

ABDIMAS UNIVERSAL

<http://abdimasuniversal.uniba-bpn.ac.id/index.php/abdimasuniversal>

DOI: <https://doi.org/10.36277/abdimasuniversal.v4i1.167>

Received: 21-10-2021

Accepted: 20-04-2022

Peningkatan Kesehatan Masyarakat Melalui Pemeberdayaan Wanita dalam Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) di Wilayah Kerja Puskesmas Rejosari Pekanbaru

Ary Oktora Sri Rahayu^{1*}; Yesi Septina Wati¹; Meirita Herawati¹

¹STIKes Al Insyirah/Prodi Kebidanan

^{1*}Email: aryoktora.10@gmail.com

Abstrak

Tumbuhan obat adalah tumbuhan yang memiliki khasiat obat dan digunakan sebagai obat dalam penyembuhan maupun pencegahan penyakit, pemanfaatan bahan-bahan yang bersifat alamiah lebih diterima (*acceptable*) oleh tubuh manusia. Pengetahuan tentang pemanfaatan tanaman obat merupakan unsur penting dalam meningkatkan kemampuan individu juga keluarga untuk memperoleh hidup sehat. Penting kiranya untuk terus memberikan edukasi kepada masyarakat terkait manfaat dari TOGA. Salah satu fungsi TOGA adalah sebagai upaya peningkatan kesehatan masyarakat meliputi upaya preventif (pencegahan), upaya promotif (meningkatkan/menjaga kesehatan), dan upaya kuratif (penyembuhan penyakit). Solusi yang ditawarkan adalah memberi penyuluhan dalam bentuk edukasi terkait dengan peningkatan kesehatan masyarakat dengan pemanfaatan TOGA yang diharapkan dapat memberikan masukan mengenai TOGA. Dengan edukasi yang dilakukan mampu memberdayakan masyarakat dalam pemanfaatan tanaman obat keluarga sebagai upaya meningkatkan imunitas tubuh di tengah pandemi covid-19. Mitra PkM adalah Ibu Rumah Tangga sejumlah 21 orang. Metode pelaksanaan kegiatan adalah dimulai dengan mengidentifikasi kebutuhan yang akan digunakan, survei lanjutan dan pengumpulan alat dan bahan yang dibutuhkan, kemudian identifikasi mekanisme pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat, serta edukasi dan sosialisasi. Luanan yang dihasilkan diantaranya adalah: 1) memberdayakan masyarakat dalam pemanfaatan tanaman obat keluarga sebagai upaya untuk meningkatkan imunitas tubuh, dan 2) menjadi karya ilmiah yang dipublikasi.

Kata Kunci: peningkatan kesehatan, pemberdayaan wanita, pemanfaatan TOGA

Abstract

Medicinal plants are plants that have medicinal properties and are used as drugs in healing and preventing disease, the use of natural materials is more acceptable to the human body. Knowledge about the use of medicinal plants is an important element in improving the ability of individuals and families to obtain a healthy life. It is important to continue educating the public regarding the benefits of TOGA. One of the functions of TOGA is as an effort to improve public health including preventive efforts (prevention), promotive efforts (improvement/maintaining health), and curative efforts (curing disease). The solution offered is to provide counseling in the form of education related to improving public health by using TOGA which is expected to provide input on TOGA. With the education carried out, it is able to empower the community in the use of family medicinal plants as an effort to increase body immunity in the midst of the covid-19 pandemic. PKM partners are 21 housewives. The method of implementing the activity is to begin by identifying the needs to be used, follow-up surveys and collection of tools and materials needed, then identify the mechanism for implementing community service activities as well as education and socialization. The resulting outputs are: 1) empowering the community in the use of family medicinal plants as an effort to increase body immunity, and 2) becoming a published scientific work.

