

Pemberdayaan Masyarakat Melalui Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) di Kampung Sempuh, Desa Pasir Gombang, Kabupaten Bekasi

Community Empowerment Through the Utilization of Family Medicinal Plants (TOGA) in Sempuh Village, Pasir Gombang Village

La Ode Muhammad Anwar*, Embriana Dinar Pramestyani, Cicih Paulina Tamba, Nur Aisah Nasution, Nurul Hikmah, Pipit Romadhona, Riezky Wachyu Ardyanto, Risky Istiqomah, Serly Yuni Antasari, Sulistia Nur Utami, Yoan Paulina

Program Studi Sarjana Farmasi, Universitas Medika Suherman

Vol. 5 No. 1, Juni 2024

 DOI :

10.35311/jmpm.v5i1.387

Informasi artikel:

Submitted: 16 Maret 2024

Accepted: 18 Mei 2024

*Penulis Korespondensi :

La Ode Muhammad Anwar

Program Studi Sarjana Farmasi,

Universitas Medika Suherman

E-mail :

la.ode.muhammad.anwar@medikas

uherman.ac.id

No. Hp : +6282249521530

Cara Sitasi:

Anwar, L. O. M., Pramestyani, E. D.,

Tamba, C. P., Nasution, N. A.,

Hikmah, N. H, Romadhona, P.,

Ardyanto, R. W., Istiqomah, R.,

Antasari, S. Y., Utami, S. N., &

Paulina Y. (2024). Pemberdayaan

Masyarakat Melalui Pemanfaatan

Tanaman Obat Keluarga (TOGA) di

Kampung Sempuh, Desa Pasir

Gombang, Kabupaten Bekasi. Jurnal

Mandala Pengabdian Masyarakat,

5(1),151-156.

<https://doi.org/10.35311/jmpm.v5i1>

.387

ABSTRAK

Tanaman obat keluarga merupakan tanaman yang dapat dimanfaatkan sebagai pengobatan di masyarakat. Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat terkait pemanfaatan, serta penyuluhan tentang tanaman obat keluarga (TOGA) di Kampung sempu, Desa Pasir Gombang, sehingga dapat digunakan dalam pencegahan penyakit dan peningkatan kualitas hidup di masyarakat. Hasil observasi menunjukkan bahwa pengetahuan masyarakat setempat terkait kesehatan masih rendah. Dilakukan penyuluhan langsung dan cek kesehatan dengan cara konseling *door to door* kepada masyarakat yang ada di Kampung Sempu. Kegiatan yang dilakukan yaitu cek kesehatan (cek tekanan darah, kadar gula darah, kadar asam urat) pada warga, pemberian edukasi tentang tanaman obat keluarga dengan alat bantu poster, serta pelatihan penanaman tanaman obat keluarga yang bisa ditanam di sekitar pekarangan rumah warga. Kegiatan ini merupakan salah satu langkah menuju desa mandiri.

Kata kunci: Edukasi, Penyuluhan, Kesehatan, TOGA

ABSTRACT

Family medicinal plants are plants that can be used as medicine in the community. This service activity aims to increase community knowledge regarding the use of family medicinal plants (TOGA) in Sempu Village and Pasir Gombang Village so that they can be used in disease prevention and improving the quality of life in the community. The results of the observations revealed low public knowledge related to health. Direct counseling and health checks were carried out by means of door-to-door counseling with the people in Sempu Village. Activities carried out include health checks (checking blood pressure, blood sugar levels, and uric acid levels) for residents, providing education about family medicinal plants with poster aids, as well as training in planting family medicinal plants, which can be planted around residents' yards. This activity is one step towards an independent village.

Keywords: Education, Counseling, Health, TOGA

PENDAHULUAN

Tanaman obat keluarga (TOGA) merupakan tanaman hasil budidaya yang berkhasiat sebagai obat (Harefa, 2020; Nurniswati, 2014). Tanaman obat keluarga pada hakekatnya dapat dikatakan sebagai sebidang tanah, baik di halaman rumah, kebun ataupun ladang yang digunakan khusus untuk membudidayakan tanaman yang berkhasiat sebagai obat dan berkhasiat sebagai obat dalam rangka memenuhi keperluan akan obat-obatan (Febriansah,

2017). Kebun tanaman obat atau bahan obat selanjutnya dapat disalurkan kepada masyarakat, khususnya obat yang berasal dari tumbuh-tumbuhan (Mayssara, 2014).

