



Peningkatan Kesehatan Masyarakat Melalui Pemberdayaan Wanita dalam Pemanfaatan Pekarangan dengan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) di Dusun Semawung

Siti Rahayu Nurjanah., Nadia Naila Nurazizah., Fera Septiana., Norma Dewi Shalikhah

Universitas Muhammadiyah Magelang

Corresponding author: sitirahayunurjanah@gmail.com

Abstrak

Keywords:
Kesehatan
Masyarakat,
TOGA,
Pemanfaatan
Pekarangan

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan di Desa Sedayu, Dusun Semawung, Kecamatan Muntilan, Kabupaten Magelang, pada kelompok PKK Dusun Semawung. Kegiatan ini bertujuan membantu para ibu untuk meningkatkan kesehatan keluarga dengan mengurangi pengeluaran dalam membeli obat, dan meningkatkan pemanfaatan pekarangan dengan tanaman yang berfungsi sebagai obat. Penerapan kegiatan adalah dengan introduksi beberapa jenis tanaman yang berfungsi sebagai obat. Metode yang digunakan adalah sosialisasi, penyuluhan, demonstrasi plot dan pendampingan. Perubahan pola pikir dan gaya hidup masyarakat saat ini memerlukan adanya sosialisasi. Sosialisasi TOGA terus dilakukan baik melalui pelatihan hingga pengadaan lomba Desa atau Kota Pelaksana Terbaik Kegiatan Pemanfaatan Hasil TOGA hingga tingkat nasional. Lemahnya daya beli masyarakat dan melambungnya harga obat-obatan modern memaksa masyarakat dan pemerintah mencari upaya mengatasi keadaan ini dengan cara kembali ke alam

PENDAHULUAN

Lemahnya daya beli masyarakat dan melambungnya harga obat-obatan modern memaksa masyarakat dan pemerintah mencari upaya mengatasi keadaan ini dengan cara kembali ke alam. Akhir-akhir ini, negara maju yang telah menggunakan obat-obatan modern, beralih ke bahan alam. Salah satu faktor penyebabnya yaitu bahan alam relatif lebih aman dari pada pemakaian obat sintetis. Kecenderungan ini telah meluas ke berbagai negara di seluruh dunia dan dikenal sebagai "gelombang hijau baru" (new green wave) atau trend "gaya hidup kembali ke alam" (Agus Hikmat, Ervival A.M. Zuhud, Siswoyo, Edhi Sandra 2011).

Dusun Semawung merupakan suatu daerah yang memiliki potensi tanaman obat tradisional seperti jahe dan sereh. Daerah ini mempunyai halaman yang luas, dan diantaranya ada yang bersatu dengan lahan pertanian. Secara umum, lahan sudah dimanfaatkan untuk pertanian, namun belum optimal. Pemanfaatan lahan untuk TOGA masih kurang karena masyarakat belum mengetahui manfaat dan cara meraciknya. Situasi ini disebabkan karena pendidikan ibu-ibu yang rendah sehingga kemampuan untuk meningkatkan kesehatan keluarga masih rendah.

Mengubah kesadaran, pola pikir dan gaya hidup masyarakat memerlukan adanya sosialisasi. Pemerintah melalui kementerian kesehatan secara terus-menerus mensosialisasikan TOGA dan memotivasi masyarakat agar menanam tanaman obat-obatan. Bekerja sama dengan Dinas Kesehatan dan Pembina Kesejahteraan Keluarga

(PKK) di masing-masing kabupaten di Indonesia, sosialisasi TOGA terus dilakukan baik melalui pelatihan hingga pengadaan lomba Desa atau Kota Pelaksana Terbaik Kegiatan Pemanfaatan Hasil TOGA hingga tingkat nasional. Tiga tahap keberhasilan sosialisasi pemanfaatan tanaman obat keluarga yang dilakukan oleh Tim Pergerak PKK, yakni persiapan, pelaksanaan serta evaluasi dan monitoring (Qamariah and Novaryatiin 2011).

Tanaman obat keluarga bermanfaat untuk meningkatkan kesehatan dan pengobatan berbagai penyakit. Tanaman Obat Keluarga dapat diperoleh, diramu dan ditanam sendiri tanpa tenaga medis. Oleh sebab itu, pemanfaatan tanaman obat perlu digalakkan guna meningkatkan kemandirian masyarakat dalam mengatasi masalah kesehatan. Selain itu, Tanaman Obat Keluarga juga bermanfaat untuk memperbaiki gizi keluarga dan dapat menjadi sumber pendapatan masyarakat (Karo karo 2009).

