



Gerakan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) sebagai Upaya Pemberdayaan Pekarangan Rumah

Muarifuddin¹, Mochammad Alif Zidan Nasucha², Rachel Para Harmita³,
Nurrahmawati Fitri⁴, Mutiara Angel Putri As Syifa⁵, Miszaldy Ferdiansyah⁶✉

¹ Pendidikan Luar Sekolah, Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi, Universitas Negeri Semarang

² Matematika, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Negeri Semarang

³ Fisika, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Negeri Semarang

⁴ Farmasi, Fakultas Kedokteran, Universitas Negeri Semarang

⁵ Manajemen, Fakultas Ekonomika dan Bisnis, Universitas Negeri Semarang

⁶ Hukum, Fakultas Hukum, Universitas Negeri Semarang

Email: miszaldy03@students.unnes.ac.id

Abstrak. Tanaman Obat Keluarga (Toga) merupakan rempah-rempah alami yang melimpah di Negara Indonesia. Sebagai tanaman dengan efek farmakologis, menjadikan tanaman ini digunakan sebagai alternatif pengobatan herbal rumahan oleh masyarakat. Selain mudah dalam pemeliharaan tanaman ini juga mudah dalam proses pengolahan, dikenal memiliki khasiat yang cukup mumpuni dalam menangani berbagai macam masalah kesehatan golongan ringan seperti batuk, masuk angin, flu, dan lain-lain. Program pengabdian di masyarakat kali ini, kegiatan dibagi menjadi dua tahap, yaitu sosialisasi mengenai khasiat tanaman dan praktik penanaman. Sosialisasi dilaksanakan dengan harapan membawa dampak perubahan bagi masyarakat dalam memanfaatkan khasiat tanaman obat keluarga selain hanya digunakan sebagai bahan masakan. Penanaman dilaksanakan guna meningkatkan kesadaran pemanfaatan halaman pekarangan rumah warga, ataupun sebagai langkah awal bagi masyarakat dalam berbudidaya tanaman obat keluarga. Penanaman diharapkan dilakukan di halaman pekarangan rumah masyarakat agar memudahkan proses perawatan dan pemanfaatan tanaman obat tersebut.

Abstract. Family Medicinal Plants (Toga) are natural spices that are abundant in Indonesia. As a plant with pharmacological effects, this plant is used as an alternative home herbal treatment by the public. Apart from being easy to maintain, this plant is also easy to process, it is known to have quite powerful properties in treating various kinds of minor health problems such as coughs, colds, flu, etc. In this Community Service Work Program, activities are divided into two stages, namely outreach regarding the benefits of plants and planting practices. The outreach was carried out with the hope of bringing about a change in society in utilizing the properties of family medicinal plants apart from just being used as cooking ingredients. The planting was carried out to increase awareness of the use of residents' home gardens, or as an initial step for the community in cultivating family medicinal plants. Planting is expected to be carried out in people's home gardens to facilitate the process of caring for and utilizing these medicinal plants.

Keywords: Community Service; Family Medicinal Plants; Practice

Pendahuluan

Keanekaragaman hayati yang tinggi di Indonesia menjadikannya kaya terhadap berbagai tanaman obat yang memiliki potensi untuk terus berkelanjutan dikembangkan dan dimanfaatkan secara optimal. khususnya di Desa Berjo, Kecamatan Ngargoyoso, Kabupaten Karanganyar, Jawa Tengah. Wilayah geografis berupa kaki gunung menjadikan lahan di Desa Berjo memiliki tingkat kesuburan yang tinggi, hal ini juga mendukung masyarakatnya mayoritas bekerja sebagai petani yang mengolah lahan pertanian secara turun-temurun. Atas dasar kesuburan tanah tersebut, hal ini menjadi peluang dan potensi sehingga kami dari Tim KKN UNNES GIAT 6 mengadakan kegiatan berupa sosialisasi dan contoh praktik penanaman tanaman obat keluarga (TOGA) di Desa Berjo khususnya mencakup wilayah Dusun Tambak. Setelah kami melaksanakan observasi di Desa Berjo, ditemukan sebuah permasalahan yaitu sedikit masyarakat yang memanfaatkan lahan untuk ditanami TOGA

(Tanaman Obat-Obatan), contohnya yaitu jahe, kunyit, lengkuas, kencur dan sebagainya. Padahal banyak lahan masyarakat yang tidak digunakan dan berpotensi untuk menjadikan lahan tersebut menjadi apotek hidup. Hal ini dikarenakan minimnya wawasan masyarakat tentang tanaman obat-obatan, oleh sebab itu diperlukan kegiatan untuk memberikan wawasan kepada masyarakat untuk meningkatkan pengetahuan tentang tanaman obat.