Pemanfaatan TOGA adalah untuk memenuhi keperluan alam bagi kehidupan, termasuk keperluan untuk mengatasi masalah-masalah kesehatan secara tradisional (obat). Kenyataan menunjukkan bahwa obat yang berasal dari sumber bahan alami khususnya tanaman telah



Jurnal Mandala Pengabdian Masyarakat is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

memperlihatkan peranannya dalam penyelenggaraan upaya-upaya kesehatan masyarakat. Pada TOGA ini, bagian tanaman yang dapat dimanfaatkan sebagai obat herbal ialah daun, batang, buah biji dan juga akarnya. Dilihat dari aspek kegunaan, TOGA dapat memberikan banyak manfaat yang dapat dilihat dari segi kesehatan maupun lingkungan (Lestari, 2022).

Indonesia memiliki kekayaan rempah-rempah yang cukup banyak jumlah dan jenisnya. Rempah-rempah dapat meningkatkan daya tahan tubuh karena mengandung antioksidan dan senyawa-senyawa aktif yang bisa menangkal radikal bebas (Senjawati et al., 2021). Menurut penelitian dari Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2010, sekitar 50% masyarakat Indonesia menggunakan rempah-rempah sebagai jamu baik untuk menjaga kesehatan dengan meningkatkan daya tahan tubuh maupun untuk pengobatan (Risksedas, 2010). Ramuan tradisional atau jamu adalah minuman yang dapat menjadi salah satu pilihan untuk memperkuat sistem daya tahan tubuh seseorang. Jamu adalah obat herbal tradisional Indonesia yang telah dipraktikkan selama berabad-abad di masyarakat Indonesia untuk menjaga kesehatan dan mengobati penyakit. Meskipun sudah banyak obat-obatan modern, jamu masih sangat populer di daerah pedesaan maupun perkotaan (Elfahmi et al., 2014). Tanaman yang dapat dikonsumsi dan dibuat menjadi ramuan tradisional untuk meningkatkan daya tahan tubuh antara lain adalah temulawak, kunyit, jahe, kelor dan tanaman lainnya. Selain bahan utama tersebut dapat juga ditambahkan bahan lain untuk menambah rasa dan memberi aroma yang dapat menggugah selera seperti kayu manis, lemon, dan gula merah (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2020).

Desa Pasir Gombang merupakan mayoritas tinggal di kontrakan dimana tingkat literasi mengenai tanaman obat dan pemanfaatannya masih sangat kurang berdasarkan hasil survei yang telah dilakukan. Letak wilayah yang terletak dikawasan industri membuat masyarakat desa tersebut terkena beberapa penyakit diantaranya hipertensi, diabetes militus dan kolesterol (Pramestyani et al., 2023). Pemberdayaan masyarakat tentang tanaman TOGA masih sangat dibutuhkan guna meningkatkan kualitas hidup masyarakat. Oleh karena itu, tujuan dari pengabdian masyarakat ini adalah untuk memberdayakan masyarakat khususnya Desa Pasir Gombang dalam memanfaatkan tanaman TOGA secara efektif mulai

dari pengenalan tanaman, kegunaan sampai pemberdayaan tanaman.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan kepada sekelompok masyarakat yang ada di Kampung Sempu RT 003/ RW 003 Desa Pasir Gombang, Kecamatan Cikarang Utara, Kabupaten Bekasi. Pelaksanaan kegiatan yang dilakukan di Kampung Sempu, Desa Pasir Gombang akan membawa dampak positif bagi masyarakat. Maka dari itu demi tercapainya hasil yang maksimal dalam pelaksanaan ini ada beberapa tahapan atau metode kajian yang digunakan untuk menyelesaikan permasalahan yang ada, diantaranya adalah sebagai berikut:

1. Observasi, merupakan salah satu kegiatan yang paling pokok dalam pelaksanaan. Observasi ini dilakukan dengan cara mendatangi rumah warga atau *door to door* untuk mengetahui riwayat penyakit warga dengan pengisian kuesioner yang meliputi nama, alamat, usia, nomor telepon, dan keluhan penyakit yang diderita. Setelah mendapatkan data warga, kemudian warga akan melaksanakan cek kesehatan yaitu cek tekanan darah, kadar gula darah, dan kadar asam urat.
2. Sosialisasi dan penyuluhan manfaat tanaman obat keluarga, kegiatan ini dilakukan karena merupakan salah satu komponen yang paling penting dalam pelaksanaan kegiatan. Adapun sasaran dari kegiatan sosialisasi adalah masyarakat Desa Pasir Gombang. Maksud dan tujuan dari kegiatan sosialisasi ini adalah untuk memberikan pemahaman dan pengetahuan bagi masyarakat dalam memanfaatkan tanaman yang ada. Selain itu sosialisasi ini juga memberi pengetahuan bagi masyarakat terutama dalam hal kandungan dan manfaat tanaman terhadap jenis penyakit.
3. Penanaman tanaman obat keluarga, pada pelaksanaan penanaman tanaman obat keluarga ini diikuti oleh masyarakat. Penanaman tanaman obat keluarga dipusatkan disalah satu rumah warga yaitu di rumah sekretaris desa supaya mudah diawasi dan dirawat, sehingga masyarakat bisa menggunakan tanaman-tanaman yang sudah ditanam tersebut.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan yang telah dilakukan di wilayah Kampung Sempu, Desa Pasir Gombang, secara umum dilaksanakan dengan lancar dan kondusif.

Penyuluhan pemanfaatan TOGA sebagai antihipertensi, antidiabetes, dan asam urat bertujuan untuk memberi pemahaman dan referensi bagi masyarakat dan perangkat desa terkait edukasi kepada warga bagaimana cara mengatasi penyakit hipertensi, diabetes mellitus, dan asam urat di Kampung Sempu RT 003/ RW 003.

Observasi

Kegiatan ini dilaksanakan dengan cara mendatangi kerumah warga atau *door to door* di wilayah Kampung Sempu RT 003/RW 003 satu per satu. Kemudian melakukan observasi riwayat penyakit warga dengan pengisian kuesioner yang

meliputi nama, alamat, usia, nomor telepon, dan keluhan penyakit yang diderita. Selanjutnya melakukan cek kesehatan meliputi cek tekanan darah, kadar gula darah, dan kadar asam urat serta penyuluhan tanaman obat keluarga (TOGA) sebagai pengobatan alternatif. Dengan adanya kegiatan cek kesehatan, masyarakat bisa lebih aware terhadap kondisi tubuh masing-masing. Setelah di cek kesehatan, tim menjelaskan kepada warga dengan menggunakan poster sebagai alat edukasi kepada warga yaitu tentang gejala penyakitnya, cara pencegahannya dan cara membuat ramuan dari tanaman obat keluarga (TOGA).

Tabel 1. Beberapa tanaman obat yang ditemukan di Desa

No.	Jenis Tanaman	Kegunaan
1.	Jahe	Penghangat badan
2.	Jeruk nipis	Perisa makanan
3.	Kelor	Digunakan untuk pengobatan diabetes mellitus
4.	Kunyit	Sebagai antiradang
5.	Salam	Digunakan sebagai pengobatan untuk penyakit hipertensi
6.	Seledri	Penurun kadar asam urat dalam darah

