

Edukasi Penggunaan Tanaman Obat Keluarga untuk Meningkatkan Derajat Kesehatan di Banjarbaru Kalimantan Selatan

Oleh :

Evi Mintowati Kuntorini¹⁾, Abdul Gafur¹⁾, Gunawan^{1*)}, Liling Triyasmono²⁾

¹⁾Prodi Biologi FMIPA Universitas Lambung Mangkurat

²⁾Prodi Farmasi FMIPA Universitas Lambung Mangkurat

E-mail : gunawan@ulm.ac.id (Corresponding author)

Abstrak

Pengetahuan terhadap tanaman obat keluarga (TOGA) sangat penting sebagai dasar untuk swamedikasi menggunakan tanaman obat. Kegiatan pengabdian terdiri dari pengenalan jenis tanaman obat, peningkatan ketrampilan pengolahan tanaman obat, dan pengenalan manfaat tanaman obat untuk pengobatan suatu penyakit. Kegiatan pengabdian menggunakan metode penyuluhan, diskusi, dan praktek langsung. Data dianalisis menggunakan statistik deskriptif. Hasil kegiatan pengabdian menunjukkan terjadi peningkatan pengetahuan pengenalan jenis tanaman obat, peningkatan ketrampilan pengolahan tanaman obat, dan pengenalan manfaat tanaman obat untuk pengobatan suatu penyakit berturut turut adalah 90%, 100%, dan 85%. Selain kegiatan penyuluhan, kegiatan ini juga menghasilkan kebun TOGA dengan jumlah tanaman obat 30 jenis.

Kata Kunci: Tanaman obat, Borneo, Swamedikasi, Kalimantan Selatan

1. Pendahuluan

Tanaman obat keluarga atau biasa disebut TOGA atau disebut juga dengan nama apotek hidup (Reza & Bakri, 2022). Tanaman obat keluarga merupakan beberapa jenis tanaman obat pilihan yang ditanam dipekarangan rumah atau lingkungan rumah. Tanaman obat yang dipilih biasanya tanaman yang dapat dipergunakan untuk pertolongan pertama atau obat-obatan ringan seperti demam dan batuk. Keberadaan tanaman obat di lingkungan rumah sangat penting, terutama bagi keluarga yang tidak memiliki akses

mudah ke pelayanan medis seperti klinik, puskesmas ataupun rumah sakit. Tanaman obat-obatan dapat ditanam dalam pot atau dilahan sekitar rumah. Dengan memahami manfaat dan khasiat serta jenis tanaman tertentu, tanaman obat dapat menjadi pilihan keluarga dalam memilih obat alami yang aman.

Posyandu memiliki peran penting dalam peningkatan kesehatan keluarga terutama anak-anak balita. Sebagaimana kita ketahui bersama, posyandu adalah gerakan yang muncul dan tumbuh dari bawah dengan wanita sebagai

penggerakannya. Tujuannya adalah untuk membangun keluarga sejahtera sebagai unit atau kelompok terkecil dalam masyarakat. Posyandu Rosela merupakan salah satu kelompok Posyandu yang terdapat di lingkungan RT 41 RW 07 kelurahan Guntung Manggis Banjarbaru yang menjadi mitra kegiatan pengabdian pada masyarakat.

Posyandu memiliki peran penting dalam peningkatan kesehatan terutama anak-anak Balita, demikian juga orang dewasa (Nurhidayah et al., 2019). Untuk mendukung peran tersebut, maka pengetahuan tentang kesehatan mutlak diperlukan, termasuk pengetahuan tentang obat-obatan dari TOGA atau tanaman kesehatan keluarga. Umumnya TOGA dimanfaatkan sebagai minuman kebugaran, ramuan untuk gangguan kesehatan ringan berdasarkan gejala, ramuan khusus untuk lansia, memelihara kesehatan ibu, meningkatkan gizi anak (Kementrian kesehatan 2011). Menurut Dalimartha (2008), Tanaman TOGA juga dapat dimanfaatkan sebagai bahan ramuan tradisional dimana bahan-bahan tersebut diambil dari berbagai bagian dari tanaman tersebut.

