

EDUKASI PEMANFAATAN TANAMAN OBAT KELUARGA (TOGA) SEBAGAI PENGOBATAN ALTERNATIF DI DESA PASIR GOMBONG

Winda Suryani Intifada¹, Bachtiar Yusuf Habibi², Ema Indah Maria Samosir³, Erliza Ayuni⁴, Fitri Hayati⁵

¹Program Studi Sarjana Terapan Keselamatan dan Kesehatan Kerja, Fakultas Ilmu Vokasi, Universitas Medika Suherman

^{2,3,4,5}Program Studi Sarjana Farmasi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Medika Suherman,
¹E-mail: winda.intifada@gmail.com

Abstract

Family Medicinal Plants is a type of plant that we often find in everyday life that has medicinal properties. These plants are cheap, easy to get, and usually grow around the yards of residents'houses. Pasir Gombang village is one of the villages in North Cikarang. This village is located not far from the Industrial Area. The people in this village are already familiar with the family medicinal plants , but their utilization and how to consume them are not fully optimal and accurate. This socialization activity aims to make the people of Pasir Gombang Village able to know what types of medicinal plants can be used by the surrounding community and how to process these plants so that they can be used as medicine. The method used for this activity is to educate the public about the properties of each plant used as medicine and how to process it and how to consume it safely and appropriately. The result of this activity is that people are able to know about the benefits of plants around them to be used as medicine and know how to process them.

Keywords: family medicinal plants, socialization, herbal medicine

Abstrak

Tanaman Obat Keluarga (TOGA) merupakan jenis tanaman yang seringkali kita temukan pada kehidupan sehari-hari yang memiliki khasiat sebagai pengobatan. Tanaman ini murah, mudah didapat, dan biasanya tumbuh di sekitar pekarangan rumah warga. Desa pasir gombang merupakan salah satu desa yang berada di Cikarang Utara. Desa ini terletak tidak jauh dari Kawasan Industri. Masyarakat di Desa ini sudah mengenal tentang Tanaman Obat keluarga (TOGA), namun pemanfaatannya dan cara mengkonsumsinya belum sepenuhnya optimal dan tepat. Kegiatan sosialisasi ini bertujuan agar masyarakat Desa Pasir Gombang mampu mengetahui apa saja jenis-jenis tanaman obat yang bisa dimanfaatkan oleh masyarakat sekitar dan bagaimana cara mengolah tanaman tersebut sehingga bisa dijadikan sebagai obat. Metode yang digunakan untuk kegiatan ini yaitu memberikan edukasi kepada masyarakat tentang khasiat dari masing-masing tanaman yang dijadikan pengobatan dan cara mengolahnya serta cara aturan mengkonsumsinya dengan aman dan tepat. Hasil dari kegiatan ini adalah masyarakat mampu mengetahui tentang manfaat tanaman di sekitar untuk dijadikan sebagai pengobatan dan mengetahui bagaimana cara mengolahnya.

Kata Kunci: tanaman obat keluarga (TOGA), sosialisasi, obat herbal

Submitted: 2023-07-18

Revised: 2023-07-24

Accepted: 2023-07-26

Pendahuluan

Masyarakat Indonesia secara turun temurun menggunakan tanaman herbal untuk memelihara dan mengatasi masalah kesehatan, namun belum semua memahami manfaat dari tanaman yang ada. Pengobatan tradisional dengan menggunakan tumbuhan telah dilakukan sejak dahulu secara turun temurun oleh masyarakat Indonesia. Meskipun pengobatan modern telah berkembang hingga ke daerah pedesaan, namun penggunaan tumbuhan sebagai obat masih tetap diminati masyarakat dan saat ini semakin berkembang (Febrina Angraini Simamora, Nanda Masraini Daulay, 2022).

