

Pemanfaatan Tumbuhan Berkhasiat Sebagai Tanaman Obat Keluarga (TOGA) di Lingkungan Masyarakat Dusun Mertak Tombok Desa Mertak Tombok Kecamatan Praya Lombok Tengah

Sulwiyatul Kamariyah Sani^{1*}, Vera Yulandasari², Yayan Hardiansyah³, Meylinda Pomestia⁴, Nur Edisi Miliniar⁵, Erna Yanti⁶, Hisrofita Wahyu Putri⁷, Yulia Hastika⁸, Hartin⁹, Riki Pebriawan¹⁰, M. Lukmanul Hakim¹¹

DOI: 10.37824/dbk.v3i2.74

^{1,2,3,4} Dosen Universitas
Qamarul Huda Badaruddin

^{5,6,7,8,9,10,11} Mahasiswa
Fakultas Kesehatan
Universitas Qamarul Huda
Badaruddin

Koresponden

Sulwiyatul Kamariyah Sani
Email: sulwiyatul@gmail.com

Abstrak

Saat ini tanaman berkhasiat tidak hanya dimanfaatkan sebagai rempah atau bahan masakan akan tetapi melalui program Tanaman Obat Keluarga (TOGA) dapat dimanfaatkan masyarakat sebagai alternatif untuk menjaga dan merawat kesehatan secara alami. Tujuan dari kegiatan pengabdian oleh tim KKN Fakultas Kesehatan Universitas Qamarul Huda Badaruddin (UNIQHBA) ini adalah untuk memberikan pengetahuan mengenai pemanfaatan tumbuhan berkhasiat melalui TOGA sebagai alternatif pengobatan dan langkah antisipatif dalam menjaga serta merawat kesehatan secara alami khususnya bagi masyarakat di dusun Mertak Tombok. Pelaksanaan kegiatan dilakukan dengan pemberian sosialisasi dan edukasi kepada warga melalui penyuluhan dan praktek pembuatan TOGA. Kegiatan ini dilaksanakan di setiap masing-masing rumah kepala RT dengan total 5 RT di Dusun Mertak Tombok, Desa Mertak Tombok dengan memanfaatkan potensi lahan disekitar untuk melakukan penanaman tumbuhan. Hasil yang didapatkan dari program TOGA ini adalah masyarakat Dusun Mertak Tombok mampu mengetahui manfaat penggunaan tanaman obat keluarga dengan lebih optimal. Selain itu, masyarakat juga mampu mempraktekkan program TOGA ini pada masing-masing RT yang ada di dusun Mertak Tombok.

Keywords: *Tanaman berkhasiat, TOGA, Dusun mertak tombok, KKN Fakultas Kesehatan UNIQHBA*



This work is licensed under a Creative Commons Attribution

4.0 International License

Pendahuluan

Indonesia merupakan salah satu negara agraris dengan mayoritas penduduk bermata pencaharian sebagai petani dengan kegiatan bercocok tanam. Sebagai negara agraris Indonesia memiliki beragam sumber daya baik di daratan maupun di perairan. Faktor agraris inilah yang menyebabkan berbagai macam tanaman dapat tumbuh di Indonesia salah satunya adalah tanaman berkhasiat (Aly, 2020).

Pemanfaatan tanaman berkhasiat sebagai obat telah dikenal lama oleh bangsa Indonesia sebagai salah satu langkah upaya penanganan masalah kesehatan. Pengetahuan dan pengalaman terkait tanaman berkhasiat inipun telah diturunkan secara turun temurun dari generasi ke generasi (Oktora, 2006).

Obat tradisional adalah ramuan obat yang berasal dari tumbuh- tumbuhan. Tumbuhan atau tanaman obat tradisional merupakan tanaman yang dapat dipergunakan sebagai obat, baik yang disengaja ditanam (budidaya) maupun tanaman yang tumbuh secara liar. Tanaman obat dapat dimanfaatkan sebagai dekorasi halaman maupun bahan ramuan alami untuk mengobati berbagai penyakit (Pelokang, 2018).

