

Peningkatan Kesadaran Masyarakat Terhadap Kesehatan Keluarga Melalui Penanaman Tanaman Obat Keluarga

**Bintari Prasetyasmara^{1*}, Elfahmi Lubis¹, Septina Lisdayanti¹,
Romadhona Kusuma Yudha¹**

Universitas Muhammadiyah Bengkulu
Jl. Bali, Kp. Bali, Bengkulu, Bengkulu, Indonesia

*Email: bintariprasetyas@gmail.com

ABSTRAK

Lahan pekarangan memiliki potensi yang sangat besar ini dapat dimanfaatkan sebagai salah satu sumber penyedia bahan pangan yang bernilai gizi dan memiliki nilai ekonomi tinggi. Program yang dapat dimanfaatkan masyarakat untuk meningkatkan kesejahteraan keluarga dalam bidang pangan yaitu dengan melakukan penanaman tanaman obat keluarga. Tanaman obat keluarga merupakan kumpulan tanaman yang dibudidayakan di lahan pekarangan. Pengembangan dan pemanfaatan budidaya tanaman obat keluarga sangat diperlukan untuk menunjang kesehatan masyarakat dan menjadikan lingkungan yang hijau. Kegiatan ini dilaksanakan dalam upaya untuk memberikan pengalaman belajar atau menciptakan suatu kondisi perilaku masyarakat untuk meningkatkan kesadaran masyarakat akan kesehatan keluarga. Khalayak sasaran pada kegiatan pendidikan kesehatan ini yaitu ibu-ibu rumah tangga yang ada di Desa tanjung Anom Kecamatan Giri mulya Kabupaten Bengkulu Utara.

Kata kunci : Lahan pekarangan, Toga, Kesehatan

ABSTRACT

Home gardens have enormous potential and can be used as a source of food supply with nutritional value and high economic value. Programs that can be utilized by the community to improve family welfare in the food sector are by planting family medicinal plants. Family medicinal plants are a collection of plants that are cultivated in the yard. The development and utilization of family medicinal plant cultivation is very necessary to support public health and create a green environment. its activities are carried out in an effort to provide learning experiences or create a condition for community behavior to increase public awareness of family health. The target audience for this health education activity are housewives in Tanjung Anom Village, Giri Mulya District, North Bengkulu Regency.

Keywords : home garden, toga, health

DOI: <https://doi.org/10.55983/empjcs.v1i5.259>



PENDAHULUAN

Pekarangan adalah taman rumah tradisional yang bersifat pribadi dan ruang terbuka yang sering dimanfaatkan untuk acara kekerabatan dan kegiatan sosial (Wurianingsih, 2011). Menurut Rahayu et al dalam Sugito (2017) pemanfaatan pekarangan rumah di desa-desa telah dilakukan secara efektif dengan memadukan tanaman tahunan dan tanaman musiman. Manfaat yang diperoleh dari pengelolaan pekarangan antara lain: memenuhi kebutuhan konsumsi dan gizi keluarga, dapat memberikan tambahan pendapatan keluarga dan lahan yang sempit dapat menghasilkan bahan pangan seperti umbi-umbian, sayuran, buah-buahan, bahan tanaman rempah dan obat, bahan kerajinan tangan serta bahan pangan hewani (Kristanti, 2012).

Penelitian Hikmat diperoleh hasil bahwa masih rendahnya pengetahuan dan perilaku masyarakat dalam pemanfaatan TOGA bagi kesehatan dan ekonomi keluarga. Berdasarkan hasil wawancara mahasiswa praktik profesi ners gerbong komunitas dan keluarga tahun 2017 dengan pihak puskesmas Harapan raya diperoleh data bahwa di kalangan masyarakat untuk membudayakan tanaman TOGA di pekarangan rumah masih sedikit. Masyarakat lebih memilih untuk menggunakan fasilitas terdekat seperti praktik dokter dan bidan yang terdekat, selain itu pihak puskesmas melalui penanggung jawab program promosi terhadap masyarakat supaya masyarakat dapat membudayakan dan memanfaatkan TOGA untuk alternatif pemecahan masalah kesehatan pertama yang dialaminya.