Tanaman merupakan tumbuhan yang hidup dimana saja baik itu di lingkungan rumah, kebun, maupun hutan. Pemanfaatan tanaman sebagai obat sejak dulu diminati oleh masyarakat desa, hal itu ditandai dengan banyaknya tempat pengobatan tradisional serta banyak beredar produk obat tradisional di tengah-tengah masyarakat. Dengan pengetahuan yang telah diwariskan oleh nenek moyang, hingga sekarang pengobatan tradisional menjadi pilihan

masyarakat dalam menyembuhkan penyakit, bahkan ada yang membudidayakan sebagai tanaman obat keluarga atau TOGA (Harefa, 2020).

Tanaman obat keluarga (TOGA) merupakan tanaman hasil budidaya keluarga (rumahan) yang mempunyai khasiat sebagai obat. Penanaman TOGA dapat di pot atau di lahan sekitar rumah, dan jika lahan yang ditanami cukup luas maka sebagian hasil panen dapat dijual dan menambah pendapatan keluarga. Adapun pemanfaatan TOGA selain sebagai obat, juga dapat dimanfaatkan untuk: (1) penambah gizi keluarga (pepaya, timun, bayam), (2) bumbu atau rempah-rempah masakan (kunyit, kencur, jahe serai, daun salam), (3) menambah keindahan (mawar, melati, bunga matahari, kembang sepatu, tapak dara, kumis kucing) (Febrina Angraini Simamora, Nanda Masraini Daulay, 2022).

TOGA dapat dijadikan sebagai obat karena memiliki kandungan atau zat aktif yang berfungsi dalam mencegah serta mengobati penyakit, baik itu penyakit yang disebabkan oleh perubahan cuaca maupun penyakit lainnya (Maulidiah, 2019). Baru beberapa tahun belakangan ini ada kecenderungan untuk kembali ke alam atau "*back to nature*" membuat masyarakat kembali kepada tanaman obat (Pertwi et al., 2020). Hal itu tidak terlepas dikarenakan beberapa kelemahan obat konvensional antara lain terdapat efek samping, resistensi obat yang tinggi, terakumulasi di tubuh dan harganya pun cenderung lebih mahal (Wirasisya, 2018). Cara ini merupakan salah satu langkah yang paling efisien dalam mengatasi permasalahan kesehatan yang ada di lingkungan masyarakat (Nurchayyo, 2022).

Menurut hasil Riskesdas tahun 2018, proporsi pemanfaatan upaya kesehatan tradisional: ramuan jadi 48%, ramuan buatan sendiri (31,8%), keterampilan manual (65,3%), keterampilan olah pikir (1,9%), dan keterampilan energi (2,1%).

Maka dari itu, penggunaan obat-obat herbal ini sebenarnya sangat mungkin dan sangat bisa dilakukan oleh masyarakat Desa Pasir Gombang, mengingat masyarakat di daerah ini banyak sekali yang masih menggunakan pengobatan tradisional. Akan tetapi hal ini masih minimnya pengetahuan masyarakat jenis tanaman apa saja yang bisa dijadikan obat dan kurangnya wawasan dalam mengolah tanaman yang ada menjadi obat-obatan herbal atau TOGA secara tepat dan optimal. Maka dari itu, dengan adanya sosialisasi tanaman obat keluarga (TOGA) sebagai pengobatan alternatif tersebut dapat meningkatkan pengetahuan kepada masyarakat dalam memanfaatkan tanaman disekitar untuk dijadikan sebagai tanaman obat keluarga dan mengetahui cara mengolahnya.

