

PEMANFAATAN TANAMAN OBAT KELUARGA DALAM KESEHATAN PADA MASYARAKAT DESA OLUHUTA KECAMATAN ATONGGOLA

Rini Daud Supu

Universitas Bina Mandiri Gorontalo

Email: apt.rinidaudsupu@gmail.com

ABSTRAK

Tanaman obat keluarga tradisional atau herbal (TOGA) memiliki manfaat untuk kesehatan. Berbagai macam tanaman obat ternyata memiliki khasiat masing masing yang tidak kalah dengan obat-obatan kimia. Hal ini sudah bnyak dibuktikan dengan penelitian atau testimoni dari bnyak orang yang telah merasakan khasiat dari obat ini. Penanaman tanaman herbal di pekarangan rumah juga menjadi pilihan yang baik untuk menambah keestetikan di sekitaran rumah.

Perkembangan teknologi yang semakin pesat membuat pola pikir masyarakat juga semakin modern terutama dibidang kesehatan. Masyarakat telah meninggalkan cara-cara lama dalam pengobatan dan lebih memilih penggunaan obat-obatan yang berbahan dasar kimia padahal obat tradisional juga tidak kalah khasiatnya dengan obat-obatan kimia. Hal ini dapat terjadi karena beberapa hal salah satunya adalah ketidaktahuan masyarakat tentang tanaman obat herbal, dimana penyebaran informasi tentang tanaman obat keluarga pada masyarakat sangat minim.

Kegiatan pengabdian pada masyarakat ini dilaksanakan untuk membantu permasalahan masyarakat khususnya dibidang kesehatan. Dengan adanya penyuluhan atau sosialisasi yang dilakukan, masyarakat akan lebih terarah dan memiliki pengetahuan mengenai jenis obat-obatan herbal dan manfaatnya, selain itu dapat mengetahui tips meracik obat tradisional. sehingga diharapkan masyarakat dapat memaksimalkan dan memanfaatkan kegiatan ini dengan baik.

Kata Kunci: TOGA, herbal, obat

PENDAHULUAN

TOGA adalah singkatan dari Tanaman Obat Keluarga. Pada hakekatnya, toga adalah sebidang tanah, baik di halaman rumah, kebun, atau ladang, yang di gunakan untuk membudidayakan tanaman berkhasiat obat. Tujuannya untuk memenuhi kebutuhan obat-obatan keluarga. Istilah toga dikembangkan untuk mengganti istilah Apotik Hidup yang telah ada sebelumnya.

Tanaman obat keluarga tradisional atau herbal atau sering disingkat Toga, sangat bermanfaat bagi kesehatan dan apabila ditanam pada sekitar rumah membuat lingkungan asri. Saat ini masyarakat lebih memilih menggunakan obat-obatan berbahan dasar kimia dikarenakan beberapa sebab antara lain: yang pertama minimnya pengetahuan tentang tanaman obat, yang kedua adalah terbatasnya lahan untuk menanam

tanaman obat keluarga, ketiga minimnya penyebaran informasi tentang tanaman obat keluarga pada media media yang mudah dijangkau atau informatif kepada warga.

Tanaman obat keluarga adalah tumbuhan yang berasal dari alam dan yang sengaja di tanam oleh masyarakat yang berkhasiat obat yang telah lama dikenal oleh masyarakat Indonesia bahkan sejak ratusan tahun yang lalu. Pada masa lalu, ahli ilmu pengobatan yang dikenal dengan istilah tabib membuat ramuan obat yang bahan bakunya berasal dari hutan. Diperkirakan hutan Indonesia menyimpan potensi tumbuhan obat sebanyak 30.000 jenis, di antaranya 940 jenis telah dinyatakan berkhasiat obat, dimana sekitar 78% masih diperoleh melalui pengambilan langsung dari hutan (Nugroho, 2010 dalam Irmawati, 2016).

Beberapa bukti ilmiah menunjukkan TOGA seperti kunyit mempunyai bahan aktif kurkumin yang berfungsi sebagai immunomodulaor (Saputri et al., 2019). Jahe mengandung bahan aktif gingerol dan zingiber yang dapat menjadi antivirus H5N1 (Ulfah & Mutakin, 2017). Sehingga memang diperlukan pengembangan dan peningkatan pengetahuan masyarakat akan khasiat TOGA secara ilmiah yang dapat dilakukan melalui pemberdayaan kelompok organisasi masyarakat Pembinaan dan Kesejahteraan Keluarga (PKK). PKK bertujuan untuk pemberdayaan perempuan menjadi perempuan mandiri dan mampu membina keluarga . Terdapat sepuluh program pokok PKK dalam sasaran gerakan PKK, salah satunya adalah kesehatan baik dalam bentuk motivator, fasilitator, perencana, pelaksana, pengendali dan penggerak untuk kesehatan keluarga dan masyarakat di daerahnya (Gufran, 2016). Oleh karena

itu, pemberdayaan kelompok PKK menjadi penting untuk mencapai swamedikasi melalui pemanfaatan TOGA untuk menjadi minuman immunostimulan.

