resapan Biopori dan Pemberdayaan Bank Sampah, yang mana isi dan tujuan utama dari Sosialisasi tersebut ialah masyarakat pada dasarnya dapat melakukan pencegahan banjir dengan pembuatan lubang biopori sendiri, agar air yang masuk ke lubang biopori akan

disimpan dan dapat menjaga kelembaban tanah terutama di musim kemarau. Biopori juga dapat mengubah sampah organik menjadi kompos. Sehingga dalam hal ini dapat membantu mendukung program penanaman, serta mencegah terjadinya banjir. Kemudian penerapan sikap bijak sampah sebagai Garda Terdepan Pengelolaan Sampah Rumah Tangga yang sekaligus dapat diperjual-belikan sampah-sampah mereka dengan harga yang lebih tinggi dengan menggandeng mitra yang akan membeli sampah-sampah tersebut dengan harga yang bersaing, sehingga dapat meningkatkan pendapatan tambahan bagi masyarakat, daripada harus dibuang ke tempat sampah atau diberikan ke rombeng dengan harga rendah. Dengan adanya sosialisasi tersebut diharapkan warga di Desa Semambung dapat mengadakan dan membuka Bank Sampahnya kembali yang sebelumnya sempat vakum cukup lama karena sudah dialihkan oleh truk pengambil sampah setiap pagi, padahal seharusnya hal tersebut bukan menjadi penghambat Bank Sampah untuk berhenti beroperasi. Dengan adanya sosialisasi Pemberdayaan Bank Sampah tersebut juga sebagai salah satu upaya dalam menjaga kesehatan lingkungan dengan melakukan pengelolaan sampah dengan bijak, sehingga juga tidak banyak sampah yang masih bermanfaat dan bernilai ekonomis yang akan terbuang ke Tempat Pembuangan Akhir, sehingga volume sampah yang ada juga lebih dapat berkurang, terutama sampah-sampah plastik yang sulit terurai, maupun limbah cair yang terbuang mencemari kualitas air sungai serta populasinya. Dan dengan begitu juga akan mengurangi dan mengatasi permasalahan banjir serta lingkungan yang lebih sehat di Desa Semambung.



Gambar 6. Sosialisasi Lubang Resapan Biopori dan Pemberdayaan Bank Sampah di Desa Semambung

Posyandu memiliki peranan yang sangat penting sebagai wadah masyarakat untuk mendapatkan pelayanan dasar kesehatan. Keberadaan posyandu menjadi wadah komunikasi ahli teknologi dalam pelayanan kesehatan masyarakat, oleh masyarakat dan untuk masyarakat dengan dukungan pelayanan dan pembinaan teknis yang baik dari petugas kesehatan. Selain itu, posyandu juga memiliki nilai strategis dalam pengembangan Sumber Daya Manusia sejak dini guna meningkatkan mutu manusia di masa yang akan datang [5]. Oleh karena itu, sangat pentingnya kegiatan sosialisasi dan penyuluhan sekaligus pelatihan terhadap kader dengan tujuan dapat mengajak masyarakat atau warga desa lainnya untuk hidup sehat. Salah satu upaya untuk berperilaku hidup sehat yaitu dengan mengonsumsi makanan beragam yang bernutrisi baik. Makanan beragam dapat diperoleh dengan murah, bahkan dengan tanaman di pekarangan / lahan rumah sendiri. Oleh karena itu, pemanfaatan lahan / pekarangan rumah menjadi Taman Apotek Hidup pribadi sebagai salah satu cara untuk mencapai ketahanan pangan sehingga masyarakat memiliki asupan dan status gizi yang baik, serta upaya pemenuhan kebutuhan buah dan sayur dengan memanfaatkan lahan pekarangan. Pelaksanaan kegiatan selanjutnya yaitu penyuluhan kesehatan melalui demo pembuatan inovasi minuman Cendol Kelor oleh Mahasiswa KKN-P Universitas Muhammadiyah Sidoarjo dalam rangka mendukung kegiatan Posyandu Balita di Desa Semambung untuk meningkatkan gizi serta peningkatan kualitas dan kuantitas ASI, demo ini berlangsung di hari yang sama setelah kegiatan Sosialisasi Biopori dan Pemberdayaan Bank Sampah.



Gambar 7. Demo Pembuatan Inovasi Minuman Cendol Daun Kelor

Riset yang dilakukan oleh para peneliti, tidak ada risiko efek samping yang terjadi akibat dari penggunaan daun kelor. Baik dalam bentuk segar maupun kering daun kelor dapat memberikan keuntungan gizi bagi kesehatan salah satunya untuk mencegah stunting [9]. Protein kelor daun segar setara dua kali protein yogurt. Kalau kelor kering setara sembilan kali protein yogurt. Vitamin A pada daun segar kelor empat kali wortel, dan 10 kali wortel pada kelor kering [8].



