

PEMANFAATAN TUMBUHAN OBAT BAGI KELOMPOK WANITA DALAM MENDUKUNG KESEHATAN LINGKUNGAN DI KELURAHAN KOKA

Elven Maniardi¹, Wulandari², Wahyu Tri Jayani³, Meishinta⁴, Rifky Akmal Alfariza⁵, Pingki Puspita Kirana⁶, Nesa Ashlih Rachmawati⁷, Sukma Arisanti⁸, Sekar Rodesti Retno Kartikasari⁹, Aunur Rofika¹⁰, Dwi Indra Aprilliandari¹¹

^{1,2,3,4} Pendidikan Matematika, Universitas Muhammadiyah Bangka Belitung, Indonesia

⁵Agroteknologi, Universitas Muhammadiyah Palembang, Indonesia

⁶Bimbingan Konseling, Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka, Indonesia

⁷Hukum Ekonomi Syari'ah, Universitas Muhammadiyah Purwokerto, Indonesia

⁸Pendidikan Bahasa Inggris, Universitas Muhammadiyah Bangka Belitung, Indonesia

⁹Informatika, Institut Teknologi dan Sains PKU Solo, Indonesia

¹⁰ Pendidikan Agama Islam, Universitas Muhammadiyah Surakarta, Indonesia

¹¹ Pendidikan Bahasa Inggris, Universitas Muhammadiyah Bangka Belitung, Indonesia

¹ Elvenmaniardi19@gmail.com, ² rifkyakmalafariza@gmail.com, ³ kiranaputri0925@gmail.com, ⁴ nesaashlih20@gmail.com, ⁵ sukmaarisanti1@gmail.com, ⁶ wulandarifitriambar@gmail.com, ⁷ skarrodesti93@gmail.com, ⁸ wahyutrijayani@gmail.com, ⁹ meishintapdg@gmail.com, ¹⁰ insaniaunur@gmail.com, ¹¹ dwi.indraaplliandri@unmuhbabel.co.id

ABSTRAK

Abstrak:

Peningkatan kapasitas masyarakat dalam perawatan kesehatan secara mandiri melalui pemanfaatan tanaman obat keluarga sebagai upaya pertolongan pertama pada diri sendiri dan keluarga perlu didukung oleh masyarakat. Pemanfaatan tanaman obat keluarga yang sering kali dianggap kuno dan tidak memberikan hasil yang signifikan sehingga sudah mulai ditinggalkan pemanfaatannya oleh masyarakat di Kelurahan Koka. Tanaman Obat Keluarga (TOGA) merupakan tanaman yang ditanam di rumah dan berkhasiat sebagai obat. Selain sebagai obat, TOGA dapat mempunyai manfaat lain seperti sebagai penambah gizi keluarga, bumbu masakan atau yang terkenal dengan empon-empon dan penambah keindahan. Kegiatan ini bertujuan untuk memperkenalkan apa pengertian toga, jenis-jenis tanaman obat yang biasa dimanfaatkan oleh masyarakat, manfaat dari penanaman toga dan khasiat masing-masing tanaman serta bagaimana cara membudidayakannya di lahan pekarangan dan mampu dan mengetahui manfaat tanaman obat tradisional untuk menjaga dan merawat kesehatan secara alami dengan tanpa adanya efek samping, mengurangi pengeluaran atau perekonomian keluarga dengan tidak menggunakan obat-obatan kimia. Metode yang digunakan adalah sosialisasi, tanya jawab, diskusi dan juga praktek penanaman. Adapun langkah-langkah yang dilakukan yaitu : 1) Pemahaman mengenai toga dan jenis-jenisnya, 2) Pemahaman mengenai manfaat toga, 3) Praktek penanaman toga. Hasil nyata yang didapatkan dari program pelatihan penanaman obat keluarga ini adalah masyarakat Kelurahan Koka mengetahui manfaat penggunaan tanaman obat keluarga. mengetahui bagaimana cara melakukan budidaya toga. Selain itu, masyarakat kelurahan Koka juga mengetahui nilai ekonomis dan tingkat aman dari tanaman obat keluarga.