Lembaga organisasi dunia yaitu WHO (World Health Organization) memberikan rekomendasi untuk menggunakan obat tradisional dalam mengobati dan menjaga kesehatan dari berbagai penyakit mematikan seperti kanker, tumor dan penyakit kronis lainnya. Indonesia terkenal dengan kekayaan alamnya yang mempunyai lebih dari 30.000 spesies tanaman dari 40.000 spesies tanaman di seluruh dunia. Tanaman yang mempunyai fungsi sebagai pengobatan yaitu sebanyak 9.600 dan kurang lebih 300 spesies tumbuhan di Indonesia telah dimanfaatkan dalam pembuatan jamu atau obat tradisional, sehingga tidak sedikit masyarakat mengonsumsi jamu atau obat tradisional untuk mencegah dan mengobati penyakit (Liana, 2017).

Menurut data yang dikeluarkan oleh Riset Kesehatan Dasar tahun 2018, sebanyak 48% masyarakat Indonesia telah mengonsumsi berbagai obat dan jamu tradisional, dan sebanyak 31,8% penduduk Indonesia menciptakan ramuan obat tradisional secara mandiri serta 31,4% masyarakat Indonesia menggunakan jasa Pelayanan Kesehatan Tradisional (YANKESTRAD) (Dewi et al., 2019). Lahan yang tidak digunakan di depan atau sekitar rumah sebaiknya dapat dimanfaatkan untuk ditanami TOGA atau Tanaman keluarga, sebab dengan dibudidayakannya tanaman tersebut akan dapat memberikan khasiat untuk kebutuhan obat-obatan pribadi keluarga (Savitri, 2016). Tidak semua bagian tumbuhan dapat digunakan sebagai obat, hanya bagian tertentu saja yang digunakan seperti daun, kulit batang, buah, dan akarnya. Ratusan tahun lalu Indonesia telah menggunakan tumbuhan obat dalam menjaga atau mengobati penyakit, alasannya yaitu melimpahnya sumber daya yang ada di lingkungan, hal ini menjadi salah satu motivasi utama bagi masyarakat untuk memanfaatkan tanaman sebagai bahan obat-obatan. (Sudiwati, 2019). Spesies tumbuhan yang dimanfaatkan untuk tanaman obat yaitu tanaman yang tidak membutuhkan pemeliharaan khusus, mudah untuk bertumbuh, bibit yang mudah untuk diperoleh dan tidak beracun bagi tubuh (Hastuti, 2014).

Pemanfaatan tanaman obat keluarga ditujukan untuk obat tradisional yang bermutu tinggi, aman, dimanfaatkan secara luas, dan memiliki khasiat nyata yang secara ilmiah sudah teruji, baik digunakan sendiri maupun dalam pelayanan Kesehatan formal selain sebagai obat, TOGA mempunyai manfaat lain seperti penambah keindahan, penambah gizi keluarga, dan bumbu masakan atau yang dikenal dengan empon-empon (Harjono et al., 2017). Dengan memanfaatkan tanaman obat keluarga ini dapat diatasi pencegahan penyakit. TOGA (Tanaman Obat Keluarga) dipilih sebagai sumber obat karena di era yang semakin modern ini, pengetahuan masyarakat mengenai TOGA masih terbatas (Anggraeni & Suryanti 2020).

Beberapa masyarakat Desa Berjo, Dusun Tambak, Kecamatan Ngargoyoso, Kabupaten Karanganyar, Jawa Tengah tidak paham mengenai budidaya tanaman obat. Ketidakhahaman terhadap pembudidayaan dan pemanfaatan tanaman obat keluarga dapat membawa risiko serius. Penentuan bahan baku yang tidak tepat akan mengakibatkan risiko yang beragam bagi mengonsumsi obat tradisional (Sari et al., 2015). Untuk mengelola tanaman obat harus memperhatikan syarat sebagai berikut : (1) Bahan tumbuhan; bahan bahan pembuatan obat seharusnya digunakan ketika masih kondisi segar. Apabila tanaman yang dibuat obat menggunakan bahan kering, maka dapat menimbulkan risiko. Kemudian Cuci hingga bersih bahan sebelum dimanfaatkan. Aturan sebelumnya tidak berlaku untuk campuran ramuan yang mengandung minyak dan campuran ramuan yang terdiri dari bahan kering, seperti serbuk; (2) Bersihkan peralatan yang nanti akan digunakan dalam proses pembuatan, seperti

saringan, gelas, sendok dan yang lainnya. Setelah proses pembuatan selesai, maka peralatan yang digunakan harus dicuci, sebab jika tidak bersih dalam mencuci akan menyebabkan penyakit karena adanya residu. (3) Harus menggunakan air bersih untuk membuat obat, tetapi jika untuk merebus bahan maka bisa memanfaatkan air mentah yang bersih. (4) Jangka konsumsi obat, sebaiknya tanaman yang telah diproses menjadi obat harus dikonsumsi atau disimpan paling lama 12 jam. Jika melebihi jangka waktu tersebut, maka seharusnya obat tersebut dibuang dan harus membuat obat atau ramuan yang baru. (5) Penggunaan medis lain, walaupun obat tradisional direkomendasikan untuk mengobati dan menjaga tubuh, penggunaan obat medis juga tidak berarti diabaikan (Muhlisah, 2000).

