

# APOTEK

# HIDUP



E-Zine **Apotek Hidup** diterbitkan bersama oleh  
Makassar International Writers Festival, Literature  
Across Frontier, Memodapur Food-Focused Study  
Group dan Komunitas Budaya Sa’pulo Kaluppini  
Oktober, 2025

**Teks:**

Sarni, Taufik Syahrani, Wilda Yanti Salam,

**Foto dan Gambar:**

Feby Ardiatri Pasangka

**Pereka Sampul dan Tata Letak:**

SOKONG! / Kurnia Yaumil Fajar

**Kerabat Kerja:**

Direktur: M. Aan Mansyur

Manager Festival: Ita Ibnu

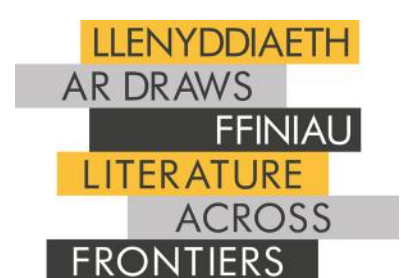
Manager Program: Rachmat Hidayat Mustamin

Program Officer: Wilda Yanti Salam

Tim Riset: Perempuan-Perempuan Adat Kaluppini

**Terima kasih kepada:**

Adam Bin Aris, Lawiri, Hayati, Fatmawati, Ica, Pika,  
Juli, Sakira, Tria Elisa Putri, Nur Afika Salsabila,  
Sofiya Azzarah, Syakira, Naura Dea Anindia



# Marginalised Women's Voices on Climate Emergency in Sulawesi and Wales









## *Suara Perempuan yang Terpinggirkan dalam Keadaan Darurat Iklim di Sulawesi dan Wales*

**S**uara perempuan memainkan peran penting dalam menyerukan langkah-langkah untuk mengatasi perubahan iklim melalui pendekatan ekologi dan etika, menjadikan budaya dan pengetahuan tradisional yang diwariskan oleh perempuan sebagai landasan merawat ekosistem dan mengelola lingkungan secara umum. Perubahan iklim tidak mempengaruhi semua orang secara merata, perempuan menghadapi dampak yang tidak proporsional terutama karena mereka merupakan mayoritas dari populasi dunia yang kurang beruntung, baik yang bergantung pada sumber daya alam lokal atau terkena dampak dengan cara lain sebagai penduduk kota.

Tema proyek ini terkait dengan tema #MIWF2025 'Land and Hand', sebuah seruan dan ajakan untuk secara kolektif memikirkan, membicarakan, dan melawan segala bentuk degradasi ruang hidup masyarakat kurang mampu dan kurang beruntung. Kami bertujuan untuk mempertemukan perempuan dari komunitas yang terpinggirkan untuk berbagi cerita dan pengalaman mereka dan mendiskusikan inisiatif yang relevan bagi mereka. Di Indonesia, kami akan berfokus pada masyarakat

adat yang paling menderita akibat dampak perubahan iklim, sementara di Wales, mitra kami akan bekerja dengan perempuan migran.

Kami percaya bahwa dengan membantu perempuan yang terpinggirkan untuk menceritakan kisah mereka akan memberdayakan mereka, memberi mereka kebebasan dan pada gilirannya memungkinkan mereka untuk didengar, dan berbagi ide dan pengalaman mereka secara lokal dan internasional. Kami akan melibatkan kelompok pemuda adat di Kampung Adat Kaluppini, Kabupaten Enrekang, Sulawesi Selatan sebagai penulis dan seorang mentor penulisan yang akan bekerja dengan mereka dan sekelompok perempuan migran di Wales untuk memfasilitasi penceritaan kisah-kisah mereka dalam bentuk prosa dan puisi.

Cerita-cerita ini kemudian akan dipublikasikan secara online dan dipresentasikan dalam acara publik sebagai bagian dari Makassar International Writers Festival dan dalam sebuah acara di Wales, menggunakan teknologi untuk mempertemukan para peserta seperti yang telah kami lakukan sebelumnya dalam proyek bersama Silence 2020 dan proyek-proyek lain yang dikelola oleh para mitra, yang menggabungkan penampilan langsung dan jarak jauh dari para peserta secara langsung dan jarak jauh.

Proyek 'Suara Perempuan yang Terpinggirkan dalam Keadaan Darurat Iklim di Sulawesi dan Wales' pada akhirnya akan mengatasi dampak global dari global dengan menghubungkan dua komunitas lokal lintas benua dan budaya untuk menekankan aspek kemanusiaan yang sama dan kebutuhan untuk berbagi tanggung jawab bersama untuk mengatasi perubahan iklim di tingkat internasional dengan inisiatif akar rumput berdasarkan kebutuhan yang disuarakan.