Pekarangan rumah yang telah digunakan untuk menanam obat dikenal dengan sebutan TOGA (Sari et al., 2015). Pemanfaatan lahan pekarangan untuk TOGA merupakan peran masyarakat dalam menerapkan penggunaan teknologi tepat guna yang potensial untuk menunjang pembangunan di bidang kesehatan yaitu dengan memanfaatkan obat-obatan yang dihasilkan dari TOGA tersebut (Tukiman, 2004).

Tanaman obat keluarga (toga) biasanya dimanfaatkan sebagai rempah-rempah pada masakan, namun lebih dari itu tanaman obat keluarga dapat digunakan sebagai alternatif obat-obatan herbal tradisional. Salah satunya dengan mengonsumsi sejumlah tanaman obat seperti jahe, serai, temulawak, lengkuas, dan kunir untuk meningkatkan daya tahan tubuh. Keterampilan masyarakat dalam pemanfaatan lahan pekarangan untuk menanam tanaman toga, maka lahan kosong yang ada disekitar rumah masyarakat bisa memiliki nilai daya guna dan bisa menambah pendapatan ekonomi masyarakat dan bisa menjadi desa percontohan dalam memanfaatkan lahan pekarangan untuk tanaman toga. Sehingga dengan adanya kebun tanaman ini akan bermanfaat bagi masyarakat Desa Tanjung anom terutama dalam hal pemanfaatan tanaman obat keluarga. Pada pelaksanaan pembuatan kebun ini tim pengabdian bekerjasama dengan pemerintah desa dan masyarakat, mengingat untuk pembuatan lahan atau kebun tanaman obat keluarga harus ada persetujuan dari pihak pemilik lahan. Sehingga dengan adanya persetujuan baik dari pemilik dan pemerintah desa pembuatan kebun atau lahan tanaman obat keluarga bisa berjalan dengan lancar dan baik.

METODE

Pekarangan diartikan sebagai tanah sekitar perumahan, kebanyakan berpagar keliling, dan biasanya ditanami tanaman padat dengan beraneka macam tanaman semusim maupun tanaman tahunan untuk keperluan Konsep pengembangan merupakan sebuah keharusan yang harus diaplikasikan dalam kehidupan, Kata konsep artinya ide, rancangan atau pengertian yang diabstrakan dari peristiwa kongkrit sedangkan pengembangan artinya

proses, cara, perbuatan mengembangkan. Tanaman obat merupakan jenis-jenis tanaman yang memiliki fungsi dan berkhasiat sebagai obat dan dipergunakan untuk penyembuhan atau mencegah berbagai penyakit serta mengandung zat aktif yang dapat mengobati penyakit tertentu.

Pendekatan masyarakat dilakukan dengan berbagai tahap agar nantinya program ini benar-benar dapat dipahami oleh masyarakat sehingga secara mandiri masyarakat benar-benar bisa memanfaatkan potensi untuk pengembangan Desa Tanjung Anom. Proses yang pertama dilakukan adalah dengan sosialisasi dan penanaman tanaman obat keluarga (Toga), tahap ini mahasiswa turut membagi informasi dan pengetahuan seputar kegiatan penanaman ini. Tahapan selanjutnya adalah Pelatihan MOM (Manajemen Organisasi Masyarakat), layaknya sebuah budidaya pertanian maka juga harus dibentuk kelompok tani sebagai salah satu bentuk sarana tukar informasi perkembangan usaha budidaya dan sebagai kontroler pengembangan usaha budidaya sehingga dibutuhkan pelatihan manajemen organisasi masyarakat yang baik agar nantinya apabila usaha budidaya berkembang pesat serta menjadi sumber ekonomi rakyat akan tercipta lingkungan ekonomi yang kondusif untuk berkembang.