Permasalahan yang dihadapi kelompok Posyandu Rosela dalam mendukung fungsi Posyandu adalah pengetahuan kader posyandu terkait jenis

tanaman obat dan cara menggunakannya sangat minim. Permasalahan ke dua, di wilayah RT 41 belum memiliki kebun tanaman TOGA, sehingga jika diperlukan mendadak akan mudah untuk mendapatkannya. Menurunnya kesehatan masyarakat, secara tidak langsung berkaitan erat dengan kesejahteraan masyarakat (Habibi, 2023) dalam pengembangan potensi masyarakat.

Pemanfaatan TOGA (Tanaman Obat Keluarga) merupakan alternatif utama dalam peningkatan kesehatan, karena mudah untuk diperoleh dan bisa dikembangkan sendiri di pekarangan rumah (Patola, 2018).

Tujuan dari kegiatan pengabdian yang dilaksanakan adalah mengenalkan jenis-jenis tanaman obat, penggunaan, dan cara pengolahannya kepada kader Posyandu di RT 41 Kelurahan Guntung Manggis, Banjarbaru, Kalimantan Selatan. Penggunaan tanaman obat keluarga untuk pengobatan akan membantu masyarakat menjaga kesehatan dan untuk pertolongan pertama sebelum dibawa ke rumah sakit.

2. Metode Pelaksanaan

Kegiatan pengabdian ini dimulai dengan kesepakatan kerja sama antara Tim Pengabdian dari FMIPA Unlam dengan khalayak sasaran (mitra) yaitu ketua RT. 41 dan kader posyandu Rosella. Kemudian

masalah yang sudah dirumuskan kemudian dikaji oleh Tim Pengabdian dari FMIPA Unlam untuk dicari solusinya. Beberapa solusi yang dibuat Tim pengabdian FMIPA Unlam kemudian didiskusikan kembali dengan mitra untuk dicari solusi mana yang dapat dilaksanakan bersama.

Solusi yang disepakati antara Tim Pengabdian dengan mitra adalah kegiatan ini diarahkan untuk penyuluhan dan pengenalan jenis jenis tanaman obat serta cara menggunakannya, selain itu juga akan dibuat apotik hidup yang sangat bermanfaat bagi masyarakat dan peningkatan kesehatan.

Untuk mengatasi masalah kesehatan, akan dilakukan penyuluhan tentang jenis-jenis tanaman obat dan pelatihan cara menggunakannya. Untuk memudahkan pemahaman maka materi disusun dalam bentuk power point yang disertai gambar-gambar yang mudah dipahami dan didukung dengan penyampaian materi dalam bahasa setempat (*bahasa banjar*).

Pada kegiatan ini warga berperan aktif khususnya pada kegiatan praktek pengoperasian alat teknologi membran ultrafiltrasi. Warga juga berperan aktif di dalam menyediakan lahan dan peralatan untuk menanam dan praktek penggunaan tanaman obat. Kegiatan ini dilakukan melalui pertemuan langsung, diskusi,

praktek, dan penanaman tanaman obat di ruang terbuka RT 41.