Metode

Pelaksanaan kegiatan pengabdian dengan tema KKN-TEMATIK yang dilakukan di Desa Pasir Gombang diharapkan dapat membawa dampak positif bagi masyarakat sekitar. Secara umum, metode pelaksanaan yang digunakan dalam pengabdian pada masyarakat ini adalah sosialisasi pemanfaatan TOGA dan praktik langsung pembuatan ramuan obat. Tahapan yang dilakukan dalam kegiatan ini adalah sebagai berikut:

1. Observasi, yaitu salah satu kegiatan pokok dalam pelaksanaan pengabdian ini. Observasi dilakukan secara door to door ke rumah masyarakat. Kegiatan ini dilakukan sebelum memilih TOGA yang akan di edukasikan, sehingga tim sosialisasi melakukan penyebaran kuesioner untuk melihat jenis penyakit apa saja yang paling sering terjadi di Desa Pasir Gombang. Dengan adanya hasil kuesioner tersebut bisa disimpulkan TOGA apa saja yang harus dipilih dan didedikasikan kepada masyarakat untuk mengatasi permasalahan penyakit tersebut
2. Sosialisasi dan penyuluhan manfaat tanaman obat keluarga (TOGA), kegiatan ini dilakukan karena merupakan salah satu komponen yang paling penting dalam pelaksanaan pengabdian ini dan dilakukan secara door to door ke rumah masyarakat. Sosialisasi ini

dilakukan pada tanaman obat keluarga (TOGA) yang mudah didapat, murah, dan sering digunakan oleh masyarakat. TOGA tersebut antara lain; kunyit, jahe, kemangi, daun teh, dan kayu manis. Adapun sasaran dari kegiatan sosialisasi adalah masyarakat Desa Pasir Gombang, Kecamatan Cikarang Utara, Kabupaten Bekasi, Jawa Barat. Maksud dan tujuan dari kegiatan sosialisasi ini adalah untuk memberikan pemahaman dan pengetahuan bagi masyarakat mengenai jenis tanaman apa saja yang bisa dijadikan obat. Selain itu sosialisasi dilakukan juga dengan membawakan sampel TOGA yang sudah diracik dan siap untuk diminum oleh masyarakat serta diberikan edukasi mengenai cara mengolahnya.

Hasil dan Pembahasan

Pelaksanaan pengabdian dengan tema KKN-TEMATIK merupakan salah satu bentuk *tri dharma* perguruan tinggi yang dilakukan oleh dosen dan mahasiswa. Dengan adanya kegiatan ini akan banyak sekali manfaatnya bagi masyarakat maupun mahasiswa, terutama dalam hal *transfer knowledge* maupun *sharing* mengenai kehidupan sehari-hari dalam bermasyarakat. Selain itu mahasiswa juga bisa melakukan menerapkan ilmu teori yang didapatkan dari bangku perkuliahan kepada masyarakat.

Pada pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini tema yang diambil adalah sosialisasi pemanfaatan tanaman obat keluarga (TOGA) sebagai pengobatan alternatif di Desa Pasir Gombang Karena hal ini merupakan salah satu komponen terpenting dalam kehidupan sehari-hari terutama bagi masyarakat dalam melakukan pengobatan alternatif. Akan tetapi banyak sekali masyarakat di desa tersebut yang belum sepenuhnya mengetahui tanaman jenis apa saja yang bisa dijadikan obat dan belum mengetahui cara mengolahnya. Sehingga tanaman obat-obatan yang ada dibiarkan saja tanpa dimanfaatkan sedikitpun oleh masyarakat. Oleh karena itu, ada beberapa cara yang dapat dilakukan dalam pelaksanaan pengabdian ini diantaranya adalah sebagai berikut:

1. Observasi

Persiapan dimulai dari penyebaran kuesioner untuk mengetahui identitas dan penyakit yang sering dialami oleh masyarakat yang nantinya diberikan edukasi terkait penanganan penyakit tersebut dengan TOGA. Tanaman yang disosialisasikan dipastikan telah tersedia agar masyarakat dapat memahami perbedaan anatomi pada TOGA dan mampu mengetahui cara mengolahnya.