Penyediaan tanaman yang berfungsi sebagai obat-obatan ini juga bisa mengatasi permasalahan minimnya infrastruktur penunjang seperti apotik, rumah sakit terdekat dan lain-lain. Selain itu hal ini juga bisa sebagai salah satu alternatif dalam mengatasi lemahnya daya beli masyarakat dan melambungnya harga obat-obatan modern yang memaksa masyarakat dan pemerintah mencari upaya mengatasi keadaan ini dengan cara kembali ke alam (Nurjanah, Nurazizah, Septiana, & Shalikhah, 2019). Cara ini merupakan salah satu cara yang paling efisien dalam mengatasi permasalahan kesehatan di lingkungan masyarakat.

Penggunaan tanaman sebagai alternatif obat juga didasari dengan tingginya obat herbal yang mulai di promosikan di kalangan masyarakat. Banyak sekali produk-produk herbal yang sekarang sudah mulai berkembang dan beredar di kalangan masyarakat. Sesuai dengan pernyataan dari (Susanto, 2017) bahwa dengan peningkatan penggunaan obat-obatan berbahan herbal di dunia yang semakin meningkat, ini ternyata berbanding terbalik dengan kesadaran masyarakat untuk mengusahakan sendiri obat-obatan yang berbahan dasar herbal. 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. Selain itu berdasarkan pernyataan Katno dalam (Karo-Karo, 2010) bahwa masyarakat lebih menyukai obat-obatan yang berasal dari tanaman dikarenakan efek samping yang rendah, efek yang saling mendukung dengan obat tradisional lain, lebih sesuai untuk berbagai penyakit metabolik dan degeneratif.

Salah satu tujuan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman serta pemanfaatan masyarakat Desa Tanjung Anom dalam pengelolaan tanaman disekitar. Sehingga tanaman yang banyak tumbuh tersebut mempunyai manfaat bagi masyarakat desa sebagai bahan atau obat keluarga. Selain itu manfaat adanya kegiatan ini adalah meningkatkan daya saing masyarakat dalam hal pemberdayaan, sehingga masyarakat Desa Tanjung Anom bisa lebih mandiri terutama dalam hal budidaya pendamping keluarga, karena bisa memanfaatkan tanaman disekitar dan apotik hidup yang telah dibuat.

Maka dari itu, penggunaan obat-obat herbal ini sebenarnya sangat mungkin dan sangat bisa dilakukan oleh masyarakat Desa Tanjung Anom, mengingat di daerah ini

banyak sekali tumbuhan yang bisa dijadikan sebagai bahan obat-obatan herbal. Akan tetapi hal ini masih jarang sekali dilakukan oleh masyarakat, mengingat memang masih minimnya pengetahuan masyarakat dalam mengolah tanaman yang ada menjadi obat-obatan herbal atau pendamping obat keluarga. Maka dari itu, dengan adanya tanaman tersebut maka perlu adanya peningkatan pengetahuan kepada masyarakat dalam memanfaatkan tanaman disekitar untuk dijadikan sebagai tanaman obat.

HASIL DAN PEMBAHASAN HASIL

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan oleh mahasiswa Universitas Muhammadiyah Bengkulu. Kegiatan Pemanfaatan lahan pekarangan untuk penanaman Toga ini merupakan salah satu cara untuk memanfaatkan lahan pekarangan warga yang kosong menjadi produktif. Pada saat kegiatan pelatihan ini, warga terkhusus Desa Tanjung Anom begitu sangat antusias dengan adanya kegiatan penanaman Toga ini. Selain itu, warga juga mampu mempraktikkan penanaman toga ini dilahan pekarangan rumahnya yang dimulai dari mencari bibit, membersihkan lahan dan penanaman.

Pelaksanaan pengabdian dengan skema ini 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 implementasi teori yang didapatkan dari bangku perkuliahan kepada masyarakat.