Dengan kembali berkembangnya gerakan kembali ke alam (*back to nature*), kecenderungan penggunaan bahan obat alami (herbal) semakin meningkat pesat. Hal ini tidak lepas dari adanya faktor perubahan lingkungan, pola hidup manusia, dan perkembangan pola penyakit. Tanaman-tanaman berkhasiat yang telah diteliti dan secara ilmiah telah menunjukkan bahwa tanaman berkhasiat tersebut memiliki

kandungan senyawa aktif yang berguna bagi kesehatan (Numiswati, 2015).

Masyarakat biasanya memanfaatkan obat tradisional atau herbal untuk mencegah, menyembuhkan, memulihkan, serta beralihnya masyarakat kepada obat tradisional karena harga lebih murah, bahan lebih mudah didapatkan bila ditanam sendiri, dan umumnya dalam satu jenis tanaman memiliki efek farmakologi lebih dari satu sehingga dapat dimanfaatkan untuk pengobatan penyakit-penyakit degeneratif dan metabolik (Aly, 2020).

Tanaman obat keluarga atau biasa disebut TOGA sebelumnya tanaman obat keluarga ini biasa disebut dengan nama apotek hidup. TOGA pada hakekatnya merupakan sebidang tanah baik di halaman rumah, ladang ataupun kebun yang digunakan untuk membudidayakan beberapa jenis tanaman yang berkhasiat sebagai obat (Sari, 2009).

Program TOGA selain memiliki manfaat bagi kesehatan masyarakat juga bermanfaat bagi lingkungan dimana lingkungan yang ditanami dengan TOGA akan cenderung lebih asri, tenang, dan hijau. Oksigen yang dihasilkan dari TOGA akan membuat udara di sekitar lingkungan menjadi lebih bersih dan segar (Reza, 2022).

Desa Mertak Tombok merupakan salah satu desa yang masuk dalam wilayah kecamatan Praya kabupaten Lombok Tengah yang terdiri dari 8 dusun yaitu dusun Mertak Tombok, dusun Aik Lalis, dusun Kepok, dusun Jempong, dusun Ujan Rintis, dusun Aik Goak, dusun Bagek Dopol dan dusun Mertak Umbak. Dalam kegiatan KKN Fakultas Kesehatan UNIQHBA, salah satu dusun yang menjadi sasaran adalah dusun Mertak Tombok terdiri dari 5 Rukun Tetangga (RT) yang masing-masing RT terdiri dari beberapa Kartu Keluarga (KK) diantaranya RT 1

berjumlah 73 KK, RT 2 berjumlah 75 KK, RT 3 berjumlah 42 KK, RT 4 berjumlah 33 KK, dan RT 5 berjumlah 35 KK. Sehingga jumlah keseluruhan KK di Dusun Mertak Tombok mencapai 258 KK.

Mayoritas mata pencaharian penduduk Dusun Mertak Tombok di bidang pertanian, baik dalam hal budidaya pertanian maupun perdagangan dari hasil pertanian. Sebagian lainnya adalah pegawai swasta, wirausahawan dan pegawai negeri sipil. Kondisi saat ini, masyarakat di dusun Mertak Tombok belum sepenuhnya memahami bahwa beberapa tanaman di sekitar mereka dapat digunakan sebagai obat yang dapat dimanfaatkan untuk keperluan keluarga. Pengetahuan untuk memanfaatkan tumbuhan obat masih sebatas warisan budaya bangsa. Pengetahuan untuk memanfaatkan tanaman obat merupakan pengetahuan dan pengalaman yang diwariskan secara turun temurun.

Dari uraian tersebut, maka tujuan dari kegiatan pengabdian ini adalah untuk memberi pengetahuan kepada masyarakat dusun Mertak Tombok mengenai manfaat tanaman obat tradisional sebagai alternatif pengobatan dan langkah antisipatif dalam menjaga dan merawat kesehatan secara alami serta untuk mengurangi pengeluaran perekonomian keluarga terhadap pembelian obat-obatan kimia yang cenderung mahal. Selain itu pengabdian ini juga bertujuan sebagai upaya meningkatkan kesehatan masyarakat melalui pemanfaatan TOGA khususnya di lingkungan dusun Mertak Tombok.

