



Penanaman Tanaman Obat Keluarga (TOGA) untuk Mewujudkan Masyarakat Sehat

Novita Sari[✉], Thomas Calvin Andjasmara

Pendidikan Kimia, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Negeri Semarang

Abstrak. Tanaman Obat Keluarga (TOGA) adalah tanaman dengan efek farmakologis yang positif terhadap tubuh manusia dan biasanya ditanam di skala rumah maupun komunal. Tanaman obat ini kemudian dapat dimanfaatkan sebagai obat tradisional yang dapat dibuat dengan mudah. Tanaman yang dipilih biasanya adalah tanaman yang dapat digunakan untuk mengobati masalah kesehatan yang sederhana seperti flu dan batuk. Dalam kegiatan pengabdian ini, dua kegiatan dilakukan secara terpisah, yaitu sosialisasi dan penanaman tanaman obat bersama warga. Sosialisasi dilakukan untuk memberikan informasi kepada warga Desa Wadas terkait tanaman obat agar tanaman obat tersebut dapat bermanfaat setelah ditanam. Penanaman dilakukan untuk juga meningkatkan kesadaran terkait pemanfaatan lahan, di samping menjadi titik awal bagi warga dalam budidaya tanaman obat. Penanaman dilakukan di lahan balai desa agar warga dapat dengan mudah menjaga, merawat, dan memanfaatkan tanaman obat tersebut.

Abstract. Medicinal plants are plants with beneficial pharmacological effect on the human body and are usually planted in a family-scale or community-scale garden. These are then utilized as traditional medicines that can easily be prepared. The plants chosen are usually plants that can be used as first aids for simple medical problems such as common cold and cough. In this community service, two activities were done in separate occasion, i.e. promotion of medicinal plants and planting the medicinal plants together with the locals. The promotion was done to disseminate information regarding medicinal plants to the people of Wadas Village so that once planted, these plants can be of use to them. The planting was done to also raise awareness on land utilization, besides providing the locals with a starting point in the cultivation of medicinal plants. The planting was done in the land near the village hall so that the locals can easily maintain, take care of, and utilize the plants according to their needs.

Keywords: Medicinal Plants; Medicine; Traditional; Utilization

Pendahuluan

Indonesia memiliki keanekaragaman hayati yang sangat tinggi sehingga kaya akan berbagai tanaman obat yang sangat berpotensi untuk dikembangkan dan dimanfaatkan secara optimal. Salah satunya yaitu tanaman obat keluarga. Menurut Wirasisya (2018), Tanaman Obat Keluarga (TOGA) adalah tanaman berkhasiat yang ditanam di lahan pekarangan maupun ladang dan dikelola oleh keluarga. Jenis tanaman yang ditanam memenuhi keperluan keluarga akan obat-obatan tradisional yang dapat dibuat sendiri. Tanaman obat yang dipilih biasanya adalah tanaman yang dapat dipergunakan untuk pertolongan pertama atau obat-obatan ringan seperti demam dan batuk. Keberadaan tanaman obat di lingkungan rumah sangat penting, terutama bagi keluarga yang tidak memiliki akses mudah ke pelayanan medis seperti klinik, puskesmas ataupun rumah sakit. Dengan memahami manfaat, khasiat dan jenis tanaman tertentu, tanaman obat menjadi pilihan keluarga dalam memilih obat alami yang aman (Savitri, 2016). Setiap keluarga dapat membudidayakan tanaman obat secara mandiri dan memanfaatkannya sehingga akan terwujud prinsip kemandirian dalam pengobatan keluarga.

Pemanfaatan tanaman obat keluarga ditujukan agar diperoleh obat tradisional yang bermutu tinggi, aman, memiliki khasiat nyata yang teruji secara ilmiah, dan dimanfaatkan secara luas, baik digunakan sendiri maupun dalam pelayanan kesehatan formal. Selain sebagai obat, TOGA dapat mempunyai manfaat lain seperti sebagai penambah gizi keluarga,

bumbu masakan atau yang terkenal dengan empon-empon dan penambah keindahan (Harjono et al., 2017). Pencegahan penyakit dapat diatasi dengan memanfaatkan tanaman obat keluarga (TOGA). Pemanfaatan TOGA dipilih karena pada zaman yang semakin modern, pengetahuan masyarakat tentang TOGA masih kurang (Anggraeni & Suryanti, 2020). Pengenalan TOGA kepada masyarakat di Desa Wadas merupakan sebuah terobosan baru yang dapat dilakukan, meskipun tanaman obat tradisional sudah dikenal oleh masyarakat. Kenyataannya, banyak masyarakat yang mulai lupa akan khasiat tanaman obat tradisional dalam mengatasi masalah kesehatan.