Sumber : Diperoleh melalui observasi oleh tim pelaksana kegiatan

Tanaman yang digunakan untuk hipertensi yaitu daun salam (*Syzygium polyanthum*) yang dapat menangani penyakit hipertensi dengan kandungan daun salam seperti minyak atsiri yang dapat membantu menurunkan tekanan darah tinggi melalui vasodilatasi (Ismail & Wan Ahmad, 2017). Untuk penyakit diabetes mellitus tanamanyang digunakan yaitu daun kelor (*Moringa oleifera* Lamk). Studi klinis pada pasien DM Tipe 2, menunjukan bahwa pasien yang mengonsumsi kelor mampu mengurangi kadar glukosa dengan meningkatkan sekresi insulin dan menghambat aktivitas amilase serta glucosidase (Haber et al., 2020). Untuk penyakit asam urat tanaman yang digunakan yaitu daun seledri yang dapat berfungsi sebagai terapi pengganti atau terapi pelengkap dalam menurunkan kadar asam urat pada penderita gout dalam jangka panjang dan tidak menimbulkan efek samping yang berbahaya. Kandungan asam lemak, asam amino dan senyawa fenolik mampu menurunkan nilai ROS dan enzim xantin oksidase (Li et al., 2019). Jahe (*Zingiber officinale*) merupakan tumbuhan suku *Zingiberaceae* yang sudah digunakan sebagai obat secara turun-temurun sejak dahulu karena mempunyai komponen *volatile* (minyak atsiri) dan *nonvolatile* (oleoresin) paling tinggi jika dibandingkan dengan jenis jahe lainnya

(Kusuma & Amelia, 2020). Jahe mengandung minyak atsiri sekitar 2,58% - 2,72% dan paling banyak digunakan untuk industri obat-obatan di Indonesia. Zat-zat yang terkandung dalam minyak atsiri tersebut memiliki berbagai khasiat diantaranya untuk mengobati penyakit ringan seperti masuk angin, sakit kepala, batuk, mual-mual, antibakteri, antioksidan, antiinflamasi, analgesik, diuretik, antijamur, antikanker, dan antivirus (Salsabila et al., 2021). Kunyit memiliki berbagai manfaat untuk kesehatan, salah satunya untuk mengobati demam dengan menggunakan kandungan zat kimia yang ada di dalam rimpang kunyit seperti minyak atsiri, pati, serat dan abu. Kandungan senyawa dalam kunyit seperti senyawa kurkumin mampu menurunkan inflamasi (Pratama et al., 2016). Untuk menambah rasa pada suatu ramuan tradisional biasanya ditambahkan jeruk nipis ataupun lemon agar terbentuk rasa asam dan gula merah untuk menambahkan rasa manis. Lemon memiliki kandungan senyawa-senyawa antara lain asam sitrat, vitamin C, mineral, flavonoid. Vitamin C dan flavonoid dalam lemon diketahui memiliki karakteristik sebagai antioksidan (González-Molina et al., 2010). Antioksidan ini berperan sebagai penangkal radikal bebas dan mampu mencegah terjadinya reaksi oksidatif yang dapat menyebabkan

suatu penyakit dan sangat sering ditemukan dalam senyawa fitokimia suatu tumbuhan. Flavonoid merupakan keluarga besar dalam senyawa polifenol yang terbukti menunjukkan aktivitas antiinflamasi, antirombogenik, antidiabetes, antikanker, dan neuroprotektif (Ardiyanti, 2018).

Selanjutnya setelah penjelasan terkait edukasi penyakit, tim dan warga Kp. Sempu RT 003/RW 003 melakukan sharing tentang penyakit dan keluhan-keluhan yang sering dialami.

Sosialisasi

Proses kegiatan sosialisasi dapat dilihat pada Gambar 1. Sosialisasi bertujuan untuk mengedukasi masyarakat tentang manfaat TOGA serta beberapa penyakit yang diderita oleh masyarakat. Sehingga masyarakat mendapat informasi mengenai cara pencegahan terhadap penyakit, rekomendasi pengobatan serta TOGA yang bisa digunakan. Kegiatan lain yang dilakukan adalah pengecekan kesehatan warga. Kegiatan pengecekan kesehatan dapat dilihat pada gambar 2. Pengecekan kesehatan dilakukan untuk melihat kondisi keadaan konsisi kesehatan masyarakat. Berdasarkan data yang didapat pada penyakit hipertensi terdapat 15 warga yang mengalami tekanan darah yang tidak normal. Pada diabetes mellitus terdapat 8 warga yang mengalami kadar gula darah yang tidak normal. Pada penyakit gout terdapat 3 warga yang mengalami kadar asam urat yang tidak normal. Hal ini menggambarkan keadaan masyarakat dimana tingkat kesehatannya masih sangat rendah.