Pada pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini tema yang diambil adalah pemberdayaan masyarakat melalui tanaman obat keluarga di Desa Tanjung Anom, Kecamatan Giri Mulya Kabupaten Bengkulu Utara. Mengingat hal ini merupakan salah satu komponen terpenting dalam kehidupan sehari-hari terutama bagi masyarakat. Begitu juga dengan masyarakat di Desa Tanjung Anom, dengan keadaan geografis di daerah pedesaan maka sangat tepat sekali jika ada pemberdayaan masyarakat melalui tanaman obat keluarga. Yang menjadikan hal ini penting untuk dilakukan di Desa Tanjung Anom adalah banyaknya tanaman obat-obatan yang bisa dijadikan sebagai bahan obat-obatan keluarga akan tetapi banyak sekali masyarakat di desa tersebut yang belum memanfaatkan. Sehingga tanaman obat-obatan yang ada dibiarkan saja tanpa dimanfaatkan sedikitpun oleh masyarakat.

Setiap warga masyarakat dilibatkan untuk melakukan penanaman di demplot dan di rumah masing-masing menggunakan polybag. Tanaman obat yang ditanam meliputi jahe, kunyit, kunyit putih, temulawak, lengkuas, kencur, sereh, jeruk nipis, jeruk purut, dringo, dan bangle. Beberapa tanaman yang sering dibudidayakan oleh masyarakat antara lain jahe, dan stevia. Jahe (*Zingiber officinale*), adalah tanaman rimpang yang sangat populer sebagai rempah-rempah dan bahan obat (Setyawan, 2002). Tanaman lain yang dibudidayakan yaitu Sambung Darah, mahkota dewa, tabat bariti, kumis kucing, patah tulang, buah merah, jahe merah, sereh wangi, kencur, daun dewa, jinten, lengkuas, kunyit.

Pada proses pelaksanaan ini juga masyarakat mempunyai andil besar terutama dalam pembuatan sampai penanaman, akan tetapi masih ada tahapan terakhir yang harus dilakukan oleh masyarakat yaitu proses perawatan kebun tanaman obat keluarga. Pengetahuan tentang peranan media tanam untuk pertumbuhan tanaman perlu disampaikan kepada para peserta (masyarakat) karena media tanam merupakan salah satu faktor penting yang menentukan hasil tanaman (Fatimah & Handarto 2008). Bibit

yang sudah pindah tanam disimpan di tempat yang ternaungi untuk menghindari penguapan karena tanaman yang baru pindah masih harus beradaptasi dengan lingkungan. Dengan adanya perawatan yang baik maka tanaman yang ditanam juga akan tumbuh dengan baik sehingga bisa bermanfaat bagi masyarakat secara umum dan khususnya masyarakat Desa Tanjung Anom. Pada kegiatan ini juga sangat didukung oleh pemerintah desa, harapannya dengan adanya kegiatan ini masyarakat Desa Singoyudan bisa lebih mandiri terutama dalam hal menjaga kesehatan keluarga.

Budidaya pengembangan TOGA memiliki peluang bisnis yang sangat besar, apalagi pada saat ini di masyarakat sedang berkembang “Trend” Kembali ke alam (Back to Nature). Disamping adanya trend tersebut, penggunaan tumbuhan obat semakin banyak dinikmati masyarakat, karena pengaruh kondisi perekonomian yang sedang mengalami krisis sehingga banyak masyarakat yang memilih obat-obatan alami yang harganya relative murah, aman dan mudah mendapatkannya.