Kata Kunci: Tanaman Obat Keluarga ;Kelompok Wanita Tani; Kesehatan Lingkungan

Abstract:

Community capacity building in independent health care through the utilization of family medicinal plants as first aid efforts for oneself and family needs to be supported by the community. The use of family medicinal plants which are often considered old-fashioned and do not produce significant results has started to be abandoned by the people in Koba Village. Family Medicinal Plants (TOGA) are plants that are grown at home and have medicinal properties. Apart from being a medicine, TOGA can have other benefits such as enhancing family nutrition, cooking seasoning or what is known as empon-empon and enhancing beauty. This study aims to introduce what toga means, the types of medicinal plants commonly used by the community, the benefits of toga sheaths and the properties of each plant and how to cultivate them in the yard and be able to recognize and know the benefits of traditional medicinal plants to maintain and care for health. naturally without any side effects, reduce expenses or the family economy by not using chemical drugs. The methods used are socialization, question and answer, discussion and also engagement practice. The steps taken are: 1) An understanding of toga and its types, 2) An understanding of the benefits of toga, 3) The practice of practicing toga. The real results obtained from this family medicine cultivation training program are that the Koba Village community knows the benefits of using family medicinal plants, knows how to do toga cultivation. In addition, the people of the Koba sub-district also know the economic value and safety level of family medicinal plants.

Keywords : Family Medicinal Plants ;Women Farming Grup; Environmental Health

A. Pendahuluan

Pemanfaatan lahan pekarangan memiliki fungsi yang dapat berguna bagi manusia yaitu: a) untuk memenuhi kebutuhan gizi keluarga, b) meningkatkan pendapatan, c) menambah lapangan kerja, d) meningkatkan peran perempuan dalam memproduksi tanaman pekarangan, e) bermanfaat dalam menjaga kelestarian lingkungan, f) pekarangan sebagai penyedia bahan bangunan dan kayu bakar (Sthapit et al., 2006). East dan Dawes (2009) menyatakan bahwa secara teoritis pemanfaatan lahan pekarangan merupakan obat mujarab bagi sebagian besar masalah pembangunan. Namun, secara praktis, pemanfaatan lahan pekarangan menghadapi kendala lingkungan, sosial dan keuangan yang mengancam kelanjutan dari kegiatan pemanfaatan lahan pekarangan. (Destia Nurmayasari & Ilyas, 2014).

Manfaat lain dari TOGA selain untuk pengobatan adalah: penambah gizi keluarga (pepaya, timun, dan bayam), bumbu atau rempah-rempah masakan (kunyit, kencur, jahe, serai, dan daun salam), dan menambah keindahan (mawar, melati, bunga matahari, kembang sepatu, tapak dara, dan kumis kucing) (Savitri, 2016). Tradisi pengobatan menggunakan tanaman obat ini tidak terlepas dari kaitan budaya setempat. Persepsi mengenai konsep sakit, sehat, dan keragaman jenis tumbuhan yang digunakan sebagai obat tradisional terbentuk melalui proses sosialisasi yang secara turuntemurun dipercaya dan diyakini kebenarannya.