Gambar 1. Penyuluhan Kepada Masyarakat



Gambar 2. Pengecekan Kesehatan

Penanaman tanaman obat keluarga

Ada banyak alternatif kesehatan di masyarakat, salah satunya adalah dengan melakukan penanaman TOGA disekitar lingkungan atau rumah-rumah warga. Proses penanaman TOGA dapat dilihat pada Gambar 3. Proses penanaman TOGA sangat mudah diterapkan. Alat dan bahan yang perlu dipersiapkan diantaranya, pupuk organik, polybag, sekop, dan beberapa umbi-umbian yang nantinya akan ditanam seperti jahe, kunyit, lengkuas, temulawak, dan lain-lain. Setelah semuanya dipersiapkan, langkah selanjutnya adalah masukkan pupuk organik ke dalam polybag menggunakan sekop, lalu tanam satu per satu jenis perumbian yang meliputi jahe, kunyit, lengkuas, temulawak, dan lain-lain. Dilakukan penyiraman setiap 2 kali sehari (pagi dan sore), dan lakukan pengamatan agar pertumbuhan umbi tetap terjaga, setelah tumbuh secara utuh, siap untuk digunakan sebagai obat tradisional.



Gambar 3. Penanaman TOGA Bersama Masyarakat

Dengan adanya TOGA masyarakat sangat terbantu, baik dari segi ilmu pengetahuan maupun dari segi praktek. Sehingga TOGA akan terus dipertahankan, tidak hanya manfaat bagi kesehatan tetapi juga manfaat keindahan di pekarangan rumah, selain itu bisa bermanfaat dari segi ekonomi (Pramestyani et al., 2023). Masyarakat bisa memanfaatkan sebagai ladang bisnis. Kegiatan ini diharapkan membawa dampak positif dimana masyarakat mulai memahami dan menyadari tindakan-tindakan preventif dalam penanganan penyuluhan cek kesehatan dan tanaman obat keluarga (TOGA).

KESIMPULAN

Kegiatan penyuluhan tentang penyakit hipertensi, diabetes mellitus, gout, dan penanaman TOGA telah dilaksanakan tepat waktu dan berjalan dengan baik. Disaat pelaksanaan penyuluhan, masyarakat memberikan respon yang positif dan berperan aktif dengan melakukan tanya jawab dan diskusi mengenai permasalahan kesehatan. Edukasi yang sudah diberikan dalam program kerja ini diterima dengan baik karena dapat memberikan