## **Lokakarya Pemetaan dan Pengarsipan Pengetahuan Perempuan Adat Kaluppini**

Projek ini akan dilaksanakan dengan melibatkan ibu rumah tangga dan remaja sebagai partisipan lokakarya dan Kelompok Pemuda Karang Taruna sebagai pendamping. Pada praktiknya, partisipan didampingi oleh fasilitator akan melakukan pengumpulan, pemetaan, dan pengarsipan sumber daya alam yang tersedia dan digunakan sehari-hari oleh para ibu sebagai sumber pangan dan pengobatan alami, pemilihan model lokakarya dan tema sumber daya alam ini sejalan dengan upaya mengamankan basis pengetahuan; menanam, meramban, meramu, memasak, dan mengobati yang menggambarkan praktik keperawatan yang dilakukan para perempuan di dalam komunitasnya. Kerja-kerja perawatan ini juga adalah gambaran dari advokasi dan resistensi yang dilakukan oleh para perempuan adat di Kaluppini. Lokakarya ini melibatkan 10 ibu rumah tangga, 10 remaja dan 10 orang pendamping.

Pelatihan Lokakarya Kampung yang berlangsung di dalam Komunitas Adat Kaluppini<sup>1</sup>, Desa Kaluppini, Kabupaten Enrekang. Proses ini akan difasilitasi oleh Wilda Yanti Salam<sup>2</sup> bersama anggota Kelompok Pendamping.

Zine ini adalah luaran dari proyek **Marginalised Women's Voices on Climate Emergency in Sulawesi and Wales**, kolaborasi Makassar International Writers' Festival (MIWF) dan Literature Across Frontiers (LAF) didukung oleh British Council melalui 'Connections Through Culture Fund'

<sup>1</sup> Gambaran Komunitas Adat Kaluppini

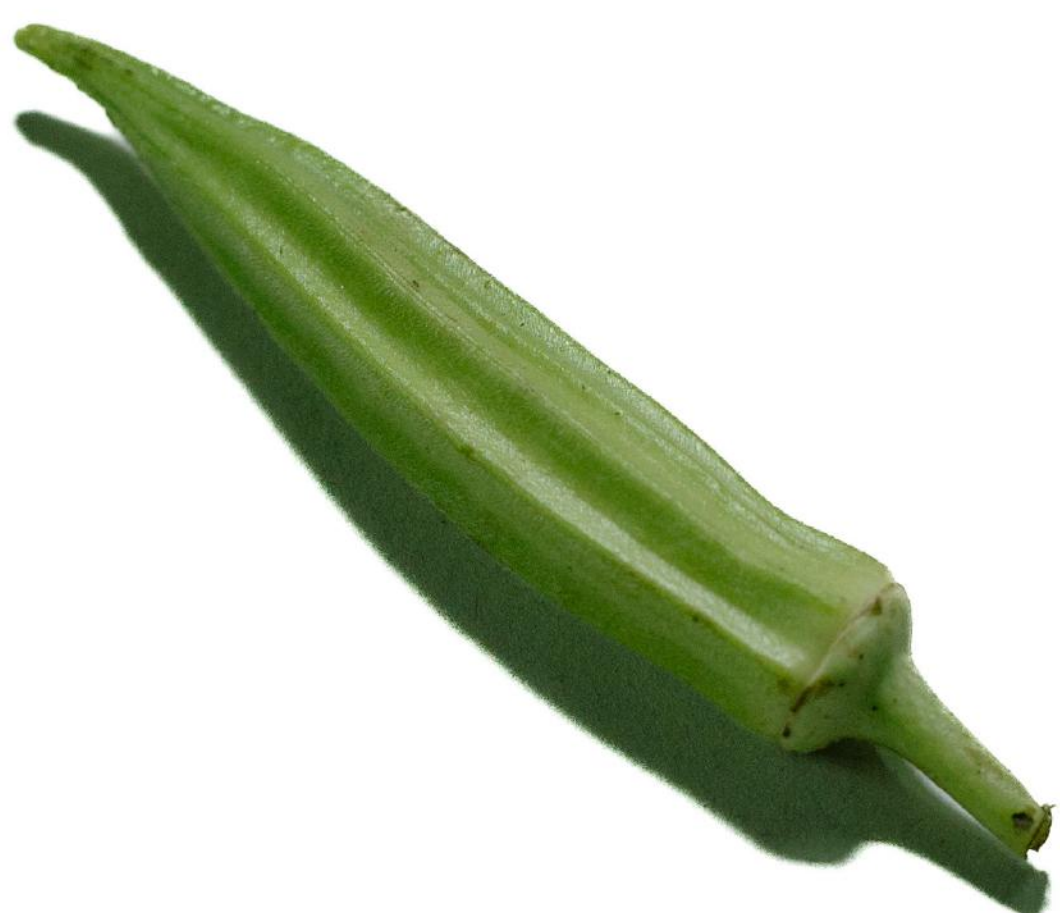
<https://www.mongabay.co.id/2015/11/26/menjaga-hutan-menjaga-masyarakat-adat-kaluppini-enrekang/>

