

Peningkatan Kesehatan Keluarga Melalui Pemanfaatan dan Penanaman Tanaman Obat Keluarga (TOGA) di Gampeng, Pajangan, Bantul

Vella Lailli Damarwati 1, Muhammad Fariez Kurniawan 1, Radhwa Fauztina 1, Zhafira As Syafa Putri Arditya 1, Rahmat A.Hi Wahid 2, Prita Anggraini 3

1Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, Indonesia

Jl. Brawijaya, Tamantirto, Kasihan, Bantul, Yogyakarta, Indonesia

2Universitas PGRI Yogyakarta, Indonesia.

Jl. IKIP PGRI I, Sonosewo, Ngestiharjo, Kasihan, Bantul, Yogyakarta, Indonesia

3Universitas Ahmad Dahlan, Yogyakarta, Indonesia.

Jl. Ahmad Yani, Kragilan Tamanan, Banguntapan, Bantul, Yogyakarta, Indonesia

email: vellalaili@umy.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.18196/ppm.53.1081>

Abstrak

Tanaman obat keluarga (TOGA) adalah jenis tanaman obat pilihan yang dapat ditanam di pekarangan rumah untuk meningkatkan kesehatan keluarga. TOGA dapat dijadikan sebagai alternatif obat tradisional yang mudah dicari, relatif murah, dan memiliki efek samping yang lebih rendah daripada obat-obatan kimia. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk memberikan penyuluhan terkait pemanfaatan TOGA untuk pengobatan tradisional dan pelatihan bagaimana mengelola lahan atau pekarangan kosong dengan menanam tanaman TOGA. Metode yang digunakan adalah ceramah untuk penyuluhan kepada masyarakat terkait TOGA serta pelatihan bagaimana teknik penanaman TOGA yang baik dan benar. Guna menilai pemahaman peserta maka peserta diberikan pretest dan post-test sebelum dan sesudah dilakukan edukasi. Berdasarkan nilai pretest dan post-test diperoleh rata-rata masing-masing adalah 7,4 dan 8,5. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan pemahaman peserta sebelum dan sesudah dilakukan edukasi.

Kata kunci: pelatihan, TOGA, pengobatan tradisional

Abstract

Family medicinal plants (TOGA) are selected types of medicinal plants that can be planted in the yard of the house to improve family health. TOGA can be used as an alternative to traditional medicines that are easy to find, relatively inexpensive, and have lower side effects than chemical drugs. This community service activity aims to provide counseling regarding the use of TOGA for traditional medicine as well as training on how to manage vacant land or yards by planting TOGA plants. The method used is a lecture for counseling the community regarding TOGA as well as training on good and correct TOGA planting techniques. To assess the participants' understanding, participants were given a pretest and posttest before and after the education was conducted. Based on the values of the pretest and posttest, it was obtained that the average of each was 7.4 and 8.5. This shows an increase in participants' understanding before and after education.

Keyword: training, TOGA, traditional medicine

Pendahuluan

Indonesia dikenal dengan negara yang memiliki keanekaragaman hayati yang sangat tinggi. Salah satunya dikenal dengan aneka tanaman obat yang sangat potensial untuk dikembangkan dan dimanfaatkan dengan baik (Pamungkas, Nur, Annisa, & Umi, 2021). Indonesia memiliki sekitar 940 jenis tanaman obat tradisional (Martono, Setiawan, & Widodo, 2018). Saat ini masyarakat cenderung meyakini tanaman obat sebagai alternatif pengobatan karena dianggap lebih aman dibandingkan dengan obat generik. Meskipun demikian, belum semua masyarakat tahu cara penggunaan tanaman obat. Selama ini mereka hanya tahu bagaimana cara menanam, tetapi tidak tahu bagaimana pemanfaatannya (Pertiwi, Notriawan, & Wibowo, 2020).

Tanaman obat keluarga (TOGA) adalah jenis tanaman obat pilihan yang dapat ditanam di pekarangan rumah atau lingkungan sekitar rumah. Tanaman obat yang dipilih biasanya tanaman yang dapat dipergunakan untuk pertolongan pertama atau obat-obatan ringan seperti demam dan batuk (Sari, Ennimay, & Rasyid, 2019). Tanaman ini dapat memenuhi keperluan keluarga akan obat-obatan tradisional dalam pengobatan (Wulandari, Viviandhari, & Rini, 2021). Selain itu,

tanaman ini dapat menjadi alternatif obat tradisional yang mudah dicari, relatif murah, dan memiliki efek samping yang lebih rendah daripada obat-obatan kimia (Sepriani, 2018). Harga produk produk herbal di pasaran yang tinggi juga mendasari penggunaan tanaman sebagai alternatif obat (Atmojo & Darumurti, 2021). Susanto (2017) menyatakan bahwa peningkatan penggunaan obat-obatan berbahan herbal di dunia ini ternyata berbanding terbalik dengan kesadaran masyarakat untuk mengusahakan sendiri obat-obatan yang berbahan dasar herbal.