Keywords: health improvement, women's empowerment, the use of TOGA

1. Pendahuluan

Tumbuhan obat adalah tumbuhan yang memiliki khasiat obat dan digunakan sebagai obat dalam penyembuhan maupun pencegahan penyakit, pengetahuan berkhasiat obat adalah mengandung zat aktif tertentu tapi mengandung efek resultan atau sinergi dari berbagai zat yang berfungsi mengobati. Pelayanan kesehatan tradisional sendiri dapat digunakan masyarakat dalam mengatasi gangguan kesehatan secara mandiri (*self-care*), baik untuk pribadi maupun

untuk keluarga melalui pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA). (Rahmawati, 2010).

Beberapa ahli herbalis yakin bahwa pemanfaatan bahan-bahan yang bersifat alamiah lebih diterima (*acceptable*) oleh tubuh manusia dibandingkan dengan penggunaan bahan-bahan yang bersifat sintetik, walaupun mereka tahu betul bahwa khasiat pemanfaatan bahan-bahan yang alami cenderung relatif lambat. Kini, kecenderungan untuk kembali ke alam sudah bersifat global, ditandai dengan maraknya produk bahan alam baik dari dalam maupun dari luar

negeri dengan berbagai macam label dan merk (Savitri, 2016).

Tumbuhan yang berkhasiat obat sebagian besar memiliki aroma khas dikarenakan adanya kandungan minyak atsiri, sedangkan adanya alkaloid yang tinggi dan kandungan senyawa tanin menjadikan tumbuhan yang mengandung senyawa ini memiliki rasa yang sepat dan pahit. Selain itu, pada akar tumbuhan mengandung banyak air dan serat (Utami, 2010).

Pengobatan tradisional yang berasal dari tanaman merupakan manifestasi dari partisipasi aktif masyarakat dalam menyelesaikan problematika kesehatan dan telah diakui perannya oleh berbagai bangsa dalam meningkatkan derajat kesehatan masyarakat. *World Health Organization* (WHO) merekomendasikan penggunaan obat tradisional termasuk obat herbal dalam pemeliharaan kesehatan masyarakat, pencegahan dan pengobatan penyakit, terutama untuk kronis, penyakit degeneratif dan kanker (Agustina, 2016).

Pengetahuan masyarakat lokal dalam memanfaatkan sumber daya tumbuhan akan sangat membantu menjaga kelestarian keanekaragaman hayati dan usaha domestikasi tanaman obat. Dengan memanfaatkan pekarangan rumah masyarakat sangat banyak keuntungannya dalam meningkatkan kesehatan. Pada saat pandemik ini, kebutuhan obat-obatan herbal juga sangat berperan dalam meningkatkan kekebalan tubuh. Oleh karena itu penyediaan tanaman yang berfungsi sebagai obat herbal di pekarangan sangat membantu. (Kandari *et al.*, 2012).

Obat herbal merupakan obat-obat tradisional yang bahan utamanya berasal dari tumbuhan yang dapat digunakan sebagai pengobatan. Saat ini sekitar 75-80% obat herbal menjadi andalan pengobatan bagi populasi di negara berkembang (Kumar & Shukla, 2002). Hal ini didasarkan karena kepercayaan masyarakat bahwa obat memiliki keunggulan dibandingkan dengan obat sintetik, seperti obat herbal tidak mengandung efek samping, harganya relatif murah, dan tersedia secara lokal (Builders, 2020).

Pengetahuan tentang obat tradisional dan pemanfaatan tanaman obat merupakan unsur penting dalam meningkatkan kemampuan individu juga keluarga untuk memperoleh hidup sehat. Dengan demikian penting kiranya untuk terus memberikan edukasi kepada masyarakat terkait manfaat dari TOGA. Salah satu fungsi Toga adalah sebagai sarana untuk mendekatkan tanaman obat kepada upaya-upaya kesehatan masyarakat yang antara lain meliputi upaya preventif (pencegahan), upaya promotif (meningkatkan/menjaga kesehatan), dan upaya kuratif (penyembuhan penyakit).