Tanaman Obat Keluarga (TOGA) merupakan tanaman yang ditanam di rumah dan berkhasiat sebagai obat. 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). TOGA merupakan tanaman yang secara sengaja ditanam manusia maupun tumbuh secara liar yang dapat dijadikan sebagai obat dalam rangka pemenuhan obat di kalangan masyarakat (Anggraeni dan Suryanti, 2020: 70). (Madyawati Latief, dkk. 2022) TOGA adalah tanaman obat keluarga, yang dahulu disebut sebagai "Apotik Hidup". TOGA merupakan beberapa jenis tanaman obat pilihan yang dapat ditanam di pekarangan rumah atau lingkungan rumah. Tanaman obat yang dipilih biasanya tanaman yang dapat dipergunakan untuk pertolongan pertama untuk penyakit 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. Manfaat lain dari TOGA selain untuk pengobatan adalah: penambah gizi keluarga (pepaya, timun, dan bayam), bumbu atau rempah-rempah masakan (kunyit, kencur, jahe, serai, dan daun salam), dan menambah keindahan (mawar, melati, bunga matahari, kembang sepatu, tapak dara, dan kumis kucing) (Savitri, 2016). Tradisi pengobatan menggunakan tanaman obat ini tidak terlepas dari kaitan budaya setempat. Persepsi mengenai konsep sakit, sehat, dan keragaman jenis tumbuhan yang digunakan sebagai obat tradisional terbentuk melalui proses sosialisasi yang secara turuntemurun dipercaya dan diyakini kebenarannya. (Ismi Puspitasari, dkk. 2020).

Penanganan permasalahan pertanian di Indonesia perlu adanya dukungan dari berbagai pihak seperti pemerintah sebagai pendana bagi kegiatan pertanian, masyarakat sebagai penyampai informasi yang tepat dalam pengelolaan lahan, serta partisipasi para petani dalam penerimaan dan penerapan informasi serta ilmu-ilmu pertanian yang telah didapat dalam kegiatan pertanian. Salah satu program pemerintah untuk kesejahteraan para petani adalah dengan program Kelompok Wanita Tani (KWT).

Adapun tujuan dibentuknya KWT adalah untuk lebih meningkatkan dan mengembangkan kemampuan petani dan keluarganya sebagai subjek pembangunan pertanian melalui pendekatan kelompok agar lebih berperan dalam pembangunan. Kelompok tani merupakan suatu bentuk perkumpulan petani yang berfungsi sebagai media penyuluhan yang diharapkan lebih terarah dalam perubahan aktivitas usaha tani yang lebih baik lagi. Aktivitas usaha tani yang lebih baik dapat dilihat dari adanya peningkatan-peningkatan dalam produktivitas usaha tani

yang pada gilirannya akan meningkatkan pendapatan petani sehingga akan mendukung terciptanya kesejahteraan yang lebih baik bagi petani dan keluarganya (BPLPP, 1990: 23).

Wanita bukan hanya berperan sebagai ibu rumah tangga pada dunia pertanian, tetapi banyak wanita yang ikut berperan atau memberi kontribusi nyata pada usaha yang diusahakan oleh keluarga mereka. Kenyataannya sekitar 50 persen wanita tani di samping bekerja di rumah sebagai ibu rumah tangga, mereka juga bekerja di ladang atau di sawah bahkan merekamembuka lapangan pekerjaan sendiri dengan mengikuti KWT. Hal ini dilakukan karena mereka berharap dengan adanya peran atau keterlibatan wanita tani, jumlah produktivitas usaha akan meningkat. (Destia Nurmayasari & Ilyas, 2014).

B. Metode Pelaksanaan

Metode Pelaksanaan harus memuat beberapa hal penting berikut:

1. Proses pelaksanaan sosialisasi dan praktek penanaman Toga dilakukan oleh PPL Pertanian Kelurahan Koba dan Mahasiswa KKN Muhamamdiyah – ‘Aisiyah Bangka Belitung 2023. Bertempat di Kantor Kelurahan Koba. Sosialisasi ini dihadiri oleh beberapa lapisan masyarakat mulai dari PKK Kelurahan Koba, Karang Taruna Kelurahan Koba, Kelompok Wanita Tani Anggrek Kelurahan Koba, dan Dharma Wanita Kelurahan Koba.
2. Metode pelaksanaan yang digunakan adalah sosialisasi dan praktek yang dilakukan dalam. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dengan metode : **a). Ceramah**, metode ini digunakan untuk menyampaikan materi tentang TOGA : jenis-jenis , manfaat, dan cara membudidayakannya, **b). Diskusi dan tanya jawab**, hal ini menjadi media komunikasi bagi peserta untuk menyampaikan pertanyaan, **c). Demonstrasi**, metode demonstrasi digunakan untuk menunjukkan proses penanaman sehingga memberikan kemudahan bagi peserta yang terlibat.
3. Periode program
Proses pelaksanaan sosialisasi dan praktik penanaman dilakukan pada Kamis, 10 Agustus 2023. Proses pelaksanaan program penanaman dilakukan mulai 11 Agustus – 5 September 2023.
4. Pelaksanaan program Pelatihan Penanaman Tanaman Obat Keluarga di Kelurahan Koba berjalan dengan lancar. Program pelatihan ini dinilai sangat bermanfaat untuk masyarakat Kelurahan Koba dalam memanfaatkan pekarangan rumah dengan menanam tanaman obat ini. Selain sebagai tanaman obat, tanaman ini juga dijadikan sebagai penghias pekarangan rumah masyarakat sehingga terlihat lebih asri.

C. Hasil dan Pembahasan

Tahap I (Sosialisasi Tanaman Obat Keluarga), pada tahap ini pemateri menyampaikan materi yang berisi jenis-jenis TOGA dan khasiat/manfaat TOGA. Selain itu, sosialisasi berisi tentang TOGA yang merupakan pengobatan tradisional yang sudah lama diketahui oleh masyarakat Indonesia hingga saat ini (Harefa, D. 2020). Adapun Beberapa tanaman obat keluarga yang dapat meningkatkan imun tubuh diantaranya adalah mengkudu, jahe, meniran, dan sambiloto (Yessi Azwar, dkk. 2022) salah satu contoh manfaatnya yakni Mengkudu yang berfungsi untuk meningkatkan kekebalan tubuh, serta membantu

memperbaiki kerusakan sel. Jus buah mengkudu berfungsi sebagai imunomodulator yang mempunyai efek antikanker. pada jahe mempunyai sifat antioksidan. Ekstrak jahe dapat meningkatkan daya tahan tubuh yang direfleksikan dalam sistem kekebalan yang memberikan respon kekebalan inang terhadap mikroba pangan yang masuk kedalam tubuh.



Gambar 1. Presentasi materi tanaman toga

Tahap II (Praktik Penanaman), Tahapan kedua adalah menjelaskan cara-cara yang efektif untuk menanam tanaman obat ini, mulai dari memanfaatkan pekarangan rumah masyarakat hingga menggunakan sarana *polybag* untuk masyarakat yang tidak memiliki pekarangan yang cukup luas.



Gambar 2 Praktek mencampurkan tanah dengan kompos serta menanam tanaman toga Bersama ibu PKK

D. Simpulan dan Saran

Program sosialisasi ini telah mencapai pokok tujuan yang direncanakan, yaitu meningkatnya pemahaman dan keterampilan masyarakat melalui Sosialisasi Penggunaan TOGA (Tanaman Obat Keluarga) untuk Mewujudkan Masyarakat Sehat di Kelurahan Koba. Terdapat 3 komponen pokok yang dibahas dalam sosialisasi untuk meningkatkan pemahaman dan keterampilan masyarakat meliputi: memahami tentang jenis-jenis TOGA, memahami tentang khasiat/manfaat tanaman TOGA, serta mampu membudidayakan TOGA. Meningkatnya ketentraman/ Kesehatan masyarakat (mitra masyarakat umum), terdapat 2 komponen pokok yang dilihat dalam poin ketentraman/kesehatan masyarakat, meliputi yaitu mulai melakukan penanaman TOGA dilahan rumahnya dan mengkonsumsi TOGA yang mereka tanam.