<sup>2</sup> Penulis, Peneliti, Fasilitator dan Project Coordinator CTC-MIWF 2025 <https://id.linkedin.com/in/wildays>











# Belajar dari Pekarangan: *‘Apotek Hidup’* Perempuan Adat Kaluppini di Tengah Krisis Iklim

Taufik Syahrandi

Tahun ini, saya berkesempatan terlibat dalam program Connections Through Culture (CTC), kerja sama antara British Council dengan Makassar International Writers Festival (MIWF). Tema yang diangkat adalah Marginalised Women’s Voices on Climate Emergency in Sulawesi and Wales, sebuah gagasan besar yang lahir dari kesadaran bahwa krisis iklim tidak pernah netral. Perubahan iklim membawa dampak nyata yang paling berat dirasakan oleh kelompok yang selama ini dipinggirkan, yaitu perempuan, masyarakat adat, dan komunitas lokal. Dari ruang diskusi itu, saya bersama Komunitas Budaya Sapulo Tallu mulai bertanya, isu apa yang paling relevan untuk dibicarakan dari perspektif Kaluppini, kampung tempat saya lahir dan tumbuh.









LESSUN BALAO

Jawabannya muncul dari obrolan sederhana, yakni pekarangan. Dari kebun kecil di samping rumah, dari daun-daun yang kadang dianggap rumput liar direbus menjadi obat asam lambung, dari umbi-umbian yang bisa mengganjal perut ketika paceklik datang. Perempuan adat Kaluppini menyimpan pengetahuan berharga tentang pangan dan obat, sebuah apotek hidup yang menopang kehidupan sehari-hari meski jarang dianggap sebagai ilmu. Di tengah perubahan iklim yang mengacaukan musim tanam dan mengancam ketersediaan pangan, pengetahuan inilah yang justru menjadi jangkar bagi komunitas.

Kami memulai kegiatan dengan berkumpul di Kantor Desa Kaluppini. Di sana anak-anak, pemuda, dan orang tua duduk bersama untuk mendengar arahan tentang tujuan kegiatan dan bagaimana prosesnya akan berjalan. Suasana terasa akrab, para ibu memberi penjelasan awal mengenai pentingnya mengenal tumbuhan di sekitar rumah. Setelah itu, peserta dibagi menjadi tiga kelompok, masing-masing dipimpin oleh seorang ibu yang menjadi sumber pengetahuan utama. Ada Ibu Hayati, Mama Maman, dan Mama Nabila.





Lila Luku



Daun tabang

Tiga kelompok ini kemudian berpencar ke dua wilayah kampung, yaitu Dusun Palli dan Dusun Tana Doko. Setiap kelompok berjalan menyusuri jalanan kampung dan pekarangan warga sambil memperhatikan tumbuhan yang tumbuh di sekitarnya. Anak-anak terlihat antusias bertanya, apakah daun ini bisa dimakan, apakah yang itu bisa dijadikan obat, dan bagaimana cara mengolahnya. Bagi anak-anak, tanaman yang mereka kumpulkan sebagian besar belum mereka ketahui nama dan fungsinya apa. Dari proses ini, berhasil terkumpul sekitar lima puluh jenis daun yang memiliki fungsi berbeda, mulai dari bahan pangan hingga ramuan obat tradisional.





Suasana menjadi semakin hidup ketika semua catatan itu kami bawa kembali ke kantor desa. Dengan kertas plano besar, anak-anak menuliskan kembali nama-nama tumbuhan, lalu bersama-sama kami mengelompokkan berdasarkan khasiatnya. Ada tanaman untuk mengatasi sakit perut, ada yang untuk obat sakit gigi, ada yang untuk luka ringan, penurun panas, hingga pengganti makanan pokok. Ruang itu berubah menjadi semacam kelas terbuka di mana pengetahuan yang selama ini tercecer di kepala para orang tua kini berpindah tangan, berpindah generasi, dan menjadi ingatan kolektif.





Dari proses ini, saya merasakan betapa pengetahuan perempuan adat Kaluppini bukan hanya kumpulan resep atau ramuan, melainkan strategi bertahan hidup. Pengetahuan itu lahir dari pengalaman panjang hidup berdampingan dengan alam, teruji oleh krisis demi krisis, dan diwariskan dengan cara paling sederhana melalui percakapan sehari-hari serta praktik di kebun dan dapur. Namun saya juga menyadari bahwa jika tidak ada upaya mendokumentasikan dan meneruskan, pengetahuan ini bisa hilang, terkikis oleh modernisasi, dan terpinggirkan oleh arus besar pengetahuan yang dianggap lebih ilmiah.