Tanaman obat keluarga (TOGA) dapat menjadi salah satu pilihan masyarakat untuk ditanam di lahan pekarangan. Adapun jenis-jenis dari tanaman obat

tersebut diantaranya adalah jahe, kunyit, temu lawak, lemon, jeruk nipis, serai, dll. Penanaman TOGA dilakukan dengan pertimbangan karena dapat dimanfaatkan untuk kesehatan, dimana tanaman obat dapat dijadikan obat yang aman, tidak mengandung bahan kimia, murah, dan mudah didapat. Sehingga pada saat pandemi covid-19 ini dapat terus dikonsumsi untuk meningkatkan daya tahan tubuh (Hikmat, 2011).

Dalam rangka memperdayakan dan mendorong peran aktif masyarakat sebagai upaya pengembangan kesehatan tradisional perlu mengarahkan agar masyarakat dapat melakukan perawatan kesehatan secara mandiri dan benar melalui pemanfaatan tanaman obat sebagai obat tradisional berupa jamu, Obat Herbal Terstandar (OHT), dan fitofarmaka. Dan pemanfaatan obat tradisional tersebut sebagai upaya untuk pemeliharaan kesehatan, pencegahan penyakit, dan perawatan kesehatan termaksud pada masa kedaruratan kesehatan masyarakat dan atau bencana nasional *Corona Virus Disease 2019 (COVID 19)* (Kemenkes, 2020).

Solusi yang ditawarkan adalah memberi penyuluhan dalam bentuk edukasi terkait dengan peningkatan kesehatan masyarakat dengan pemanfaatan TOGA yang diharapkan dapat memberikan masukan mengenai TOGA. Sehingga dengan edukasi tersebut mampu memberdayakan masyarakat dalam pemanfaatan tanaman obat keluarga sebagai upaya untuk meningkatkan imunitas tubuh di tengah pandemi covid 19.

2. Bahan dan Metode

Menghadapi permasalahan yang ada, maka langkah-langkah yang dilakukan untuk mencapai target dan luaran kegiatan ini diadakan pendekatan terpadu yang dilakukan dari proses awal sosialisasi dan rencana selama kegiatan berlangsung.

1) Studi lapangan

Pada tahap ini dilakukan untuk mengidentifikasi kebutuhan yang akan digunakan pada saat pelaksanaan pengabdian di wilayah kerja Puskesmas Rejosari

2) Pengumpulan alat dan bahan

Pada tahap ini dilakukan survei lanjutan dan pengumpulan alat dan bahan yang dibutuhkan

3) Perancangan mode

Tahap ini dilakukan identifikasi mekanisme pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat

4) Melaksanakan edukasi dan sosialisasi

3. Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada hari Senin, 5 April 2021 pada pukul 09.00-11.30 WIB. Lokasi pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini di wilayah kerja Puskesmas Rejosari

tepatnya di Jl. Budi Mulia RT 02 RW 01 Kelurahan Tuah Negeri, Kecamatan Tenayan Raya Kota Pekanbaru. Jumlah peserta yang hadir adalah 21 orang ibu-ibu yang ada di RT 02 RW 01.

Media penyuluhan yang digunakan dalam pengabdian kepada masyarakat ini adalah *leaflet*. Adapun tahap pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat diantaranya: a) Pengisian daftar peserta, b) Pembukaan, c) Penyampaian materi tentang “pemanfaatan tanaman obat keluarga” dengan menggunakan media *leaflet*, d) Diskusi/tanya jawab dan penutupan, e) Pemberian cinderamata kepada peserta.