Sementara itu, penggunaan tanaman tradisional sebagai obat herbal juga telah dimanfaatkan oleh masyarakat Indonesia dari sejak nenek moyang kita (Yulianto & Kirwanto, 2016). Berdasarkan data RISKESDAS 2018, 48% penduduk Indonesia telah menggunakan pengobatan ramuan jadi obat tradisional, 31,8% telah menggunakan obat tradisional ramuan sendiri, dan 31,4% telah memanfaatkan Pelayanan Kesehatan Tradisional (YANKESTRAD) (Suhariyanti, Amalia, & Aliva, 2020). Tanaman obat keluarga yang biasa dimanfaatkan adalah jahe merah, kencur, kunyit, kemangi, temulawak, dll.

Dusun Gampeng terletak di Kelurahan Triwidadi, Kecamatan Pajangan, Kabupaten Bantul. Dusun ini terdiri dari 4 RT dengan 128 KK. Berdasarkan observasi, umumnya penduduk di sini bekerja sebagai petani dan buruh. Secara geografis desa ini terletak di daerah yang masih banyak tebing-tebing tinggi. Masyarakat Dusun Gampeng rata-rata memiliki lahan kosong yang masih cukup luas, tetapi berjenis tanah liat. Hal ini menyebabkan masyarakat mengalami kesulitan untuk melakukan penanaman TOGA di lahan mereka. Selain itu, daerah ini belum pernah mendapat penyuluhan informasi terkait tanaman TOGA sehingga mereka belum mengetahui secara benar dan tepat tentang cara menggunakan tanaman obat sebagai obat tradisional.

Berdasarkan latar belakang tersebut, kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk memberikan penyuluhan terkait pemanfaatan TOGA untuk pengobatan tradisional dan pelatihan bagaimana mengelola lahan atau pekarangan kosong dengan menanam tanaman TOGA.

Metode Pelaksanaan

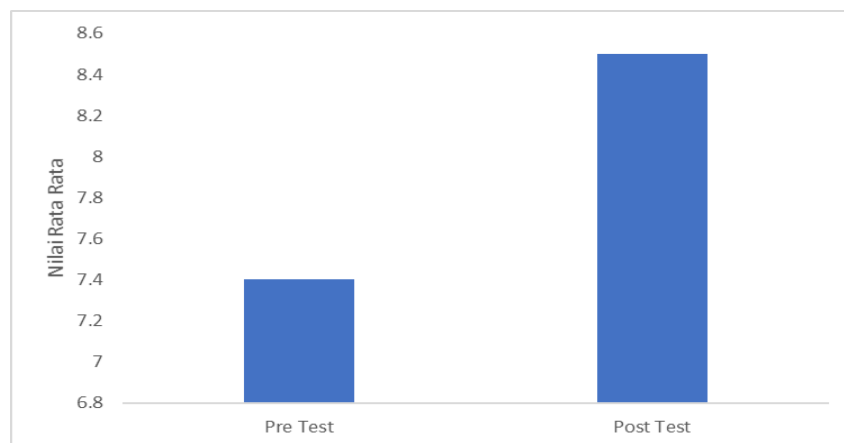
Metode yang digunakan dalam pengabdian ini adalah sebagai berikut.

1. *Pretest*
Sebelum kegiatan dimulai, peserta diberikan soal *pretest* terlebih dahulu.
2. Edukasi TOGA dan pemanfaatannya
Edukasi TOGA dilakukan dengan metode ceramah. Materi yang diberikan meliputi jenis-jenis tanaman TOGA, pemanfaatan untuk kesehatan serta bagaimana penanaman dan memanen TOGA yang baik dan benar.
3. Diskusi
Dalam tahap ini peserta melakukan diskusi secara langsung terkait materi yang diberikan.
4. Simulasi penanaman TOGA
Dalam tahapan ini, tim pengabdian melakukan simulasi secara langsung bagaimana teknik penanaman TOGA menggunakan *polybag*.
5. *Post-test*
Di akhir kegiatan, peserta kembali diberikan soal *post-test* untuk menilai pemahaman peserta terkait materi yang diberikan.