Tanaman obat keluarga (TOGA) pada dasarnya adalah tanaman yang ditanam di halaman rumah, kebun ataupun sebidang tanah atau ditanam didalam pot yang dimanfaatkan sebagai budidaya tanaman yang berkhasiat sebagai obat dalam rangka memenuhi kebutuhan keluarga akan obat – obatan. Tanaman obat keluarga juga berfungsi sebagai pemanfaatan lingkungan disekitar rumah dan kebun. Di era sekarang semakin banyak keluarga yang sadar betul apa manfaat dari tanaman obat itu sendiri

Tujuan utama budidaya tanaman obat keluarga (TOGA) yaitu Untuk melindungi dan meningkatkan kesejahteraan masyarakat serta melestarikan kekayaan alam melalui tanaman yang ada disekitar kita

Kegiatan pendampingan juga dilakukan untuk melihat kondisi tanaman warga masyarakat. Adapun kegiatan pendampingan yaitu pengenalan jenis tanaman obat keluarga, Teknik budidaya tanaman, Teknik pasca panen tumbuhan obat yang meliputi pemanenan pengeringan dan penyimpanan. Setelah itu diajarkan juga pembuatan obat dengan menggunakan tanaman obat keluarga. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pemahaman dari kelompok sasaran tentang materi yang diberikan. Bibit berkualitas adalah bibit yang memenuhi syarat mutu genetik, mutu fisiologik (persentase tumbuh yang tinggi), dan mutu fisik (bibit yang bebas hama dan penyakit). Bahan bibit diambil langsung dari kebun (bukan dari pasar) dari tanaman yang sudah tua dan sehat. Serta bibit yang ada juga diperoleh dari membeli di toko tanaman obat keluarga.



Gambar 1. Lahan pekarangan yang sudah ditanami Toga

Dengan adanya pelatihan pemanfaatan lahan pekarangan untuk penanaman Toga ini, warga diharapkan dapat menerapkan dan mempraktikkan dilahan pekarangan perumahan secara maksimal untuk digunakan sebagai lahan obat herbal untuk kesehatan keluarga.

Pada saat pembuatan kebun tim pengabdian bekerjasama dengan masyarakat untuk membuat kebun tanaman obat keluarga secara bersama-sama, selain ini pada proses penanaman juga dilakukan secara bersama-sama. Hal ini dilakukan dengan tujuan supaya masyarakat juga merasa memiliki tanaman obat keluarga tersebut, sehingga setelah pelaksanaan pengabdian dinyatakan selesai masyarakat masih tetap merawat serta memanfaatkan tanaman obat keluarga. Oleh karena itu, pada proses pembuatan awal sampai dengan proses penanaman masyarakat banyak yang ikut terlibat terutama ibu-ibu PKK yang memang menjadi salah satu sasaran atau objek pengabdian ini. Kebun atau lahan yang telah disiapkan dan dibuat ini ditanamai berbagai jenis tanaman yang mempunyai manfaat sebagai obat-obatan herbal. Terutama tanaman yang memang tidak ada di Desa Tanjung Anom, hal ini dilakukan guna melengkapi tanaman yang sudah ada di Desa ini. Mengingat potensi kesuburan alamnya yang sangat luar biasa maka kami sebagai tim pengabdian melakukan pembelian tanaman yang mudah untuk tumbuh dan perawatannya juga mudah. Selain itu pembelian tanaman ini juga dilihat dari manfaatnya yang paling banyak di gunakan oleh masyarakat sebagai bahan obat-obatan atau obat pendamping.



Gambar 2. Menanam Tanaman obat keluarga (TOGA) dilhan masyarakat

SIMPULAN

Berdasarkan hasil pelaksanaan pengabdian yang telah dilakukan, maka kegiatan ini sangat bermanfaat bagi masyarakat Desa Tanjung Anom maupun pemerintah desa. Adapun manfaat yang bisa didapat oleh masyarakat maupun pemerintah adalah meningkatkan pengetahuan masyarakat terutama ibu-ibu PKK dalam pemanfaatan tanaman sekitar sebagai obat pendamping keluarga amemanfaatkan pekarangan rumah untuk penanaman Toga, dapat disimpulkan hal-hal sebagai berikut yaitu Memberikan tambahan wawasan dan pengetahuan serta keterampilan kepada masyarakat Desa Tanjung Anom dalam memanfaatkan lahan pekarangan untuk menanam Toga dan Meningkatkan kesadaran masyarakat akan kesehatan keluarganya melalui bididaya tanaman herbal.