pengetahuan dan manfaat kepada masyarakat mengenai mudahnya cara menanam TOGA yang nantinya bisa dimanfaatkan untuk dikonsumsi ketika sedang sakit. Diharapkan masyarakat dapat menerapkan pola perilaku hidup bersih dan sehat, serta mengonsumsi makanan yang bergizi agar terhindar dari penyakit-penyakit yang tidak diinginkan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih terutama kepada masyarakat desa Pasir Gombang atas partisipasinya dalam pelaksanaan kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Ardiyanti, A. (2018). *Manfaat Lemon dalam Dunia Pertanian dan Kesehatan*.
- Elfahmi, Woerdenbag, H. J., & Kayser, O. (2014). Jamu: Indonesian traditional herbal medicine towards rational phytopharmacological use. *Journal of Herbal Medicine*, 4(2), 51–73. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.herm.2014.01.002>
- Febriansah, R. (2017). Pemberdayaan Kelompok Tanaman Obat Keluarga Menuju Keluarga Sehat Di Desa Sumberadi, Mlati, Sleman. *Berdikari: Jurnal Inovasi Dan Penerapan Ipteks*, 5(2), 80–90. <https://doi.org/10.18196/BDR.5221>
- González-Molina, E., Domínguez-Perles, R., Moreno, D. A., & García-Viguera, C. (2010). Natural bioactive compounds of Citrus limon for food and health. *Journal of Pharmaceutical and Biomedical Analysis*, 51(2), 327–345. <https://doi.org/10.1016/j.jpba.2009.07.027>
- Haber, S. L., McMahon, R. P., Barajas, J., Hayes, A. R., & Hussein, H. (2020). Effects of Moringa oleifera in patients with type 2 diabetes. *American Journal of Health-System Pharmacy: AJHP: Official Journal of the American Society of Health-System Pharmacists*, 77(22), 1834–1837. <https://doi.org/10.1093/ajhp/zxaa255>
- Harefa, D. (2020). Pemanfaatan Hasil Tanaman Sebagai Tanaman Obat Keluarga (TOGA). *Madani: Indonesian Journal of Civil Society*, 2, 28–36. <https://doi.org/10.35970/madani.v2i2.233>
- Ismail, A., & Wan Ahmad, W. A. N. (2017). Autonomic Receptors and Nitric-Oxide Involvements in Mediating Vasorelaxation Effect Induced by Syzygium polyanthum Leaves Extract. *Pharmacognosy Research*, 9(Suppl 1), S9–S14. https://doi.org/10.4103/pr.pr_69_17
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Kemenkes Sarankan Masyarakat Manfaatkan Obat Tradisional – Sehat Negeriku*. Sehatnegeriku.Kemkes.Go.Id. <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/um/um/20200521/4433937/kemenkes-sarankan-masyarakat-manfaatkan-obat-tradisional/>
- Kusuma, & Amelia. (2020). Potensi Tanaman Lokal sebagai Tanaman Obat dalam Menghambat Penyebaran COVID-19. *Jurnal Pharmascience*, 07(02), 112–128. <https://ppjp.ulm.ac.id/journal/index.php/pharmascience>
- Lestari, N. (2022). Pemanfaatan tanaman obat keluarga (TOGA) pada masyarakat Desa Jirak Kabupaten Sambas. *Jurnal Paradigma: Jurnal Multidisipliner Mahasiswa Pascasarjana Indonesia*, 3(1), 23–36.
- Li, S., Li, L., Yan, H., Jiang, X., Hu, W., Han, N., & Wang, D. (2019). Anti-gouty arthritis and anti-hyperuricemia properties of celery seed extracts in rodent models. *Molecular Medicine Reports*, 20(5), 4623–4633. <https://doi.org/10.3892/mmr.2019.10708>
- Nurniswati, N. (2014). Tanaman Obat Keluarga. *Parapemikir: Jurnal Ilmiah Farmasi*, 3(2). <https://doi.org/10.30591/PJIF.V3I2.216>
- Pramestyani, E. D., Anwar, L. O. M., Jamtoputri, J. A., Simbolon, S., Angela, R., Pazri, L., Latifah, M., Pandiangan, M., Hidayani, M., Irawan, K. S., Hashim, S. H. R., Nugraha, F. F., & Umam, M. K. (2023). Membangun Self-Awareness Terhadap Pemanfaatan TOGA Untuk Pencegahan Penyakit Kronis Di Desa Pasirgombang Cikarang Utara. *Jurnal Mandala Pengabdian Masyarakat*, 4(2 SE-Articles), 352–360. <https://doi.org/10.35311/jmpm.v4i2.233>
- Pratama, R., Ambarsari, L., & Sumaryada, T. (2016). Current Biochemistry CURRENT BIOCHEMISTRY Molecular Interaction Analysis of COX-2 against Curcuminoid and Xanthorizol Ligand as Anti Breast Cancer using Molecular Docking (Analisis interaksi molekuler COX-2 dengan Ligan Kurkuminoid dan Santorizol Sebagai. *Current Biochemistry*, 2(3), 139–149.
- Salsabila, D. H., Andriyanto, R., Herdiannisa, Z. A., & Yuli, S. (2021). Edukasi dan Menanam

Tanaman Obat Keluarga (TOGA) di Masa Pandemi Covid-19. *Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ, 04(01)*, 1–5.

<http://jurnal.umj.ac.id/index.php/semnaskat>

Senjawati, M. I., Maryam, M., & Afriyuni, F. (2021). Teknologi Pengolahan Minuman Rempah Instan Sebagai Peluang Usaha Serta Meningkatkan Daya Tahan Tubuh Terhadap Covid 19. *Journal of Appropriate Technology for Community Services*, 2(2), 103–110. <https://doi.org/10.20885/jattec.vol2.iss2.art7>