Berdasarkan hasil pendataan yang kami lakukan di lokasi ada beberapa tanaman yang bisa dijadikan sebagai tanaman obat keluarga, diantaranya adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Contoh Jenis Tanaman Obat dan Khasiatnya

Jenis Tanaman	Manfaat
Kunyit	Mengatasi masalah pegal-pegal, sakit pinggang dan kesemutan
Jahe	Mengatasi masalah demam dan vertigo
Daun Kemangi	Mengatasi masalah sistem pencernaan seperti maag
Kayu Manis	Mengatasi masalah tekanan darah tinggi (hipertensi)
Teh	Mengatasi masalah sakit kepala

Dari hasil tabel di atas menunjukkan bahwa penyakit yang sering dialami oleh masyarakat di Desa Pasir Gombang dapat diatasi dengan memanfaatkan tanaman obat keluarga (TOGA) sebagai pengobatan alternatif. Jenis penyakit yang ada di Desa Pasir Gombang merupakan penyakit yang bisa diatasi dengan memanfaatkan tanaman obat keluarga (TOGA), sehingga sangat bermanfaat sekali bagi masyarakat jika dimanfaatkan untuk pengobatan alternatif. Hal tersebut belum dimanfaatkan secara maksimal oleh masyarakat sekitar dikarenakan masih minimnya pengetahuan mengenai manfaat dari jenis

tanaman tersebut, sehingga masih sangat jarang masyarakat yang menggunakan tanaman tersebut sebagai alternatif obat-obatan keluarga. Dengan adanya pengabdian ini serta penyuluhan maupun sosialisasi yang akan dilakukan kepada masyarakat Desa Pasir Gombang harapannya bisa memanfaatkan tanaman tersebut sebagai pengobatan alternatif dan mampu mengolahnya.

2. Sosialisasi

Sosialisasi dilakukan dengan metode penyuluhan secara *door to door* dan membawakan sampel TOGA yang sudah diracik dan siap diminum. Materi sosialisasi meliputi pengertian TOGA, beberapa tanaman yang termasuk TOGA, khasiat dan cara pengolahan tanaman untuk pengobatan. Berikut adalah daftar tanaman pilihan untuk sosialisasi. Dipilihnya tanaman tersebut dikarenakan kemudahannya dalam didapatkan dan cara mengolahnya, sebagai berikut:

Tabel 2. Contoh Jenis penyakit dan Tanaman Obat Keluarganya

Jenis Penyakit	Jenis TOGA
Pegal linu atau pegal-pegal	Kunyit
Demam	Jahe
Sakit pinggang	Kunyit
Kesemutan	Kunyit
Sakit maag	Kemangi
Hipertensi	Kayu manis
<i>Vertigo</i>	Jahe
Sakit kepala	Teh

Terdapat beberapa dampak dari rangkaian acara pengenalan hingga pemanfaatan TOGA, diantaranya adalah sebagai berikut:

- a. Memberikan wawasan pentingnya penanaman tanaman obat di pekarangan
- b. Pertolongan pertama pada penyakit yang terjadi pada keluarga
- c. Melestarikan tanaman obat
- d. Sebagai sumber ekonomi keluarga



Gambar 1. Penjelasan dan Penyebaran Kuesioner



Gambar 2. Memberikan ramuan obat keluarga kepada masyarakat



Gambar 3. Pemberian Sampel atau Tanaman Obat

Pemanfaatan TOGA dalam lingkungan masyarakat diperlukan sebagai acuan agar tanaman obat dapat digunakan secara rasional, antara lain : ketepatan takaran/dosis, ketepatan waktu penggunaan, ketepatan cara penggunaan, dan ketepatan pemilihan bahan.

Menurut masyarakat sekitar, minuman dari tanaman toga ini sangat digemari masyarakat karena rasanya yang manis dan terasa segar. Selain bermanfaat untuk membentuk antibodi di tubuh juga bisa menghilangkan rasa dahaga. Hasil wawancara dari demonstrasi ini, pemanfaatan tanaman toga sangat digemari oleh masyarakat terutama ibu-ibu yang bisa mempraktekan pemanfaatan ini di rumah masing-masing dan disajikan untuk keluarga.