Refleksi lain yang saya dapat adalah tentang cara kita membicarakan krisis iklim. Selama ini, wacana iklim sering hadir dalam bahasa yang jauh dari keseharian, misalnya suhu global, data emisi karbon, atau jargon internasional. Tetapi di Kaluppini, krisis iklim tampak jelas di pekarangan rumah. Ia hadir ketika satu jenis tanaman tidak lagi tumbuh subur, ketika musim panen bergeser, atau ketika ibu-ibu harus mencari alternatif bahan makanan untuk keluarga mereka. Krisis itu nyata, bukan sekadar konsep. Dan perempuan adatlh yang paling dulu merasakan sekaligus mencari jalan keluar.

Bagi saya, keterlibatan dalam proses ini adalah pengalaman pulang. Pulang bukan hanya dalam arti fisik ke kampung halaman, tetapi juga pulang pada pengetahuan yang pernah saya abaikan, pulang pada kearifan yang selalu ada namun jarang dianggap penting. Saya belajar bahwa untuk menghadapi krisis global, kita tidak bisa hanya mengandalkan solusi dari luar. Justru pengetahuan lokal yang tumbuh di pekarangan dan diingat oleh perempuan adat adalah bagian dari jawabannya.





Karena itu, pekerjaan ini belum selesai. Mengumpulkan data hanyalah langkah awal. Yang lebih penting adalah menjaga agar pengetahuan ini tetap hidup, diwariskan, dan dipraktikkan oleh generasi berikutnya. Saya semakin yakin bahwa suara perempuan adat Kalupkini bukan hanya perlu didengar, tetapi juga dijadikan fondasi dalam membayangkan masa depan yang lebih tangguh di tengah krisis iklim. []











# BOLU KAJU



## OBAT PEMBERSIH LUKA (bisul dan bekas luka gatal)

Cara penggunaan: Ambil bolu kaju, lalu rebus hingga mengeluarkan aroma dan airnya berubah bening - merah kemudian tempelkan pada luka bisul setelah itu dicuci dengan air bersih.



# CUCUR BEBE



## OBAT SAKIT KEPALA

Cara penggunaan: Ambil 2-3 lembar daun cucur bebe, lalu memarkan hingga mengeluarkan air. Setelah itu tempel daun tersebut di dahi. Apabila daun tersebut sudah panas, ganti dengan yang baru.

# DAUN SAREKAJA



## OBAT PENURUN TEKANAN DARAH & KOLESTEROL

Cara penggunaan: ambil 10 lembar daun tersebut, lalu masak dengan air 2 gelas. Tunggu hingga airnya menyusut kira-kira sampai satu gelas. Minum sebelum tidur.



# UMBI GONDA



## OBAT SAKIT GIGI

Cara penggunaan: ambil umbi gonda, bersihkan. Setelah itu tumbuk hingga halus, bungkus menggunakan kapas lalu masukkan ke dalam gigi yang berlubang.



# SAMBAKO



## OBAT SESAK NAPAS

Cara Penggunaan: Ambil 1-2 lembar sambako, lalu remas-remas hingga mengeluarkan air. Setelah itu gosokkan ke bagian dada.



# LILA LUKU



## OBAT PANAS DALAM

Cara Penggunaan: Ambil lila luku, lalu bersihkan. Setelah itu parut hingga halus, peras hingga mengeluarkan air dan saring. Minum sebanyak 1 sendok setiap pagi sebelum sarapan.

# KACANG LENDIR



## MENJAGA KESEHATAN PENCARNAAN & JANTUNG

Cara penggunaan: bisa dicampurkan langsung ke dalam sayuran, bisa juga langsung dimakan sebagai lalapan



# DAUN PECAH BELING



## OBAT USUS BUNTU

Cara Penggunaan: Ambil 11 lembar daun pecah beling, lalu rebus dengan 2 gelas air. Tunggu hingga menyisahkan 1 gelas air, lalu minum.  
Minum sebanyak 2 kali sehari



# DAUN LAMBA



## OBAT SESAK NAPAS

Cara Penggunaan: Ambil 1-2 lembar sambako, lalu remas-remas hingga mengeluarkan air. Setelah itu gosokkan ke bagian dada.



# KUMIS KUCING



## OBAT PANAS DALAM

Cara Penggunaan: Ambil lila luku, lalu bersihkan. Setelah itu parut hingga halus, peras hingga mengeluarkan air dan saring. Minum sebanyak 1 sendok setiap pagi sebelum sarapan.



“Krisis itu nyata, bukan  
sekadar konsep. Dan  
perempuan adakalanya yang  
paling dulu merasakan  
sekaligus mencari  
jalan keluar.”