Metode

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan oleh tim KKN Fakultas Kesehatan Universitas

Qamarul Huda Badaruddin (UNIQHBA) pada bulan maret 2022 yang bertempat di Desa Mertak Tombok, Dusun Mertak Tombok. Metode pengabdian yang digunakan yaitu dengan melakukan sosialisasi kepada warga mengenai pemanfaatan tanaman berkhasiat sebagai TOGA kemudian selanjutnya masuk ke tahap pembuatan TOGA yang dilakukan di masing-masing RT yang ada di dusun Mertak Tombok dengan total 5 RT.

a. Metode pendekatan

Sebelum dilakukan kegiatan pengabdian, terlebih dahulu dilakukan pendekatan antara tim KKN Fakultas Kesehatan UNIQHBA dengan Kepala Dusun, Tokoh masyarakat dan warga masyarakat dusun Mertak Tombok. Pendekatan tidak hanya dilakukan dengan masyarakat, tetapi dengan situasi dan kondisi lingkungan sekitar.

b. Metode sosialisasi

Metode sosialisasi merupakan metode atau cara yang dilakukan tim KKN Fakultas Kesehatan UNIQHBA dalam rangka menyebarkan informasi terkait pemanfaatan tumbuhan berkhasiat sebagai TOGA. Penyampaian informasi ini dilakukan dengan melibatkan warga masyarakat yang ada di masing-masing RT di dusun Mertak Tombok. Kemudian warga yang ada di masing-masing RT ini melakukan praktek penanaman TOGA di pekarangan rumah masing-masing didampingi oleh tim KKN Fakultas Kesehatan UNIQHBA.

Hasil Kegiatan

Kegiatan pengabdian berupa pembuatan TOGA di lingkungan dusun Mertak Tombok diawali dengan kegiatan sosialisasi. Kegiatan sosialisasi ini dilakukan untuk memberikan informasi terkait manfaat dari TOGA dilakukan

di rumah ketua RT dari RT 01-05. Sosialisasi mengenai manfaat TOGA pertama kali dilakukan di lingkup RT 05 pada tanggal 28 Maret, RT 04 dan 03 tanggal 30 Maret, RT 02 dan 01 tanggal 31 Maret 2022. Persiapan yang dilakukan berupa penyebaran informasi kepada warga oleh ketua RT setempat dan penyiapan materi untuk melakukan sosialisasi. Adapun kegiatan sosialisasi ini berisi pemaparan informasi terkait contoh tanaman yang bisa ditanam di dalam TOGA dan bibit tanaman yang mudah ditemui di lingkungan sekitar masyarakat. Selain itu dijelaskan pula mengenai manfaat dari TOGA itu sendiri. Adapun beberapa pertanyaan yang muncul terkait tentang pengembangan TOGA karena jaranganya TOGA yang dapat ditemui di lingkungan sekitar rumah warga, serta manfaat dari tumbuhan yang ada di sekitar pekarangan rumah warga. Warga juga sangat antusias terhadap program TOGA yang dilaksanakan oleh tim KKN Fakultas Kesehatan UNIQHBA karena dirasa sangat bermanfaat bagi warga setempat.

Setelah dilakukan kegiatan sosialisasi, kemudian dilanjutkan ke tahap persiapan untuk membuat TOGA. Persiapan dimulai dari tanggal 28 Maret 2022 berupa survei lokasi yang akan digunakan sebagai tempat pengembangan bibit, kemudian dilanjutkan dengan pembelian bibit tanaman yang akan ditanam. Tahapan selanjutnya adalah membeli pupuk dan peralatan yang akan digunakan untuk proses perawatan TOGA. Kegiatan selanjutnya yakni penanaman bibit setelah sebelumnya dilakukan persiapan alat dan bahan. Media yang digunakan untuk menanam tanaman berkhasiat sebagai TOGA adalah *polybag* beserta pupuk yang telah tercampur dengan tanah seperti yang ditunjukkan oleh gambar 1. Penggunaan *polybag* dilakukan sebagai salah satu opsi bagi warga dusun Mertak Tombok yang memiliki

lahan terbatas sehingga lebih mudah dalam hal pemantauan, penyiraman dan perawatan TOGA.