TOGA tanaman obat keluarga apabila dipakai dan bermanfaat bagi masyarakat, maka tanaman obat tersebut berdayaguna dan sesuai dengan yang dibutuhkan masyarakat. Permasalahannya adalah bagaimana tanaman obat keluarga tersebut bisa berguna dan dapat dimanfaatkan oleh masyarakat. Dari pengertian pemanfaatan di atas, maka dapat di tarik sebuah kesimpulan bahwa pengertian pemanfaatan di dalam pengabdian ini adalah menggunakan tanaman obat keluarga sebagai media untuk pembuatan bahan obat-obatan.

Desa Oluhuta merupakan salah satu desa yang terdapat di kecamatan Atinggola kabupaten Gorontalo Utara. Desa Oluhuta merupakan pemekaran dari Desa Kotajin yang berbatasan langsung dengan Laut Sulawesi di bagian Utara, sebelah Timur berbatasan dengan Desa Kotajin, sebelah Selatan berbatasan dengan Desa Imana sedangkan di bagian Barat berbatasan dengan Desa Kotajin Utara. Sebagian wilayah desa yang ada di desa Oluhuta merupakan wilayah desa Kotajin yang mencakup 4 wilayah yaitu Dusun Idaman, Dusun Bukit Harapan, dan Dusun Gusuo. Pusat pemerintahan dari desa ini berpusat di Dusun Idaman.

Rata-rata masyarakat Desa Oluhuta mempunyai pekarangan yang cukup luas, sehingga mempunyai potensi untuk dikembangkan menjadi lingkungan yang kaya akan tanaman obat keluarga (TOGA) baik sebagai obat mandiri keluarga atau dikembangkan menjadi produk yang bernilai ekonomis. Lahan kosong pada suatu lingkungan yang ada (mungkin bisa terdiri dari sekitaran sungai, lahan mati,

fasum dan fasos), atau pekarangan rumah tinggal dapat dimanfaatkan dalam membuat taman yang berisi tanaman obat keluarga, yang perlu diingat dikarenakan adanya keterbatasan lahan yang dimiliki adalah kita harus efektif memilah tanaman apa yang akan ditanam sesuai fungsinya bagi kesehatan tanpa melupakan faktor faktor lain seperti estetika lingkungan dan sistem pengelolaannya (Amin, C., & Arinta, R. T..2022)

Berdasarkan hasil wawancara, beberapa masyarakat telah mengetahui khasiat dan secara teknis mampu mengolah TOGA. Namun, pengetahuan khasiat TOGA secara ilmiah belum dimiliki oleh masyarakat. Begitu juga tentang cara pengolahan TOGA yang tepat dengan mengadapatasi prinsip Cara Pembuatan Obat Tradisional yang Baik (CPOTB).

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Aula Desa Oluhuta, Kecamatan Atinggola, Kota Gorontalo Utara. Objek peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah masyarakat Desa Oluhuta.

Metode yang digunakan pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah metode ceramah pada tahap penyuluhan dan sosialisasi dalam memberikan pengetahuan khasiat TOGA secara ilmiah dan pengetahuan tentang swamedikasi. Selain itu digunakan juga metode praktik, pelatihan dan pendampingan untuk pengoptimalan pekarangan melalui penanaman. Rincian tahapan kegiatan diuraikan sebagai berikut:

1. Observasi

Tim pengabdian melakukan observasi untuk melihat potensi yang

dapat dikembangkan. Observasi di lokasi mitra. Tim pengabdian melakukan kunjungan dan wawancara ke rumah ketua dan beberapa anggota untuk mendapatkan informasi terkait permasalahan yang dialami mitra.

2. Tahap Persiapan

Pada tahap ini tim pengabdian berkoordinasi dengan mitra dan antar anggota pengabdian. Tim pengabdian berdiskusi dengan mitra terkait waktu pelaksanaan dan jumlah peserta yang akan mengikuti kegiatan ini sekaligus sosialisasi jenis dan materi kegiatan. Anggota pengabdian juga berkoordinasi untuk mempersiapkan hal-hal yang diperlukan untuk pelaksanaan kegiatan.