Pelaksanaan dalam program sosialisasi tanaman obat keluarga (TOGA) ini dibagi menjadi dua tahapan. Tahapan yang pertama yaitu memberikan penyuluhan materi tentang defenisi, manfaat tanaman obat keluarga sebagai upaya untuk meningkatkan imunitas tubuh khususnya di tengah pandemi covid 19. Untuk Tahap yang kedua yaitu memberikan penjelasan mengenai cara pengolahan dan memperjelas penggunaan ramuan obat untuk pemeliharaan kesehatan, pencegahan penyakit, dan perawatan kesehatan khususnya pada masa pandemi covid 19. Kegiatan yang dilakukan dalam pengabdian kepada masyarakat ini melibatkan ibu-ibu yang ada di wilayah kerja Puskesmas Rejosari tepatnya di Jl. Budi Mulia RT 02 RW 01 Kelurahan Tuah Negeri Kecamatan Tenayan Raya Kota Pekanbaru.

Peningkatan pengetahuan seseorang terjadi setelah seseorang melakukan pengindraan terhadap objek tertentu, demikian halnya edukasi yang dilakukan dalam program pengabdian kepada masyarakat ini. Edukasi di berikan kepada ibu-ibu di Jl. Budi Mulia RT 02 RW 01 Kelurahan Tuah Negeri Kecamatan Tenayan Raya wilayah kerja Puskesmas Rejosari sehingga terjadi peningkatan pengetahuan tentang pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) sebagai peningkatan kesehatan masyarakat terutama pada saat pandemi saat ini. Salah satu fungsi Toga adalah sebagai sarana untuk mendekatkan tanaman obat.

Tanaman obat keluarga (TOGA) menjadi salah satu pilihan masyarakat untuk ditanam di lahan pekarangan, dengan pertimbangan karena dapat dimanfaatkan untuk kesehatan. Tanaman obat dapat dijadikan obat yang aman, tidak mengandung bahan kimia, murah, dan mudah didapat (Kementan, 2015). *Corona Virus 19* adalah virus yang memiliki banyak jenis. Namanya biasanya dibedakan berdasarkan tingkat keparahan penyakit yang disebabkan dan seberapa jauh penyebarannya. Sejauh ini ada enam jenis virus corona yang diketahui menginfeksi

manusia. Empat di antaranya adalah: 229E, NL63, OC43, dan HKU1. Virus corona merupakan zoonosis, sehingga terdapat kemungkinan virus berasal dari hewan dan ditularkan ke manusia. Belum diketahui dengan pasti proses penularan virus corona dari hewan ke manusia, tetapi data filogenetik memungkinkan covid 19 juga merupakan zoonosis. Perkembangan data selanjutnya menunjukkan penularan antar manusia (*human to human*), yaitu diprediksi melalui droplet (cairan mulut) dan kontak dengan virus yang dikeluarkan dalam droplet (Maslina, dkk, 2020).

Dalam rangka memperdayakan dan mendorong peran aktif masyarakat dalam upaya pengembangan kesehatan tradisional perlu mengarahkan agar masyarakat dapat melakukan perawatan kesehatan secara mandiri dan benar melalui pemanfaatan tanaman obat sebagai obat tradisional berupa jamu, Obat Herbal Terstandar (OHT), dan fitofarmaka. Dan pemanfaatan obat tradisional tersebut sebagai upaya untuk pemeliharaan kesehatan, pencegahan penyakit dan perawatan kesehatan termaksud pada masa kedaruratan kesehatan masyarakat dan atau bencana nasional *Corona Virus Disease 2019* (Kemenkes, 2020).

Hasil Pengabdian kepada masyarakat ini, dimana telah dilaksanakan oleh tim pelaksana pengabdian STikes Al Insyirah Pekanbaru yang terdiri dari 3 orang dosen dan 2 orang mahasiswa Program Studi Kebidanan Program Sarjana Terapan dapat memotivasi ibu-ibu untuk menanam TOGA di pekarangan rumah mereka sehingga TOGA dapat dimanfaatkan dengan baik sebagai peningkatan kesehatan baik individu maupun keluarga terutama pada saat pandemi saat ini.