Penggunaan tanaman sebagai alternatif obat juga didasari dengan tingginya obat herbal yang mulai dipromosikan di kalangan masyarakat. Banyak sekali produk-produk herbal yang sekarang sudah mulai berkembang dan beredar di kalangan masyarakat. Obat yang berasal dari bahan alam memiliki efek samping yang lebih rendah dibandingkan obat-obatan kimia karena efek obat herbal bersifat alamiah. Dalam tanaman-tanaman berkhasiat obat yang telah dipelajari dan diteliti secara ilmiah, terlihat bahwa tanaman-tanaman tersebut mengandung zat-zat atau senyawa aktif yang terbukti bermanfaat bagi kesehatan (Maheswari, 2002). Obat-obatan yang berasal dari tanaman ini memang sudah banyak sekali dikonsumsi oleh masyarakat Indonesia. Hal ini dikarenakan harganya relatif lebih murah serta sangat mudah didapatkan di lingkungan sekitar (Susanto, 2017).

Salah satu tujuan dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman terkait tanaman obat keluarga pada masyarakat Desa Wadas sehingga tanaman yang telah ditanam dan telah ada di sekitar masyarakat dapat bermanfaat bagi masyarakat desa sebagai bahan obat. Selain itu, manfaat lain dari kegiatan ini adalah peningkatan daya saing masyarakat dalam hal pemberdayaan sehingga masyarakat Desa Wadas bisa lebih mandiri terutama dalam hal obat pendamping keluarga karena bisa memanfaatkan tanaman di sekitar dan apotek hidup yang telah dibuat. Dengan adanya sosialisasi dan penanaman tanaman keluarga tersebut, diharapkan terdapat peningkatan pengetahuan masyarakat dalam pemanfaatan tanaman di sekitar untuk dijadikan sebagai obat tradisional.

Metode

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat tentang pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) yang dilakukan oleh tim KKN UNNES GIAT 3 di Desa Wadas ini dilakukan melalui beberapa tahapan atau metode sebagai berikut:

1. Observasi untuk memperoleh informasi terkait keinginan masyarakat terutama dalam hal pemanfaatan tanaman obat keluarga serta mendata jenis tanaman yang bisa dijadikan sebagai obat-obatan di Desa Wadas.
2. Sosialisasi tentang contoh dan manfaat tanaman obat keluarga yang dilakukan pada tanggal 23 November 2022. Kegiatan ini dilakukan karena merupakan salah satu komponen yang paling penting dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat. Adapun sasaran dari kegiatan sosialisasi adalah masyarakat Desa Wadas khususnya ibu-ibu PKK. Tujuan dari kegiatan sosialisasi ini adalah untuk memberikan pemahaman dan pengetahuan bagi masyarakat dalam pemanfaatan tanaman yang ada. Selain itu, sosialisasi ini juga bertujuan untuk memberi pengetahuan bagi masyarakat terutama dalam hal manfaat tanaman terhadap jenis penyakit.
3. Penanaman tanaman obat keluarga. Penanaman ini dilakukan di lahan yang ada di balai desa yang sebelumnya telah dibersihkan oleh tim KKN. Pelaksanaan penanaman tanaman obat keluarga ini diikuti oleh masyarakat Desa Wadas, khususnya kader PKK. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 29 November 2022. Pembuatan kebun tanaman obat keluarga juga dipusatkan supaya mudah diawasi dan dirawat sehingga masyarakat bisa memanfaatkan tanaman-tanaman yang sudah ditanam tersebut.