Gambar 8. Peserta menikmati Inovasi Minuman Cendol Daun Kelor

Selama proses kegiatan, kader posyandu dan ibu balita sangat antusias mengikuti kegiatan dari awal hingga akhir. Peserta sangat aktif bertanya apabila ada sesuatu yang tidak dimengerti atau yang menarik untuk didiskusikan bersama narasumber. Selanjutnya diharapkan kader Posyandu mampu menjadi pendorong, motivator, dan membantu masyarakat dalam mobilisasi sumber daya [6]. Ibu balita juga memiliki peran yang tidak kalah penting dan sangat dibutuhkan dalam pemenuhan kebutuhan gizi balita. Pengetahuan dan keterampilan ibu yang memadai mampu membentuk pola makan yang baik pada anak, menciptakan suasana yang menyenangkan, dan mampu menyajikan makanan yang menarik dan bervariasi dalam memenuhi kebutuhan gizi balitanya [7]. Selain itu, peran ibu juga sangat dibutuhkan dalam pemenuhan ASI eksklusif bagi bayi.

Output dari kegiatan ini yaitu terciptanya Taman Apotek Hidup dengan jenis tanaman yang lebih lengkap dari sebelumnya, sehingga dapat digunakan oleh masyarakat. Keberadaan Taman Apotek Hidup Desa sendiri juga mampu meningkatkan pengetahuan kader dan ibu balita tentang manfaat sayur dan buah sebagai upaya dalam pemenuhan gizi seimbang di kehidupan sehari-hari, serta manfaat tanaman obat yang mampu meningkatkan kualitas dan kuantitas ASI sehingga ASI eksklusif dapat tercapai. Selain itu, Taman Apotek Hidup Desa Semambung diharapkan dapat dicontoh dan diterapkan oleh masyarakat untuk memanfaatkan lahan pekarangan rumahnya sendiri sebagai pemenuhan kebutuhan gizi keluarga khususnya balita dengan menanam sayur, buah, dan tanaman obat. Khususnya dalam mengatasi stunting tidak harus dengan biaya mahal. Bayi bisa dapat gizi kelor dari air susu ibu mengonsumsi kelor. Kelor juga mencegah anemia karena zat besinya tinggi [8]. Dan inovasi minuman Cendol Kelor ini dapat dijadikan sebagai ide baru Pemberian Makanan Tambahan (PMT) pada saat kegiatan Posyandu Balita berlangsung. Kegiatan ini merupakan suatu upaya pembudidayaan

tanaman obat yang memiliki manfaat sebagai obat untuk memenuhi kebutuhan keluarga akan obat-obatan. Pemanfaatan lahan pekarangan menjadi Taman Apotek Hidup dan dilengkapi Lubang Biopori tidak membutuhkan perawatan khusus sehingga mudah dilakukan oleh setiap masyarakat, dengan sejuta manfaat yang akan diperoleh untuk lingkungan masyarakat yang sehat.

Dan output dari kegiatan Sosialisasi Pemberdayaan Bank Sampah adalah bisa membangun kembali motivasi dan kegiatan lingkungan di desa yang sebelumnya sempat tidak beroperasi kembali. Selain itu bonus dari kegiatan-kegiatan tersebut adalah semoga bisa meningkatkan pendapatan bagi masyarakat dari pengelolaan sampah bernilai ekonomis bersama mitra dan melakukan inovasi minuman sehat bernutrisi yang dapat dijadikan sebagai ide bisnis UMKM. Lalu kegiatan ini diakhiri dengan pembagian Bubuk Abate untuk mendukung pencegahan Demam Berdarah, mengingat cuaca sedang tidak bersahabat dan kurang baik, rawan terjangkit penyakit Demam Berdarah.

## 5. SIMPULAN

Secara keseluruhan kegiatan Pembangunan Taman Apotek Hidup Desa, kegiatan Sosialisasi Edukatif serta Penyuluhan Kesehatan yang dilakukan di Desa Semambung, Kecamatan Gedangan, Kabupaten Sidoarjo telah berjalan dengan baik dan berhasil. Hal ini ditunjukkan dengan antusias kader dan ibu balita dalam mengikuti kegiatan awal hingga akhir. Selain itu kader dan ibu balita mampu mengenali lebih dalam tentang pentingnya masyarakat sebagai Garda Terdepan Mengelola Sampah Rumah Tangga dengan output utama yaitu Desa Semambung dapat memulai kembali dan memiliki Bank Sampah Desa sehingga dapat menambah nilai ekonomis di masyarakat, serta mengurangi volume sampah yang akan masuk ke Tempat Pembuangan Akhir (TPA). Kemudian output dari praktek pembuatan Lubang Biopori adalah dapat memperbaiki lingkungan di Desa Semambung, yaitu memperluas bidang penyerapan air, sebagai penanganan limbah organik, dan meningkatkan kesehatan tanah. Air yang masuk ke lubang biopori akan disimpan dan dapat menjaga kelembaban tanah terutama di musim kemarau, sehingga dalam hal ini dapat membantu mendukung program penanaman, serta mencegah terjadinya banjir. Kegiatan pelatihan ini juga diharapkan mampu menciptakan Taman Apotek Hidup pribadi dengan jenis tanaman yang lengkap dan lubang biopori secara optimal, dan menerapkannya di lahan pekarangan rumah warga masing-masing demi terciptanya lingkungan yang lebih sehat dan masyarakat yang lebih sehat.