Masyarakat berharap dengan adanya sosialisasi tentang TOGA ini dapat memberikan peningkatan pengetahuan untuk lebih memaksimalkan berbagai tanaman obat sebagai pencegahan dan pengobatan berbagai penyakit secara alami. Masyarakat juga berharap ke depannya tanaman TOGA dapat diolah menjadi jamu instan yang dikemas secara baik dan dapat dijadikan sebagai produk lokal. Hal ini berpotensi untuk dapat meningkatkan kesejahteraan masyarakat yang lebih baik dan lebih sehat.

Kesimpulan

Pemberdayaan masyarakat melalui budidaya tanaman obat (TOGA) di Kelurahan Pasir Gombang dapat berjalan dengan lancar. Masyarakat yang mengikuti kegiatan ini sangat antusias dan mendapatkan pengetahuan terkait pentingnya TOGA sebagai alternatif pengobatan mandiri dan dapat meningkatkan pendapatan ekonomi masyarakat dari budidaya TOGA tersebut. Kegiatan

pemberdayaan masyarakat seperti ini perlu untuk selalu ditingkatkan agar masyarakat bisa lebih sehat dan memiliki penghasilan ekonomi tambahan.

Kegiatan penyebaran kuesioner tentang tanaman obat keluarga beserta penyakitnya, sosialisasi, dan penyuluhan dilaksanakan untuk meningkatkan wawasan bagi tiap warga Blok T di Desa Pasir Gombang. Masyarakat juga dapat langsung mengaplikasikan penanaman TOGA di pekarangan rumah. TOGA bermanfaat sebagai obat keluarga yang aman, murah, dan mudah didapat. TOGA juga bisa dimanfaatkan sebagai sumber ekonomi keluarga dan pertolongan pertama pada penyakit keluarga.

Diharapkan kepada masyarakat agar dapat menerapkan pemanfaatan tanaman TOGA dalam kehidupan sehari-hari sebagai alternatif dalam menyembuhkan keluhan penyakitnya. Serta diharapkan pada penelitian berikutnya dapat memperbanyak jenis tanaman TOGA yang dapat digunakan masyarakat sebagai obat alternatif lainnya

Daftar Pustaka

- Harefa, D. (2020). Pemanfaatan Hasil Tanaman Sebagai Tanaman Obat Keluarga (TOGA). *Madani: Indonesian Journal of Civil Society*, 2(2), 28–36.
- Maulidiah, M. (2019). *Pemanfaatan Organ Tumbuhan sebagai Obat yang Diolah Secara Tradisional Di Kecamatan Kebun Tebu Kabupaten Lampung Barat*. UIN Raden Intan Lampung.
- Pertiwi, R., Notriawan, D., & Wibowo, R. H. (2020). Pemanfaatan tanaman obat keluarga (toga) meningkatkan imunitas tubuh sebagai pencegahan covid-19. *Dharma Raflesia: Jurnal Ilmiah Pengembangan Dan Penerapan IPTEKS*, 18(2), 110–118.
- Wirasisya, D. G. (2018). Peningkatan Kesehatan Masyarakat Melalui Sosialisasi Penggunaan TOGA (Tanaman Obat Keluarga) Di Desa Tembopor. *Sarwahita*, 15(01), 64–71.
- Febrina Angraini Simamora, Nanda Masraini Daulay, A. H. (2022). Pemberdayaan Masyarakat dalam Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) di Desa Panobasan Kecamatan Angkola Barat Kabupaten Tapanuli Selatan. *Pengabdian Masyarakat*, 4(3), 199–203.
- Nurchahyo, E. (2022). Pemberdayaan Masyarakat Melalui Budidaya Tanaman Obat Keluarga (Toga) di Kelurahan Saragi, Kabupaten Buton. *Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(2), 120–125.