Setelah pelaksanaan program sosialisasi bagi masyarakat ini, terdapat beberapa saran sebagai masukan baik untuk perbaikan maupun pengembangan, yaitu Warga masyarakat diharapkan lebih aktif dalam menanamkan TOGA, serta masyarakat lebih memanfaatkan TOGA untuk diolah menjadi produk yang nilai ekonomisnya lebih tinggi. Sehingga TOGA dapat dijadikan sebagai bisnis rumahan selain untuk menjaga kesehatan keluarga, dan disarankan kepada masyarakat untuk dapat menularkan kebiasaan untuk memanfaatkan TOGA yang ditanam dirumah atau lingkungan sekitar kepada warga lain.

Ucapan Terima Kasih

Terima kasih kepada pihak yang mendukung pelaksanaan program penanaman TOGA Kelurahan Koba beserta Mahasiswa KKN Muhammadiyah – ‘Aisiyah untuk mewujudkan Masyarakat Sehat di Kelurahan Koba.

Daftar Rujukan

- Fitriatien, Rahmawati Sri, dkk. (2017). Kegiatan Penanaman Tanaman Obat Keluarga (TOGA) Sebagai Salah Satu Usaha Pemberdayaan Siswa SDN Dermo Guna dalam menumbuhkan kepedulian Kesehatan Keluarga, 2(2), 22-23.
- Harefa, D. (2020). Pemanfaatan Hasil Tanaman Sebagai Tanaman Obat Keluarga (TOGA). Madani: Indonesian Journal of Civil Society, 2 (2), 28–36.
- Lestanata, Yudhi (2016). Efektivitas Pelaksanaan Program Pembangunan Berbasis Rukun Tetangga di Kabupaten Sumbawa Barat Tahun 2014-2015. Jurnal Ilmu Pemerintahan & Kebijakan Publik, 3(3), 373. <http://dx.doi.org/10.18196/jgpp.2016.0063>
- Latief, M., Tarigan, I. L., Susanto, N. C. A., Nugraha, A. P., & Rarasati, N. (2022). Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) sebagai Upaya Swamedikasi melalui Pembuatan Minuman Immunostimulan. *Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 7(2), 533-541.
- Mingkid Jonathan Gary,. Dkk (2017). Efektivitas Penggunaan Desa dalam Peningkatan Pembangunan (Suatu Studi di Desa Watutumou Dua Kecamatan Kalawat Kabupaten Minahasa Utara. *Jurnal Jurusan Ilmu Pemerintahan* 2(2), 2337-5736.
- Nurmayasari, Destia., Ilyas. (2014). Peran Anggota Kelompok Wanita tani (KWT) Laras Asri Pada Peningkatan Kesejahteraan Keluarga (Studi Deskriptif di Dusun Daleman Desa Kadirejo Kecamatan Pabelan Kabupaten Semarang). *Journal of Non Formal Education and Community Empowerment* 3(2)

- Naway, F. A., Arifin, A., & Ardini, P. P. (2021). Pemberdayaan Masyarakat Melalui Program TOGA (Tanaman Obat Keluarga) dalam Rangka Pencegahan Pandemi Covid-19 Di Kelurahan Hutuo Kecamatan Limboto Kabupaten Gorontalo. *Jurnal Sibermas (Sinergi Pemberdayaan Masyarakat)*, 10(1), 149-164.
- Nurdiwaty, D., Puspita, E., Kusumaningtyas, D., Winarko, S. P., Tohari, A., Solikah, M. A., & Faisol, F. (2017). Pemberdayaan Wanita Melalui Tanaman Toga Untuk Membantu Meningkatkan Pendapatan Keluarga. *Jurnal ABDINUS: Jurnal Pengabdian Nusantara*, 1(1), 20-27.
- Metalisa, R., Saleh, A., & Tjitropranoto, P. (2014). Peran ketua kelompok wanita tani dalam pemanfaatan lahan pekarangan yang berkelanjutan. *Jurnal Penyuluhan*, 10(2).