Gambar 1. Sosialisasi Pemanfaatan Tanaman Toga



Gambar 2. Sesi Tanya Jawab



Gambar 3. Foto Bersama dengan Peserta



Gambar 4. Proses Penanaman Tanaman Toga

4. Kesimpulan dan Saran

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada 21 orang ibu-ibu yang ada di RT 02, RW 01 dengan hasil yang ditunjukkan peserta dapat mengetahui mengenai tanaman TOGA dan dapat melakukan penanaman TOGA di pekarangan rumah sehingga dapat memanfaatkan TOGA sebagai sarana peningkatan kesehatan baik individu maupun keluarga.

5. Ucapan terima kasih

Tim pengabdian mengucapkan terima kasih kepada STIKes Al Insyirah yang telah memberikan dana untuk pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, selanjutnya juga kepada mitra dalam kegiatan pengabdian, kepada masyarakat yaitu Puskesmas Rejosari Pekanbaru atas izin serta partisipasinya dalam penyelenggaraan pengabdian kepada masyarakat ini.

6. Daftar Rujukan

- Aryanta, I.W. R. (2019). Manfaat Jahe Untuk Kesehatan. *E-Jurnal Widya Kesehatan*, 1(2).
- Duaja M.D., Kartika E., Mukhlis F. (2011). Peningkatan Kesehatan Masyarakat Melalui Pemberdayaan Wanita dalam Pemanfaatan Pekarangan dengan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) di Kecamatan Geragai. *Jurnal Pengabdian pada Masyarakat*, 52, 74-79.
- Hikmat, A., Zuhud, E.A.M., Sandara, E., Sari, R.K. (2011). Revitalisasi konservasi tumbuhan obat keluarga (TOGA) guna meningkatkan kesehatan dan ekonomi keluarga mandiri di Desa Contoh Lingkar Luar Kampus IPB Darmaniaga Bogor. *Jurnal Ilmu Pertanian Indonesia*, 16(2), 71-80.
- Kementerian Kesehatan RI. (2020). Surat Edaran Pemanfaatan Obat Tradisional Untuk Pemeliharaan Kesehatan, Pencegahan Penyakit, dan Perawatan Kesehatan.
- Maslina, Isradi, Andi, S.M. (2020). Sosialisasi dan Bakti Sosial Covid-19 di Kelurahan Sepinggan Raya Balikpapan. *Jurnal Abdimas Universal*, 2(2), 90-94.
- Patola, F., Martana. 2018. Pelatihan Dan Pendampingan Budidaya Tanaman Obat Keluarga Dipekarangan. *Adiwidya*, (2), 185-190.
- Permatasari, P., Hardy, R.F. (2019). Pemberdayaan Ibu Rumah Tangga Di Kelurahan Cinere Dalam Penanaman Dan Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga. *Jurnal Bakti Masyarakat Indonesia*, (2), 129-134.
- Pramana, Cipta. (2020). Siapkah Dokter menghadapi Pandemi akibat Covid-19. doi: 10.13140/RG.2.2.35338.62402.
- Rahmawati, Alifariki, O.I., Haryati, Sukurni. (2020). Peningkatan Kemampuan Berkemih Melalui Senam Kegel Bagi Lansia Di Loka Rehabilitasi Sosial Lanjut Usia Minaula Kendari. *Journal Of Community Engagement In Health*, Vol (3), 50-54.
- Savitri A. (2016). Tanaman Ajaib Basmi Penyakit dengan TOGA (Tanaman Obat Keluarga)

Mengenal Ragam dan Khasiat TOGA
Meramu Jamu Tradisional/ Herbal dengan
TOGA. Depok: Bibit
Publisher.

Widyawati, A. & Rizal, M. (2015). *Upaya
Pemberdayaan Apotik Hidup di Perkotaan
Melalui Deskripsi dan Manfaat Obat*.
Surakarta: UNS.