3. Tahap Penyuluhan

Penyuluhan dilakukan dengan metode ceramah oleh tim pengabdian kepada mitra. Tahapan kegiatan ini memberikan pengetahuan terkait potensi mitra melalui pemanfaatan pekarangan yang luas menjadi lingkungan apotek hidup, khasiat TOGA secara ilmiah, cara pengolahannya yang tepat untuk menghasilkan minuman immunostimulan dan swamedikasi melalui pemanfaatan TOGA sehingga memotivasi mitra untuk menanam dan memanfaatkan TOGA di pekarangannya. Tim juga memberikan buku saku TOGA kepada mitra sebagai salah satu sumber informasi terkait TOGA dan swamedikasi menggunakan TOGA. Hal tersebut dapat menjadi bekal pengetahuan mitra yang dapat berguna untuk diri sendiri dan dapat disebarluaskan kepada keluarga serta masyarakat disekitarnya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

TOGA adalah tanaman obat keluarga yang dahulu disebut sebagai "Apotik Hidup". TOGA merupakan beberapa jenis tanaman obat pilihan yang dapat ditanam di pekarangan rumah atau lingkungan rumah. Tanaman obat yang dipilih biasanya tanaman yang dapat dipergunakan untuk pertolongan pertama. TOGA dapat dibudidayakan dalam pot-pot atau di lahan sekitar rumah dalam skala kecil dan menengah, yang selanjutnya dapat disalurkan kepada masyarakat untuk menunjang peningkatan kesehatan masyarakat, dan sekaligus dapat menjadi tambahan pendapatan keluarga (Ismi Puspitasari et al, 2021)

Berikut ini beberapa tanaman obat keluarga dan khasiatnya

Tabel 1. Tanaman Obat Keluarga

No	Jenis Tanaman	Manfaat
1	Jahe	Mengatasi batuk, membangkitkan nafsu makan, mengatasi mulas, sakit kepala dan perut kembung
2	Kunyit	Meringankan radang usus buntu, meringankan sembelit, meringankan asma dan radang amandel
3	Temulawak	Untuk sakit limpa, ginjal, pinggang, asma, sakit kepala, masuk angin, maag sakit perut, sembelit, cacar air, sariawan, dan jerawat

4	Kencur	Meredakan batuk, penyakit radang lambung, muntah, hingga demam
5	Sirih	Menghilangkan bau mulut, sakit mata, eksim, kulit gatal, menghilangkan jerawat, pendarahan gusi, nyeri lambung, mimisan, batuk, sariawan dll6
6	Daun kemangi	Sebagai antiseptik alami, memperbaiki fungsi hati, mencegah ejakulasi dini, dan mencegah bau badan dll
7	Sambiloto	Mengobati stroke, menyembuhkan penyakit kencing manis, tifus hingga anti malaria dan anti syphilis
8	Daun binahong	Mengatasi masalah kulit (jerawat), maag, asam urat, kolestrol, diabetes, sesak napas, anemia, batuk, membersihkan paru dari kotoran dan racun dll
9	Lidah buaya	Menghilangkan ketombe, menghilangkan flek hitam pada wajah, menutup pori-pori wajah, melancarkan peredaran dara,

		mempercepat penyembuhan pasca op.
10	Kumis Kucing	Mengobati infeksi ginjal, infeksi kandung kemih, encok, peluruhan air seni, menghilangkan panas

Hasil pada tabel di atas menunjukkan bahwa desa Oluhuta memiliki potensi yang belum dimanfaatkan oleh masyarakat dan pemerintah desa. Selain itu desa Oluhuta juga memiliki potensi pertanian yang besar yang dibuktikan dengan mata pencaharian penduduknya dan kesuburan tanah di desa tersebut. Selain itu dapat dilihat juga bahwa masih banyak jenis tumbuhan di Desa Oluhuta yang belum dimanfaatkan sebagai obat tradisional.

Tanaman yang ada di desa Oluhuta merupakan tanaman yang tergolong tanaman obat keluarga, sehingga sangat bermanfaat bagi masyarakat jika dijadikan sebagai obat pendamping dalam keluarga. Hal ini belum dimanfaatkan secara maksimal oleh masyarakat karena kurangnya pemahaman akan kegunaan tanaman obat tersebut, sehingga jarang masyarakat yang menggunakan tanaman herbal tersebut sebagai pengganti obat keluarga. Berkat jasa dukungan ini serta kegiatan penyuluhan dan sosialisasi yang akan diberikan kepada warga desa Oluhuta diharapkan dapat memanfaatkan tanaman ini sebagai obat keluarga.

Dalam proses pelaksanaan pengabdian masyarakat ini dilakukan beberapa cara, salah satunya adalah sosialisasi. Kegiatan ini dilakukan untuk memberikan pengetahuan kepada warga desa Oluhuta tentang pemanfaatan

tumbuhan sebagai obat. Karena di desa tersebut banyak terdapat tanaman potensial yang bisa dijadikan obat untuk keluarga. Oleh karena itu, telah dilakukan kegiatan sosialisasi kepada masyarakat tentang manfaat tumbuhan yang dapat digunakan sebagai obat.