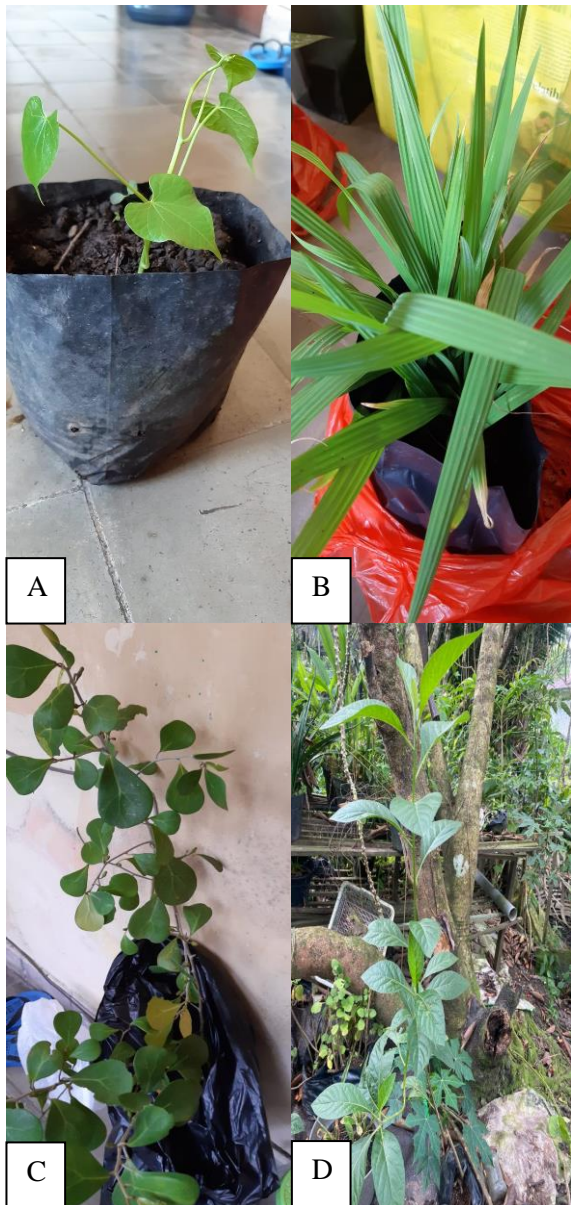
3. Hasil Dan Pembahasan

Kegiatan mengenai pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) dilakukan selama 2 hari dimulai dengan mengidentifikasi kebutuhan jenis toga di masyarakat, persiapan materi KIE dan sosialisasi serta pelaksanaannya di ruang kelas Madrasah Diniyah Awaliyah RT 01 RW 06 Kelurahan Tangkerang Labuai dilaksanakan pada pukul 16.00 – 17.00 WIB dihadiri oleh 16 orang pemuka masyarakat meliputi Ketua RT, RW, Kader Posyandu dan Tokoh Agama di wilayah tersebut. Jumlah peserta yang hadir sesuai dengan perencanaan.

Penyuluhan dilakukan setelah sosialisasi dengan memberikan materi mengenai TOGA dan pemanfaatannya berdasarkan sumber referensi ilmiah, pengenalan macam obat tradisional.

Partisipasi kader posyandu dalam mengikuti kegiatan penyuluhan tanaman TOGA sangat baik yaitu mencapai 95%. Rata rata kader posyandu sudah mengetahui dan mengenal jenis tanaman obat yang sudah umum dikenal misalnya: Jahe, Kunyit, Sambiloto, dan Kumis kucing. Namun ada beberapa jenis tanaman TOGA yang baru dikenal yaitu: Tabat barito (*Ficus deltoidea* Jack), Bawang dayak

(*Eleutherine americana* Merr), Gingseng jawa (*Talinum paniculatum* Gaertner), Sambung nyawa (*Gynura procumbens* (Blume) Miq) Gambar 1.



Gambar 1. A. Brotowali. B. Bawang dayak. C. Tabat barito. D. Sambung nyawa

Berdasarkan kuisisioner yang diedarkan kepada peserta penyuluhan, terdapat peningkatan pengetahuan jenis-jenis tanaman obat keluarga yaitu sebesar

90%. Peningkatan pengetahuan ini diharapkan dapat pula meningkatkan taraf kesehatan keluarga, dengan cara mengaplikasikan pengetahuannya (Duaja et al, 2011).

Selain pengenalan terhadap jenis jenis tanaman, kader posyandu juga diajari cara mengolah tanaman obat tersebut sampai siap untuk digunakan. Kegiatan pengabdian ini bekerja sama dengan puskesmas Guntung Manggis, yaitu sebagai nara sumber untuk pengolahan tanaman obat keluarga.

Pada kegiatan ini, tingkat ketrampilan kader posyandu juga diukur. Berdasarkan hasil kuisisioner, ketrampilan kader posyandu untuk mengolah tanaman obat keluarga telah meningkat menjadi 100%. Kemampuan mengolah tanaman obat sampai siap digunakan sangat penting. Hal ini terkait dengan efektifitas senyawa yang terdapat pada tanaman obat tersebut.

Kegiatan penyuluhan (Gambar 2) juga memberikan pengetahuan pada kader posyandu terkait kegunaan atau manfaat masing-masing jenis tanaman obat keluarga. Pengetahuan ini sangat penting untuk menunjang keefektifan penggunaan tanaman obat untuk mengobati suatu penyakit. Untuk memudahkan kader posyandu untuk mengetahui manfaat masing-masing jenis tanaman obat dibuat tabel seperti di bawah ini (Tabel 1).

Tabel 1. Manfaat tanaman obat

No	Nama lokal	Manfaat
1	Bawang Dayak	Mengobati Infeksi, Meningkatkan Kepadatan Tulang, Menangkal Radikal Bebas, meningkatkan kesehatan jantung
...



Gambar 2. Pengenalan manfaat tanaman obat keluarga yang di susun dalam bentuk tabel.