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan pengetahuan masyarakat tentang manfaat dan cara pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) serta meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya menanam Tanaman Obat Keluarga (TOGA) di lahan tertentu misalnya pekarangan rumah. Hal ini didukung dengan penelitian Aini (2017) yang menyatakan bahwa kegiatan sosialisasi yang bertujuan untuk mengubah kesadaran, pola pikir, dan gaya hidup masyarakat perlu diadakan.

Pada kegiatan pengabdian ini, dilakukan dua kegiatan yaitu sosialisasi dan penanaman tanaman obat keluarga di lahan belakang balai desa. Kegiatan sosialisasi bertujuan untuk memberi pengetahuan kepada masyarakat Desa Wadas mengenai jenis tanaman obat, manfaat, dan pemanfaatan tanaman yang dijadikan sebagai obat-obatan. Tahap sosialisasi lebih banyak berfokus kepada jenis tanaman maupun manfaat tanaman yang bisa dijadikan sebagai obat pendamping keluarga atau obat keluarga terutama mengenai tanaman yang mudah didapatkan oleh masyarakat karena banyak dijumpai di halaman atau kebun masyarakat Desa Wadas. Kegiatan sosialisasi ini diikuti masyarakat Desa Wadas yang diwakili oleh ibu-ibu khususnya kader PKK. Berdasarkan hasil sosialisasi Tanaman Obat Keluarga (TOGA), dapat dilihat bahwa tingkat pemahaman dan kesadaran masyarakat mengenai manfaat dari Tanaman Obat Keluarga (TOGA) masih kurang; hanya sebagian saja yang mengetahui manfaat berbagai tanaman. Dengan adanya kegiatan sosialisasi ini, diharapkan masyarakat Desa Wadas bisa lebih meningkatkan pengetahuan dan pemahaman mengenai jenis-jenis tanaman yang bisa dijadikan sebagai obat pendamping keluarga.

Setelah sosialisasi, di hari lain dilakukan penanaman tanaman obat keluarga di lahan yang ada di balai desa. Tanaman yang akan ditanam dipilih berdasarkan yang paling banyak dimanfaatkan oleh masyarakat sebagai bahan obat-obatan atau obat pendamping dan tanaman yang ada di sekitar masyarakat namun belum dimanfaatkan dengan maksimal. Akhirnya, dipilih 10 jenis tanaman yaitu sambiloto, binahong, jahe, jahe merah, kunyit, temulawak, kumis kucing, herbal afrika, brotowali, keji beling. Jahe diketahui memiliki sifat antioksidan, antiinflamasi, analgesik, memperlancar peredaran darah, dan antimikroba seperti bakteri dan jamur (Imo & Za'aku, 2019). Ekstrak sambiloto diketahui memiliki berbagai efek farmakologis seperti analgesik, antiinflamasi, antimikroba, dan antioksidan (Kumar



Gambar 1. Sosialisasi Tanaman Obat Keluarga (TOGA) di Aula Balai Desa Wadas



Gambar 2. Penanaman Tanaman Obat Keluarga (TOGA) di lahan balai Desa Wadas

et al., 2021). Daun Afrika digunakan untuk mengobati hipertensi, sembelit, hepatitis, malaria, dan diabetes (Nursuhaili et al., 2019). Keji beling memiliki berbagai sifat farmakologis seperti antioksidan, antimikorba, dan penyembuh luka. Keji beling digunakan sebagai obat diabetes, sembelit, dan agen diuretik (Wirawan & Yan, 2020).

Keberhasilan dari kegiatan ini dilihat dari ketercapaian target jumlah peserta yaitu kehadiran sebesar minimal 75%. Pengetahuan mengenai Tanaman Obat Keluarga meningkat, dan masyarakat sangat antusias ingin menanam Tanaman Obat Keluarga (TOGA) di lahan atau pekarangan rumah masing-masing serta memanfaatkan tanaman tersebut sebagai bahan obat tradisional. Pada kegiatan ini, masyarakat memiliki andil yang besar terutama dalam penanaman. Meskipun begitu, masih ada tahapan terakhir yang harus dilakukan oleh masyarakat yaitu perawatan kebun tanaman obat keluarga. Dengan adanya perawatan yang baik, tanaman yang ditanam juga akan tumbuh dengan baik sehingga bisa bermanfaat bagi masyarakat secara umum dan khususnya masyarakat Desa Wadas. Kegiatan ini juga sangat didukung oleh pemerintah desa dengan disediakannya lahan di belakang balai desa. Diharapkan dengan adanya kegiatan ini, masyarakat Desa Wadas bisa lebih mandiri terutama dalam hal menjaga kesehatan keluarga.