Metode

Aktivitas pengabdian kepada masyarakat tentang pembudidayaan TOGA (Tumbuhan Obat Keluarga) dilakukan oleh tim KKN UNNES GIAT 6 di Desa Berjo. Aktivitas yang dilakukan ada beberapa tahap diantaranya:

1. Observasi, untuk memperoleh informasi mengenai masyarakat terutama dalam pemanfaatan tanaman obat keluarga sekaligus mendata jenis tanaman yang sekiranya belum banyak dijumpai dan dapat dijadikan sebagai praktik kegiatan di Dusun Tambak, Desa Berjo.
2. Sosialisasi tentang berbagai macam contoh dan manfaat tanaman obat keluarga yang dilakukan pada tanggal 15 November 2023. Kegiatan ini dilakukan guna meningkatkan pemahaman warga mengenai kajian ilmiah dan khasiat dari tanaman obat keluarga (TOGA). Adapun sasaran utama dari kegiatan sosialisasi ini ialah masyarakat Desa Berjo khususnya ibu-ibu PKK di Dusun Tambak. Kegiatan sosialisasi ini membawa tujuan atau harapan sebagai media menyambung tali silaturahmi dengan masyarakat sekaligus untuk memberikan pemahaman dan pengetahuan bagi masyarakat dalam pemanfaatan tanaman obat yang sudah banyak tersedia dan mudah dijumpai. Selain itu, sosialisasi ini juga memiliki tujuan untuk memberi pengetahuan bagi masyarakat terutama dalam hal manfaat tanaman sebagai alternatif pengobatan terhadap jenis penyakit.
3. Praktik Penanaman tanaman obat keluarga (TOGA). Penanaman ini dilakukan di media tanam polybag yang sudah disediakan oleh Tim KKN UNNES GIAT 6. Pelaksanaan penanaman tanaman obat keluarga ini diikuti oleh ibu-ibu PKK Dusun Tambak, Desa Berjo. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 15 November 2023. Praktik menanam TOGA ini dilakukan dalam lahan warga setempat agar pengawasan dan perawatan mudah dilakukan sehingga warga sekitar juga lebih efektif dalam menggunakan tanaman TOGA.

Hasil dan Pembahasan

Penelitian ini telah dilakukan dengan kegiatan sosialisasi tentang Tanaman Obat Keluarga (TOGA) dengan ibu-ibu PKK yang dilaksanakan di Desa Berjo, Dusun Tambak, Kecamatan Ngargoyoso, Kabupaten Karanganyar, Jawa Tengah. Kegiatan sosialisasi dilaksanakan dengan mengenalkan jenis tumbuhan TOGA dan memberikan edukasi kepada masyarakat dengan cara mempraktikkan pembuatan obat herbal dari tumbuhan yang ada di sekitar dusun Tambak. Sosialisasi ini bertujuan supaya warga dusun Tambak dapat menambah wawasan tentang pembuatan obat dari TOGA.

TOGA atau tumbuhan obat keluarga memberikan khasiat yang baik bagi warga dusun Tambak dalam menjaga kesehatan. Sehingga dengan adanya TOGA di halaman warga dapat dimanfaatkan untuk pembuatan obat atau ramuan tradisional, selain pembuatan yang

cukup mudah dan murah, TOGA juga memberikan efek samping yang kecil dan warga bisa beralih menggunakan pengobatan tradisional.

Kegiatan sosialisasi TOGA telah dilaksanakan dan dari kegiatan tersebut dapat terlihat bahwa pengetahuan masyarakat tentang manfaat TOGA meningkat cukup baik, sebelum kegiatan ini dilaksanakan, hanya sebagian kecil masyarakat yang mengetahui benefit TOGA. Peningkatan pemahaman masyarakat Dusun Tambak mengenai TOGA ini terbukti ketika diadakan tanya jawab pada saat aktivitas sosialisasi berakhir.

Bibit Tanaman Obat Keluarga (TOGA) pada kegiatan ini kami dapatkan dari warga desa Berjo, kegiatan ini dihadiri oleh ibu-ibu PKK RT 04/RW 12, hasil dari kegiatan ini masyarakat desa Berjo khususnya di dusun tambak ini memulai menerapkan apa yang sudah disosialisasikan dengan menyisihkan lahan pekarangannya untuk ditanami tanaman obat keluarga (TOGA), dampaknya masyarakat mulai memahami khasiat khasiat tanaman herbal toga dan mulai secara mandiri mengolah hasil dari apa yang sudah mereka tanam.