Pada tahap sosialisasi ini lebih banyak difokuskan kepada jenis tanaman, mapun manfaat tanamah yang bisa dijadikan sebagai obat pendamping keluarga atau obat keluarga. Terutama mengenai tanaman yang mudah didapatkan oleh masyarakat karena banyak dijumpai di sekitar halaman atau kebun masyarakat Desa Oluhuta. Pelaksanaan kegiatan sosialisasi ini diikuti masyarakat Desa Oluhuta terutama ibu-ibu, dimana masyarakat tersebut mengikuti kegiatan dengan sangat antusias.

Dengan terlaksananya pengabdian ini harapannya seluruh masyarakat desa bisa lebih memahami berbagai macam tanaman obat yang sangat bermanfaat sebagai obat pendamping keluarga. Masyarakat yang paham dengan adanya manfaat dari obat herbal ini akan sangat terbantu serta mengurangi penggunaan obat-obatan kimia yang nantinya masyarakat akan mengutamakan obat-obatan herbal atau berbahan alami.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pelaksanaan pengabdian yang telah dilakukan, maka kegiatan ini dapat bermanfaat bagi masyarakat Desa Oluhuta maupun pemerintahan desa. Pemberdayaan masyarakat melalui budidaya tanaman obat (TOGA) di Desa Oluhuta telah berjalan dengan lancar. Peran masyarakat dalam kegiatan ini sangat penting sehingga dengan antusiasme masyarakat

desa, sosialisasi atau penyuluhan tentang obat herbal keluarga ini dapat tersampaikan dengan baik. Sehingga masyarakat memiliki pengetahuan tentang obat-obatan yang sederhana namun bernilai lebih. Diharapkan dari kegiatan ini selain bermanfaat dari segi kesehatan juga dapat meningkatkan pendapatan ekonomi masyarakat dari budidaya Tanaman Obat Keluarga. Kegiatan masyarakat seperti ini perlu selalu ditingkatkan baik dari bidang kesehatan dan juga ekonomi masyarakat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) Universitas Bina Mandiri Gorontalo yang telah memfasilitasi pengabdian ini sehingga dapat berjalan dengan lancar. Terima kasih juga kepada Kepala Desa Oluhuta, Kecamatan Atinggola, Kabupaten Gorontalo Utara yang telah memberikan tempat dan kesempatan kepada kami untuk dapat melaksanakan kegiatan pengabdian di wilayah Desa Oluhuta.

DAFTAR PUSTAKA

Amin, C., & Arinta, R. T. (2022). PENGABDIAN MASYARAKAT : JENIS TANAMAN OBAT, DESAIN PERANCANGAN DAN PELAKSANAAN TAMAN TOGA (Kasus Studi RT 08, RW V, Sumurboto, Banyumanik, Semarang). *Jurnal Suara Pengabdian* 45, 1(1), 1–9. <https://jurnal2.untagsmg.ac.id/index.php/sabda/article/view/125/121>

Gufran, G. (2016). Peranan Organisasi Pemberdayaan Kesejahteraan Keluarga dalam Pengembangan Industri Kerajinan Rumah Tangga

Di Desa Tanah Putih Kecamatan Sape Kabupaten Bima. *Jurnal Komunikasi Dan Kebudayaan*, 3(1), 28–40.

Irmawati. 2016. *Etnobotani Tumbuhan Obat Tradisional Pada Masyarakat Di Desa Baruga Kecamatan Malili Kabupaten Luwu Timur*. Skripsi. Fakultas Sains dan Teknologi UIN Alauddin Makassar.

Ismi Puspitasari, Ghani Nurfiana Fadma Sari, & Ana Indrayati, (2021), *Pemanfaatan Tanaman Obat keluarga (TOGA) Sebagai Alternatif Pengobatan Mandiri*, *Jurnal Warta LPM*, 24(3), Availabe at <https://journals.ums.ac.id/index.php/warta/article/view/11111>

Qamariah, N., Handayani, R., & Novaryatiin, S. (2019). Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan Ibu Rumah Tangga Dalam Pengolahan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) Sebagai Ramuan Obat Tradisional. *Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, Vol 4 No 1, Hal 50–54.

Saputri, G. Z., Dania, H., Putranti, W. (2019). Optimalisasi Pemanfaatan Jahe (*Zingiber Officinale*) Dan Rosella (*Hibiscus Sabdarifa*) Sebagai Minuman Kesehatan Di Madrasah Muallimin Muhammadiyah Yogyakarta. *Jurnal Pemberdayaan: Publikasi Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2): 241. <https://doi.org/10.12928/jp.v2i2.383>

Ulfah, N. N., & Mutakin, M. (2017). Review aktivitas antivirus ekstrak lima tanaman rimpang terhadap

penghambatan virus Influenza
H5N1 dengan metode in Vitro.
Farmaka, 15(3): 153– 161.