Gambar 1. Penyiapan media tanam oleh tim KKN Fakultas Kesehatan UNIQHBA dibantu oleh warga setempat



Gambar 2. Proses penanaman tanaman berkhasiat sebagai TOGA

Tahapan selanjutnya adalah melakukan penanaman bibit seperti yang ditunjukkan oleh Gambar 2 dan pemberian label stiker yang telah disiapkan. Pemberian label tersebut untuk membedakan jenis tanaman. Adapun jenis tanaman berkhasiat yang dipilih adalah tanaman-tanaman yang biasa dijumpai oleh warga masyarakat dan dapat tumbuh dengan mudah seperti sereh, seledri, kunyit, jahe merah, kencur, lidah buaya, dan jeruk nipis. Setelah itu kemudian dibagikan kepada masing-masing warga yang ada di dusun Mertak Tombok seperti yang ditunjukkan oleh Gambar 3 untuk dapat dimanfaatkan sebagai TOGA.

Hasil nyata yang didapatkan dari program penanaman tanaman obat keluarga (TOGA) ini adalah masyarakat Dusun Mertak Tombok,

mampu mengetahui manfaat penggunaan tanaman obat keluarga lebih optimal. Selain itu, masyarakat Dusun Mertak Tombok juga mengetahui nilai ekonomis dan tingkat aman dari kegunaan tanaman obat keluarga. Masyarakat juga dapat mengonsumsi tanaman ini sebagai alternatif pengobatan alami keluarga. Hal ini sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Sari dkk pada tahun 2019 dimana terjadi peningkatan pengetahuan masyarakat tentang TOGA setelah diberikannya sosialisasi.



Gambar 3. Pembagian tanaman TOGA kepada warga dusun Mertak Tombok

Kesimpulan dan Rekomendasi

KESIMPULAN

Program pemanfaatan tanaman bekhasiat sebagai TOGA sangat bermanfaat bagi Dusun Mertak Tombok dimana dari kegiatan tersebut warga Dusun Mertak Tombok Desa Mertak Tombok mendapatkan pengetahuan bagaimana memanfaatkan lahan yang ada menjadi TOGA yang memiliki banyak sekali manfaat khususnya bagi kesehatan warga. Dari hasil sosialisasi yang diselenggarakan, warga Dusun Mertak Tombok dapat mempraktikkan sendiri apa yang telah disampaikan dan dipelajari di kemudian hari. Diharapkan kedepannya warga Mertak Tombok dapat terus melakukan penanaman TOGA dengan jenis tanaman obat yang lebih

beragam dan program ini juga dapat diimplementasikan oleh dusun yang lain yang ada di desa Mertak Tombok.

Referensi

- Oktora, L. (2006). Pemanfaatan Obat Tradisional Dengan Pertimbangan Manfaat dan Khasiatnya. *Majalah Ilmu Kefarmasian*.
- Sari, Siska Mayang., Enimay., dan T. Abdul Rasyid. (2019). Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) Pada Masyarakat. *Dinamisia*, 3 (special issue), 1-7. <https://doi.org/10.31849/dinamisia.v3i2.2833>
- Pelokang, Chrisye Y., Roni K., dan Deidy K. (2018). Pemanfaatan Tumbuhan Obat Tradisional oleh Etnis Sangihe di Kepulauan Sangihe Bagian Selatan, Sulawesi Utara. *Jurnal Bioslogos*, 8(2), 45-51.
- Reza, Jihan S. (2022). Upaya Pemberdayaan Apotek Hidup dan Pentingnya Tanaman Obat dalam Menjaga Imunitas Tubuh Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Riset dan Pengabdian Masyarakat*, 2(1), 57-66, DOI: 10.22373/jrpm.v2i1.1157.
- Karamina, H., Supriyadi, S., Firman Yasin, D. D., Yusi Kamhar, M., & Kusuma Astuti, F. (2020). Pemanfaatan dan Penanaman Tanaman Obat Keluarga (TOGA) Menuju Keluarga Sehat Pada Ibu Pemberdayaan Kesejahteraan Keluarga (PKK). *Jurnal Inovasi Hasil Pengabdian Masyarakat (JIPEMAS)*, 3(2), 120-127. <https://doi.org/10.33474/jipemas.v3i2.6416>
- Aly Abdul Hamid, dkk. (2020). Apotek Hidup Sebagai Upaya Peningkatan Kesehatan Masyarakat Dalam Mencegah Penyebaran Covid-19. *Jurnal Pembelajaran Pemberdayaan Masyarakat*, 1(4), 286-293.

Nurniswati. (2015). Tanaman Obat Keluarga.
Parapemikir Jurnal Ilmiah farmasi, 3(2), 1-3.
<http://dx.doi.org/10.30591/pjif.v3i2.216>