Simpulan

Berdasarkan hasil pelaksanaan pengabdian yang telah dilakukan, kegiatan ini sangat bermanfaat bagi masyarakat Desa Wadas maupun pemerintah desa. Adapun manfaat yang bisa didapat oleh masyarakat maupun pemerintah adalah meningkatkan pengetahuan dan pemahaman masyarakat terutama ibu-ibu kader PKK dalam memanfaatkan tanaman obat sebagai bahan obat-obatan. Kegiatan ini bertujuan meningkatkan kesadaran dan pemahaman masyarakat untuk memanfaatkan lahan atau pekarangan yang kosong dengan digunakan untuk menanam Tanaman Obat Keluarga (TOGA) hal ini juga bermanfaat untuk meningkatkan kesehatan masyarakat. Penanaman TOGA mempunyai manfaat untuk kesehatan, terutama tanaman yang belum ada di Desa Wadas.

Referensi

- Aini, N. L. (2017). *Proses Komunikasi Dalam Sosialisasi Pemanfaatan Taman Obat Keluarga (TOGA) (Analisis Deskriptif Kualitatif tentang Proses Komunikasi dalam Sosialisasi Tim Penggerak PKK Desa Ngunut Mengenai Pemanfaatan TOGA kepada Masyarakat di Desa Ngunut, Kecamatan Juma.*
- Anggraeni, D. V. P. dan Suryati. (2022). Pengaruh Pemanfaatan Aktifasi “Pojoek Toga” Terhadap Peningkatan Hasil Belajar dan Peduli Lingkungan Siswa Kelas IV SDN Benowo 1 Surabaya. *JP-GSD*, 08(01), 69-78.

- Harjono, Y., Yusmaini, H., dan Bahar, M. (2017). Penyuluhan Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga dan Penanaman Tanaman Obat Keluarga di Kampung Mekar Bakti 01/01, Desa Mekar Bakti Kabupaten Tanggerang. *JPM Ruwa Jurai*, 3, 16–21.
- Imo, C. dan Za'aku, J. S. (2019). Medicinal Properties of Ginger and Garlic: A Review. *Current Trends in Biomedical Engineering & Sciences*, 18(2), 1 – 6.
- Kumar, S., Singh, B., dan Bajpai, V. (2021). *Andrographis paniculata* (Burm.f.) Nees: Traditional uses, phytochemistry, pharmacological properties and quality control/quality assurance. *Journal of Ethnopharmacology*, 275.
- Maheshwari, H. (2002). Pemanfaatan Obat Alami: Potensi dan Prospek Pengembangan. http://rudct.tripod.com/sem2_012/hera-maheshwari.htm, diakses pada tanggal 10 November 2022.
- Nursuhaili, A. B., Nur, A. S., Martini, M. Y., Azizah, M., dan Mahmud, T. M. M. (2019). A review: medicinal values, agronomic practices and postharvest handlings of *Vernonia amygdalina*. *Food Research*.
- Savitri A. (2016). *Tanaman Ajaib Basmi Penyakit dengan TOGA (Tanaman Obat Keluarga) Mengenal Ragam dan Khasiat TOGA Meramu Jamu Tradisional/ Herbal dengan TOGA*. Bibit Publisher: Depok, Indonesia.
- Susanto, A. (2017). Komunikasi dalam Sosialisasi Tanaman Obat Keluarga (Toga) di Kecamatan Margadana. *Jurnal Para Pemikir*, 6(1), 111–117.
- Wirasisya, D. G. (2018). Peningkatan Kesehatan Masyarakat Melalui Sosialisasi Penggunaan TOGA (Tanaman Obat Keluarga) di Desa Tembobor. *Sarwahita*, 15(01), 64-71.
- Wirawan, E. U. dan Yan, S. W. (2020). Consumers' perception and physicochemical properties of novel functional cookie enriched with medicinal plant *Strobilanthes crispus*. *British Food Journal*, 123(3), 1121 – 1132.