UCAPAN TERIMAKASI KASIH

Terlaksananya kegiatan ini maka kami ucapkan terima kasih banyak kepada pihak Kampus Universitas Muhammadiyah Bengkulu yang telah mensuport kami untuk

melaksanakan kegiatan pengabdian ini. Selain itu kami juga ucapkan terima kasih banyak kepada bapak Elfahmi Lubis selaku Ka. Prodi PPKN dan Ibu septina Lisdayanti sebagai Dosen PPKN serta Pemerintah Desa dan masyarakat Desa Tanjng Anom yang telah memberikan kami kesempatan untuk melaksanakan pengabdian di Desa Tanjng Anom. Kami juga mengucapkan terima kasih kepada yang telah mensuport kami untuk melaksanakan kegiatan pengabdian ini. Selain itu kami juga ucapkan terima kasih banyak kepada Pemerintah Desa dan masyarakat Desa Tanjung Anom yang telah memberikan kami kesempatan untuk melaksanakan pengabdian di Desa Tanjung Anom dan Dapat membaurkan diri atau terjun langsung kemasyarakat serta menerapkan ilmu yang telah kami dapat selama pengabdian di masyarakat ini guna untuk menambah pengetahuan ini, mengembangkan diri, berpikir kreatif dan menjadikan diri kami tangguh, kuat dan penuh tanggungjawab. karena sudah memberikan kepercayaan kepada kami untuk membantu membagikan pengalaman kami kepada siswa yang ada di sekolah ini, serta memberikan kami fasilitas yang kami anggap sudah cukup baik.

REFERENSI

- Kristanti. 2012. Optimalisasi Pemanfaatan Pekarangan Menjadi Tanam yang Produktif. 0Uripsantosowordpress.c om. [Diakses 27 November 2021].
- Setyawan, A. 2002. Ekosistem mangrove sebagai kawasan peralihan ekosistem perairan tawar dan perairan laut. *Jurnal Enviro*. 2(1): 25-40.
- Sugito & Susilowati & Kholif, MA. 2017. *Strategi Pemanfaatan Lahan Pekarangan Untuk Budidaya Tanaman Obat Keluarga (TOGA)*. Penanas Adi Buana. Volume 2, Nomor 2. Oktober 2017: halaman 1-8.
- Sumarmiyati & Rahayu, S.W.T. 2015. *Potensi Pengembangan Tanaman Obat Lokal Skala Rumah Tangga untuk Mendukung Kemandirian Pangan dan Obat di Samarinda, Kalimantan Timur*. Prosiding Seminar Nasional Masyarakat Biodiversitas Indonesia, Volume 1 Nomor 2. Halaman: 360-364.
- Tukiman. 2004. *Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) untuk Kesehatan Keluarga*. Medan: Bagian pendidikan Kesehatan dan Ilmu Perilaku, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Sumatera Utara.
- Wuriansingih, Mega. 2011. Studi dan Fungsi Pekarangan di Desa Pasir Eurih Kecamatan Taman Sari Kabupaten Bogor. Skripsi IPB. Bogor.
- Karo-Karo, U. (2010). Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga di Kelurahan Tanah 600, Medan. *Kesmas: Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional*, 4(5). <https://doi.org/10.21109/kesmas.v4i5.169>
- 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 Empowernment*, 4(1), 20–25. <https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v2i2.63>
- Susanto, A. (2017). Komunikasi Dalam Sosialisasi Tanaman Obat Keluarga (Toga) Di Kecamatan Margadana. *Jurnal Para Pemikir*, 6(1), 111–117. <https://doi.org/10.30591/PJIF.V6I1.476.G429>