## 6. SARAN

Diharapkan agar seluruh warga Desa Semambung tetap kompak dan meneruskan program kami dengan baik, dapat merawat Taman Apotek Hidup Desa yang sudah dibangun agar tanaman-tanaman yang ada dapat tumbuh subur dan bermanfaat untuk masyarakat sekitar, serta warga dapat melakukan inovasi-inovasi makanan / minuman baru menarik yang terbuat dari tanaman Toga untuk kesehatan, dan minuman Cendol Kelor dapat dikembangkan menjadi ide bisnis yang bisa memiliki nilai jual tinggi di pasaran serta menambah perekonomian masyarakat.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Kegiatan Kuliah Kerja Nyata Pencerahan (KKN-P) Tahun 2022 Tematik “Membangun Desa Saptas Pesona Berdaya Saing Berbasis Potensi Lokal, Teknologi dan Green Ekonomi) diselenggarakan oleh Universitas Muhammadiyah Sidoarjo yang telah memfasilitasi mahasiswa/i Kelompok 48 untuk melaksanakan KKN-P Kluster di Desa Semambung, Kecamatan Gedangan, Kabupaten Sidoarjo. Terimakasih Kepala Desa Semambung, Ibu. Windy Kusumaning Tyas, S.Pd yang telah mengizinkan kami untuk melakukan pengabdian kepada masyarakat dan telah memberikan informasi dan tempat untuk pengabdian kami kepada masyarakat warga Desa Semambung.

Terima kasih kepada seluruh warga atau masyarakat Desa Semambung yang sudah ikut berpartisipasi khususnya Pemerintah Desa Semambung, Ibu-Ibu PKK Desa Semambung, Para Guru TK Dharma Wanita

# Procedia Of Social Sciences and Humanities

Proceedings of the 1st SENARA 2022

Persatuan Semabung maupun seluruh warga yang lainnya yang mungkin tidak bisa disebutkan satu per satu dalam membantu kelancaran pengerjaan segala proker yang ada di dalam program kerja KKN-P Kelompok 48, sehingga kegiatan Mahasiswa KKN-P Kelompok 48 dapat berjalan dengan baik, lancar serta sesuai. Sekali lagi terima kasih atas kenangan, waktu, perhatian, serta arahnya dalam membimbing kami selama mengabdikan di Desa Semabung.

Kepada DPL KKN-P Kelompok 48, Ibu Aisha Hanif, SA., M.Acc., Ak. dan Anggota KKN-P Kelompok 48 Universitas Muhammadiyah Sidoarjo.

Atas perhatian dan kerjasamanya kami mengucapkan terimakasih. Semoga Allah SWT meridhoi dan menjadikan pengabdian ini sebuah keberkahan, serta selalu memberikan kita kemudahan dalam menjalankan aktivitas dan kegiatan ini dan kedepannya. Aamiin Yaa Rabbal'al Aamiin.

## DAFTAR PUSTAKA

- [1] Kemenkes Republik Indonesia (2017). *100 Kabupaten/Kota Prioritas Untuk Intervensi Anak Kerdil (Stunting)*. Jakarta
- [2] Kemenkes Republik Indonesia (2018). *Situasi Balita Pendek (Stunting) di Indonesia*. Buletin Jendela Data dan Informasi Kesehatan. Jakarta.
- [3] Laswati, D. (2017). *Masalah Gizi dan Peran Gizi Seimban*. Agrotech, 2(1).
- [4] Fitri (2018). *Hubungan BBLR dan ASI Eksklusif dengan Kejadian Stunting di Puskesmas Lima Puluh Pekanbaru*. Jurnal Endurance, 3(1), pp. 131–137.
- [5] Saepudin, E. (2017). *Peran Posyandu Sebagai Pusat Informasi Kesehatan Ibu dan Ana*. Record and library journal, 3(2).
- [6] Dikson, Suprojo dan Adiwidjaja (2017). *Peran Kader Posyandu Terhadap Pembangunan Masyarakat*. Jurnal Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, 6(1).
- [7] Yendi, Eka dan Maemunah (2017). *Hubungan Antara Peran Ibbu dalam Pemenuhan gizi Anak dengan Status Gizi Anak Prasekolah di TK Dharma Wanita Persatuan 2 Tlogomas Kota Malang*. Nursing News, 2(2).
- [8] <https://mediacenter.temanggungkab.go.id/berita/detail/atasi-stunting-dengan-nutrisi-daun-kelor>
- [9] <https://www.k24klik.com/blog/manfaat-daun-kelor-untuk-mencegah-stunting/>