Kegiatan yang kedua adalah bersama ibu-ibu PKK di dusun Tambak dengan mengadakan pelatihan cara menanam tanaman-tanaman obat herbal yang diberikan oleh tim KKN UNNES GIAT 6 dan langsung dipraktikkan cara menanam tanaman obat keluarga tersebut sesuai dengan kegunaan jenis tanaman obat yang akan digunakan oleh masyarakat dusun Tambak. Tujuan dari pelatihan ini adalah diharapkan masyarakat dusun Tambak mampu membudidayakan tanam tanaman herbal yang telah dibuat secara mandiri agar masyarakat dusun Tambak menjadi dusun percontohan oleh dusun-dusun yang ada disekitarnya.



Gambar 1. Kegiatan Sosialisasi TOGA



Gambar 2. Pelatihan Menanam TOGA

Simpulan

Tanaman Obat Herbal Keluarga (TOGA) memiliki manfaat besar di dusun Tambak, desa Berjo, Kabupaten Karanganyar. Meningkatkan pengetahuan kedokteran, mem-

buat obat kimia menjadi lebih di percaya karena memberikan khasiat yang cepat, sehingga membuat masyarakat kurang mempercayai dan kurang memperhatikan obat tradisional. Menurunnya kepercayaan ini disebabkan kurangnya pemahaman tentang pembuatan obat tradisional dan kurangnya pemahaman tentang manfaat obat herbal. Oleh karena itu, pemahaman tentang TOGA perlu terus dikembangkan untuk meningkatkan wawasan masyarakat dengan menyelenggarakan aktivitas sosialisasi untuk membudidayakan TOGA terutama di Dusun Tambak.

Referensi

- Anggraeni, D. V. P. dan Suryati. (2022). Pengaruh Pemanfaatan Aktifasi “Pojok Toga” Terhadap Peningkatan Hasil Belajar dan Peduli Lingkungan Siswa Kelas IV SDN Benowo 1 Surabaya. *JP-GSD*, 08(01), 69-78.
- Dewi, R. S. et al. (2019) ‘Persepsi masyarakat mengenai kecamatan Tampan kota pekanbaru’, *Jurnal Penelitian Farmasi Indonesia*, 8(2).
- 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.
- Hastuti, Setyawati, S. & Khotimah, N. (2014). Pemberdayaan Ibu Rumah Tangga di Desa Purwobinangun Kecamatan Pakem Kabupaten Sleman Dalam Penanaman Dan Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (Toga). Universitas Negeri Yogyakarta.
- I. D. Sari, Y. Yuniar, S. Siahaan, R. Riswati, And M. Syaripuddin. (2015). “Tradisi Masyarakat Dalam Penanaman Dan Pemanfaatan Tumbuhan Obat Lekat Di Pekarangan, “ *Jurnal Kefarmasian Indonesia*”, Pp. 123-132.
- Liana, Y. (2017) ‘Analisis faktor-faktor yang mempengaruhi keluarga dalam penggunaan obat tradisional sebagai swamedikasi di Desa Tuguharum Kecamatan Madang Raya WHO (World Health Organization) merekomendasikan Hasil Susenas tahun 2007 menunjukan di memilih cara pengobat’, 4(3), pp. 121–128.
- Muhlisah, Fauziah. (2000). Taman Obat Keluarga (TOGA). Jakarta: Penebar Swadaya.
- N. L. P. E. Sudiwati. (2019). “Upaya Pemeliharaan Kesehatan Masyarakat Melalui Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga Pada Ibu Rumah Tangga DAN Kader, “ *Jurnal Idaman (Induk Pemberdayaan Masyarakat Pedesaan)*, Vol. 3, Pp. 45-50.
- 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.
- Qamariah, N., Handayani, R., & Novaryatiin, S. (2019). Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan Ibu Rumah Tangga Dalam Pengolahan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) Sebagai Ramuan Obat Tradisional. *Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), 50–54.
- Nurjanah, S. rahayu, Nurazizah, N. N., Septiana, F., & Shalikhah, N. D. (2019). Peningkatan Kesehatan Masyarakat melalui Pemberdayaan Wanita dalam Pemanfaatan Lahan Pekarangan dengan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) di Dusun Semawung. *Community Empowerment*, 4(1), 20–25. <https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v2i2.63>
- Atmojo Muhammad,dan Darumurti Awang. (2021). Pemberdayaan Masyarakat Melalui Tanaman Obat Keluarga (TOGA). *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat LPPM Universitas Bina Sarana Informatika*, 4(1). <https://doi.org/10.31294/jabdimas.v4i1.8660>