Pemanfaatan TOGA akan dirasakan manfaatnya bagi masyarakat terutama masyarakat golongan menengah ke bawah. Hal ini dikarenakan minimalnya biaya yang harus dikeluarkan oleh masyarakat untuk memanfaatkan TOGA dapat membantu masyarakat menengah ke bawah untuk menaikkan derajat kesehatan mereka. Tetapi masih banyak masyarakat yang belum memaksimalkan pemanfaatan TOGA sebagai salah satu terapi pengobatan keluarga. Minimnya fasilitas dan informasi bagi masyarakat terutama golongan masyarakat menengah ke bawah menyebabkan pemanfaatan toga masih kurang dirasakan (Qamariah and Novaryatiin 2011)

Potensi serai dan jahe yang terdapat di dusun semawung memiliki manfaat untuk berbagai penyakit. Serai wangi dapat berkhasiat sebagai obat sakit kepala, batuk, nyeri lambung, diare, penghangat badan, penurun panas dan pengusir nyamuk (G, G, and Sentosa 2013). Jahe telah digunakan untuk mengobati berbagai macam penyakit seperti Hipoglikemi, Osteoarthritis, Gout, Rheumatoid Arthritis, Migrain, penyakit pada sistem gastrointestinal, Kardiovaskular dan hepatoprotektif (Qamariah and Novaryatiin 2011).

Hal ini diperkuat dengan mahalnya harga obat di apotek dan jarak tempuh ke klinik yang jauh dari dusun Semawung. Oleh karena itu pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu rumah tangga tentang khasiat TOGA secara ilmiah, meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu rumah tangga untuk mengolah TOGA sebagai pilihan dalam terapi pengobatan..

METODE

Kegiatan pengabdian yang dilakukan ini dilaksanakan tanggal 18 Agustus sampai dengan 22 Agustus 2019 di Dusun Semawung, Desa Sedayu, Kecamatan Muntilan, Kabupaten Magelang. Masyarakat sasaran program pengabdian ini adalah ibu-ibu PKK, Karang Taruna, dan Anggota Paguyuban yang berada di Dusun Semawung. Penentuan sasaran tersebut berdasarkan program kerja KKN Tematik Angkakatan 48 yang telah disepakati dengan perangkat dusun setempat. Metode pengabdian berupa partisipasi masyarakat dengan indikator kesertaan masyarakat dalam kegiatan melalui sosialisasi, pelatihan, pendampingan dan pembinaan.

a. Sosialisasi

Materi yang disosialisasikan meliputi: (1) Sosialisasi pengenalan TOGA, (2) sosialisasi manfaat Apotek Hidup , (3) penyuluhan manfaat TOGA, (4) penyuluhan ramuan obat dengan TOGA.

b. Pelatihan

Kegiatan pelatihan meliputi:

- 1) Persiapan alat dan bahan
- 2) Simulasi
- 3) Kegiatan-kegiatan yang dilakukan untuk meningkatkan kesehatan masyarakat Dusun Semawung antara lain: pelatihan pembuatan ramuan TOGA dan pelatihan penanaman TOGA.

c. Kegiatan Pendampingan

Setelah melaksanakan pelatihan, kami melakukan pendampingan kepada ibu-ibu PKK dalam pembuatan ramuan obat dari TOGA dan mendampingi dalam pembuatan Apotek Hidup.

HASIL KEGIATAN DAN PEMBAHASAN

a. Sosialisasi pengenalan TOGA, Apotek Hidup, pemanfaatan TOGA dan ramuan obat dengan TOGA

Kegiatan ini dilaksanakan di RT 3 pada tanggal 19 dan 20 Agustus 2019 di Dusun Semawung yang dihadiri 20 orang ibu-ibu PKK. Isi dari kegiatan tersebut disampaikan mengenai pengenalan TOGA, pengenalan Apotek Hidup, pemanfaatan TOGA di sekitar rumah dan sosialisasi pembuatan ramuan obat dengan TOGA. Sosialisasi ini dapat meningkatkan pengetahuan mengenai TOGA, meningkatkan derajat kesehatan masyarakat yang berada di wilayah Semawung Desa Sedayu Kecamatan Muntilan;



Gambar 1. Sosialisasi pengenalan TOGA, Apotek Hidup, pemanfaatan TOGA dan ramuan obat dengan TOGA

Pelatihan pembuatan ramuan obat dengan TOGA dan penanaman TOGA Pelaksanaan kegiatan ini dimulai tanggal 21 Agustus samapai dengan 23 Agustus 2019. Kegiatan yang dilakukan dalam program ini antara lain :

- 1) Mempersiapkan bahan baku pembuatan ramuan untuk mengatasi biduran : umbi teki 1 biji, sambiloto 5 lembar, sereh 1 batang, lengkuas 1 jari dan air 3 gelas. mempersiapkan peralatan yang diperlukan, menyampaikan cara pembuatan, kemudian.

- 2) Praktek membuat ramuan : umbi teki, sereh, lengkuas dimemarkan, kemudian semua bahan dicampur dan direbus dalam air mendidih selama 10-15 menit dengan api sedang.
- 3) Penanaman TOGA : dilakukan dengan mencari bibit TOGA (sereh, jahe, lengkuas, kencur dan lidah buaya) disekitar rumah warga, kemudian dilakukan penanaman TOGA menggunakan media tanam dan polybag.