Edukasi dilakukan dengan data ilmiah dan memberikan penjelasan tentang cara kerja bahan alam terhadap suatu penyakit (Widyawaruyanti et al, 2011). Setiap tahapan kegiatan dilakukan pengukuran ketercapaian, hal ini untuk melihat dampak kegiatan terhadap perubahan pengetahuan dan ketrampilan peserta kegiatan (Prastitasari, et al., 2021) yaitu kader posyandu. Terjadi peningkatan

pengetahuan manfaat tanaman obat keluarga sebesar 85% dari sebelum kegiatan. Masyarakat sebenarnya sudah banyak yang menggunakan tanaman obat keluarga. Namun masih sangat sedikit yang memahami manfaat tanaman obat untuk mengobati suatu penyakit (Sahidin et al, 2018).

Selain kegiatan penyuluhan untuk meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan, kader posyandu juga diajak untuk membuat kebun TOGA dengan memanfaatkan lahan kosong berukuran 3 x 10 m. Setelah dilakukan pembersihan lahan tersebut ditanami 30 jenis tanaman TOGA, diantaranya adalah: kumis kucing (*Orthosiphon stamineus*), temulawak (*Curcuma Xanthorrhiza*), Jahe (*Zingiber officinale*), sereh (*Andropogon nordus*), sambiloto (*Andrographis paniculata*), bidara (*Ziziphus mauritiana* L), daun klorofil (*Vernonia amoglidina*), lidah buaya (*Aloe vera*), keji beling (*Strobilantes crispus*), kunyit putih (*Curcuma mangga*), Tabat barito (*Ficus deltoidea* Jack), Bawang dayak (*Eleutherine americana* Merr), Gingseng jawa (*Talinum paniculatum* Gaertner), Sambung nyawa (*Gynura procumbens* (Blume) Miq).

4. Kesimpulan

Hasil kegiatan pengabdian menunjukkan terjadi peningkatan

pengatahuan kader posyandu terhadap pengenalan jenis tanaman obat sebesar 90%, ketrampilan pengolahan tanaman obat sebesar 100%, peningkatan pengetahuan manfaat tanaman obat untuk mengobati penyakit 85%. Pengetahuan terhadap TOGA menjadi bagian yang penting untuk swamedikasi menggunakan tanaman obat keluarga (TOGA).

5. Ucapan Terima Kasih

Penulis menyampaikan terima kasih kepada Rektor Universitas Lambung Mangkurat atas pendanaan pengabdian kepada masyarakat melalui program PDWA tahun 2023 dengan nomor kontrak : 455.11/UN8.2/AM/2023.

6. Daftar Pustaka

Dalimartha, S. (2000). Atlas Tumbuhan Obat Indonesia Jilid 2. Jakarta: Penerbit Trubus Agriwidya.

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*, No. 52. Hal 74 – 79.

Habibi, H. (2023). Pengalaman Kultural Mahasiswa Asal Pesisir Sumenep

Madura Mengenai Perilaku Membuang Sampah ke Pantai. *Jurnal Ilmu Lingkungan*, 21(1), 106-114.

Kementerian Kesehatan RI. (2011). 100 Top Tanaman Obat Indonesia. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Balai Besar Penelitian dan Pengembangan Tanaman Obat dan Obat Tradisional.

Nurhidayah, I., Hidayati, N. O., & Nuraeni, A. (2019). Revitalisasi posyandu melalui pemberdayaan kader kesehatan. *Media Karya Kesehatan*, 2(2).

Patola, E. (2018). Pelatihan dan Pendampingan Budidaya Tanaman Obat Keluarga di Pekarangan. *Adi Widya: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(2).

Prastitasari, H., Prasetyo, A. R., & Jannah, F. (2021). Pelatihan Pengembangan Perangkat Pembelajaran Berbasis Pendekatan Kontekstual Lahan Basah Bagi Guru Sd Negeri Pemurus 2 Kabupaten Banjar Kalimantan Selatan. *Elementary School Journal PGSD FIP UNIMED*, 11(3), 266-274.

Reza, J. S., & Bakri, M. B. (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.

Widyawaruyanti A., Zaini NC, Syafruddin, (2011). Mekanisme dan Aktivitas Antimalaria dari Senyawa Flavonoid yang Diisolasi dari Cempedak (*Artocarpus champeden*), *Jurnal Bina Praja*,