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian ini diikuti oleh 29 peserta yang berasal dari Dusun Gampeng, Bantul. Peserta terdiri dari pemuda karang taruna, ibu-ibu PKK, dan bapak-bapak tokoh Dusun Gampeng. Kegiatan ini dimulai dengan melakukan *pretest* terlebih dahulu. Peserta diberikan soal *pretest* yang telah disediakan oleh tim pengabdian. Hal ini dilakukan untuk mengukur kemampuan peserta terkait materi yang akan diberikan. Selanjutnya, dilaksanakan sosialisasi kepada peserta terkait jenis-jenis TOGA, khasiat untuk kesehatan, dan bagaimana cara pemanfaatannya.

TOGA (Tanaman Obat Keluarga) merupakan tanaman berkhasiat yang dapat dimanfaatkan baik sebagai obat maupun untuk meningkatkan imunitas dalam upaya mencegah suatu penyakit. Secara umum, masyarakat Dusun Gampeng belum banyak mengenal tentang TOGA. Masyarakat dikenalkan dengan berbagai jenis tanaman yang termasuk TOGA dalam sosialisasi TOGA ini. Adapun beberapa contoh TOGA yang sering ditemui dalam lingkungan sekitar adalah temu ireng, temulawak, jahe, dan kunyit. Kegiatan pengabdian ini mengenalkan beberapa tanaman TOGA ke masyarakat, seperti kumis kucing, meniran, pegagan, kemangi, serai, sirih laos, dan kencur.



Gambar 1. Hasil *Pretest* dan *Post-test*

Berdasarkan hasil nilai *pretest* dan *post-test* pada gambar 1 diketahui bahwa sebelum diberikan edukasi tingkat pengetahuan masyarakat masih terbilang rendah dengan nilai rata rata sekitar 7.4. Sementara itu, setelah diberikan edukasi terlihat adanya peningkatan rata-rata nilai *post-test* yaitu sekitar 8.4 . Hasil tersebut menunjukkan bahwa kegiatan ini berguna terhadap peningkatan pengetahuan masyarakat terkait TOGA beserta manfaatnya.

Dengan adanya edukasi dan pelatihan penanaman TOGA ini diharapkan masyarakat nantinya dapat lebih banyak memanfaatkan TOGA dalam kehidupan sehari-hari. Terutama memanfaatkan TOGA baik dalam pencegahan penyakit maupun untuk mengatasi keluhan ringan suatu penyakit, seperti batuk.



Gambar 2. Dokumentasi kegiatan

Simpulan

Kegiatan ini berjalan dengan baik dan lancar. Edukasi dan pelatihan yang diberikan menambah tingkat pengetahuan masyarakat di Dusun Gampeng mengenai TOGA dan pemanfaatannya. Hal tersebut dapat dilihat dari kenaikan nilai *pretest* dan *post-test*.

Ucapan Terima Kasih

Terima kasih kami ucapkan kepada Kepala Desa Gampeng, Triwidadi, Pajangan, Bantul yang telah memberikan izin dan membantu dalam segala proses kegiatan ini sehingga kegiatan pengabdian dapat berjalan dengan baik dan lancar. Terima kasih juga kami ucapkan kepada LPM UMY yang telah mendanai dan membantu pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini.

Daftar Pustaka

- [1]. Sari, S. M., Ennimay, & Rasyid, T. A. (2019). Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (Toga) Pada Masyarakat. *Dinamisia - Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1-7.
- [2]. Sepriani, R. (2018). Pengetahuan Dan Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (Toga) Di Kelurahan Bandar Buat Kecamatan Lubuk Kilangan Kota Padang. *Stamina*, 1-15.
- [3]. Suhariyanti, E., Amalia, R., & Aliva, M. (2020). Peningkatan Kesehatan Masyarakat Melalui Sosialisasi Penggunaan Tanaman Obat Keluarga (Toga) Di Lingkungan Bandung. *AS-SYIFA: Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Kesehatan Masyarakat*, Vol 2 No 1.
- [4]. Wulandari, N., Viviandhari, D., & Rini, P. (2021). Pelatihan Penanaman Tanaman Obat Keluarga (TOGA) di Aisyiyah. *Jurnal Solma*, 146-153.
- [5]. Yulianto, S., & Kirwanto, A. (2016). Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga Oleh Orang Tua Untuk Kesehatan Anak Di Duwet Ngawen Klaten. *Interest : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 75-80.