Pelatihan ini dapat meningkatkan pengetahuan dan kesehatan masyarakat sehingga masyarakat dapat memanfaatkan tanaman obat disekitar rumah dan memanfaatkan lahan untuk penanaman TOGA



Gambar 2. Pelatihan pembuatan ramuan obat dengan TOGA dan penanaman TOGA

b. Pendampingan Pembuatan Taman TOGA/ Apotek Hidup

Program ini dimulai pada tanggal 18-25 Agustus 2019. Kegiatan yang dilakukan dalam program ini antara lain :

1. mempersiapkan lahan seluas 6m x 6m x 4 m,
2. mempersiapkan pupuk organic dari kotoran hewan ternak,
3. mempersiapkan pagar berukuran 1 m x 4 cm,
4. mempersiapkan bibit tanaman (sereh, jahe, lengkuas, kencur dan lidah buaya) yang ada disekitar rumah warga dan
5. dilanjutkan dengan pendampingan pembuatan taman TOGA, kegiatan ini dilakukan dengan menanam TOGA di lahan yang sudah dipersiapkan. Kemudian pendampingan ini dilanjutkan setiap pagi dan sore untuk merawat TOGA selama 10 hari.

Kegiatan ini dilakukan bersama dengan pemuda remaja dan ibu-ibu PKK di Dusun Semawang. Taman TOGA ini bermanfaat untuk meningkatkan kesehatan dan menghemat biaya pengobatan masyarakat di Dusun Semawang



Gambar 3. Pendampingan Pembuatan Taman TOGA/ Apotek Hidup

KESIMPULAN

Kesimpulan dari kegiatan pengabdian ini adalah, bahwa masyarakat dapat memahami adanya persaingan pasar global dan pentingnya berinovasi untuk meningkatkan kesehatan masyarakat melalui sumber daya alam yang sudah ada di tengah masyarakat. Karena itu pelaksanaan kegiatan pengabdian ini merupakan hal yang tepat, untuk mendampingi masyarakat dalam meningkatkan kesehatan. Kegiatan pengabdian ini mengambil ibu-ibu PKK yang sangat berkaitan erat dengan sasaran kesehatan, sehingga kegiatan pelatihan dan pembekalan semacam ini akan sangat membantu program pemerintah dalam mendukung pemanfaatan tanaman obat untuk meningkatkan kesehatan pada masyarakat Indonesia

DAFTAR PUSTAKA

Agus Hikmat, Ervival A.M. Zuhud, Siswoyo, Edhi Sandra, Rita Kartika Sari. 2011. "Revitalisasi Konservasi Tumbuhan Obat Keluarga (Toga) Guna Meningkatkan Kesehatan Dan Ekonomi Keluarga Mandiri Di Desa Contoh Lingkar Kampus Ipb Darmaga Bogor (The Revitalization Of Family Medicine Plant (Toga) Conservation For Crease Health And Econ." 16(2): 71-80.

G, Willem Hendrik, Willem Hendrik G, and Aman Sentosa. 2013. "Pemanfaatan Tumbuhan Serai Wangi (*Cymbopogon Nardus* (L .) Rendle) Sebagai Antioksidan Alami The Utilization Of Serai Wangi (*Cymbopogon Nardus* (L .) Rendle) Plant As Natural Antioxidant." (1): 74-79.

Karo karo, Ulino. 2009. "Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga Di Kelurahan Tanah 600 , Medan." : 195-202.

Qamariah, Nurul, and Susi Novaryatiin. 2011. "Peningkatan Pengetahuan Dan Keterampilan Ibu Rumah Tangga Dalam Pengolahan Tanaman Obat Keluarga (Toga) Sebagai Ramuan Obat Tradisional Increased Knowledge and Skills of Housewives in Processing Family Medicinal Plants (TOGA) as Traditional Medicines."

Wibawanti, J. M. W and Rinawidiastuti. 2018. *Physical and organoleptical properties goat milk yogurt drink fortified by mangosteen rind (Garcinia mangostana lin.)*. Teknologi Hasil Ternak (JITEK). 13 (1): 27-37. (In Bahasa Indonesia).

Wibawanti, J. M. W., Rinawidiastuti, Arifin H. D., Zulfanita. 2018. *Improving characteristics of goat milk yogurt drink fortified by mangosteen rind (Garcinia mangostana lin.) extract*. IOP Conference Series: Earth and Environmental Science. 102 (1), 012008. Doi 10.1088/1755-1315/102/1/012008.

Wibawanti, J. M. W., Zulfanita., and Runanto, D. 2019. *Fatty Acids Content of Yogurt Drink by Mangosteen Rind Extract (Garcinia mangostana L.)*. IOP Conference Series: Earth and Environmental Science. 292. 012071. Doi:10.1088/1755-1315/292/1/012071