

IMPLEMENTASI *BACK TO NATURE* MELALUI SOSIALISASI PEMBUATAN TANAMAN OBAT KELUARGA PADA LAHAN PEKARANGAN RUMAH

Agus Yuliono, Apriansyah, Bambang Kurniadi, Lucky Hartanti, Eva Tavita
Universitas Tanjungpura
Email: agus.yuliono@fisip.untan.ac.id

Abstrak:

Banyaknya ditemukan kasus efek samping dari penggunaan obat-obatan berbahan kimia telah mengakibatkan terjadinya kekhawatiran dan meningkatnya kewaspadaan masyarakat, yang secara langsung menurunkan minat beli dan konsumsi bagi masyarakat. Semboyan *Back to Nature* telah melahirkan banyak gagasan kreatif dan aksi langsung di masyarakat, salah satunya adalah dengan mengimplementasikan *Back to Nature* melalui sosialisasi penanaman tanaman obat keluarga (TOGA) dengan memanfaatkan lahan halaman rumah yang kosong. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk mengedukasi masyarakat Desa Mekar Baru melalui sosialisasi dan aksi langsung di lokasi dalam memanfaatkan halaman rumah atau ruang kosong di teras rumah sebagai taman obat keluarga, dengan jenis tumbuhan obat yang bervariasi dan dapat dibudidayakan dengan cara sederhana, seperti kunyit, sirih, serih, jahe putih dan jahe merah, kencur, kumis kucing dan beberapa jenis tanaman lain yang dapat digunakan segera saat dibutuhkan. Kegiatan penelitian ini bersifat pemberdayaan masyarakat, dengan pendekatan kualitatif deskriptif terkait dengan kemampuan masyarakat desa Mekar Baru dalam menerapkan materi sosialisasi yang disampaikan oleh tim pelaksana kegiatan. Monitoring dan evaluasi selama berlangsungnya kegiatan ini menunjukkan sikap yang positif dari semua peserta pelatihan, ditunjukkan dengan adanya beberapa tanaman obat dalam pot yang dibuat oleh warga sekitar, serta saling memotivasi dan membantu dalam implementasi kegiatan tersebut.

Kata kunci: *Back to Nature; Mekar Baru; TOGA; Pemberdayaan*

Abstract:

The number of cases of side effects found from the use of chemical-based drugs has resulted in concern and increased public awareness, which directly reduces public interest in buying and consuming. The slogan *Back to Nature* has given birth to many creative ideas and direct action in the community, one of which is to implement *Back to Nature* through the socialization of planting family medicinal plants (TOGA) by utilizing the empty yard of the house. The purpose of this activity is to educate the people of Mekar Baru Village through socialization and direct action at the location in utilizing the home page or empty space on the terrace of the house as a family medicine garden, with various types of medicinal plants and can be cultivated in simple ways, such as turmeric, betel. , lemongrass, white ginger and red ginger, kencur, cat's whiskers and several other types of plants that can be used immediately when needed. This research activity is community empowerment, with a descriptive qualitative approach related to the ability of the Mekar Baru village community in applying the socialization materials presented by the activity implementation team. Monitoring and evaluation during this activity showed a positive attitude from all training participants, indicated by the presence

of several medicinal plants in pots made by local residents, as well as motivating and helping each other in the implementation of these activities.

Keywords:*Back to Nature; New Blooms; TOGA; Empowerment*

Pendahuluan

Tanaman Obat Keluarga (TOGA) dapat diartikan sebagai tanaman obat yang diperoleh dengan mudah untuk digunakan sebagai pertolongan pertama saat tubuh kita mengalami sakit ringan dan dalam kondisi darurat misalnya jauh dari pelayanan kesehatan. Tanaman obat ini umumnya ditanam di halaman rumah, baik dalam pot maupun langsung ke permukaan tanah di halaman. Menurut Mindarti & Nurbaeti, (2015), TOGA adalah tanaman yang ditanam untuk memenuhi keperluan keluarga dengan obat-obatan tradisional yang memungkinkan untuk dibuat sendiri. Toga merupakan tanaman budidaya skala rumahan, umumnya digunakan dalam pengobatan dan bumbu-bumbu dapur. Kecenderungan masyarakat dalam mengkonsumsi obat tradisional dalam penyembuhan luka atau penyakit disebabkan oleh karena banyaknya efek samping dari konsumsi obat kimiawi atau sintetik.

Sejalan dengan semboyang Back to nature, tanaman obat keluarga sangat mendukung penyediaan bahan alam untuk dijadikan sebagai obat alami atau tradisional, terutama dalam level keluarga, dengan penyakit-penyakit ringan seperti diare, demam, dan peningkat stamina, dikonsumsi dengan aman dan efek samping yang dapat diminimalisir. Beberapa tanaman yang digolongkan masuk dalam tanaman obat keluarga ini antara lain adalah kunyit, jahe, sambiloto, sirih, kumis kucing, serai, jambu serta beberapa tanaman pengusir nyamuk seperti lavender, serai wangi dan zodia. Tanaman obat ini dapat digunakan dalam usaha peningkatan kesehatan keluarga melalui upaya preventif (pencegahan), promotive ataupun usaha kuratif (pengobatan) dalam level penyakit yang ringan sampai sedang (Indonesia, 2014).

Tidak semua bagian dari tanaman obat itu digunakan sebagai obat, tetapi bervariasi sesuai dengan khasiat dan cara penggunaan masing-masing tanaman tersebut, penggunaan daun pada tanaman sirih, kumis kucing, sambiloto dan miyana, penggunaan batang pada serai dan serai wangi, penggunaan rimpang pada kunyit dan jahe dan beberapa bagian tanaman lainnya (Savitri, 2016). Indikasi dari tanaman tersebut pun berbeda-beda, misalnya ramuan khusus untuk penyakit lansia, kesehatan ibu baru melahirkan dan ibu menyusui, meningkatkan gizi anak serta penyakit dengan gejala-gejala ringan seperti batuk pilek. Dalimartha, (2000), menekankan bahwa TOGA dapat dimanfaatkan sebagai ramuan tradisional dengan menggunakan bagian-bagian tertentu dari masing-masing tanaman tersebut.

Desa Mekar Baru adalah salah satu desa di daerah Kabupaten Kubu Raya yang berada di wilayah Kecamatan Kumpai Raya sebagai pemekaran dari Kecamatan Sungai Raya, memiliki 1 fasilitas Puskesmas pembantu yang berada di lokasi ini. Kurangnya fasilitas umum pelayanan kesehatan serta tenaga kesehatan yang masih terbatas di wilayah pemekaran ini menyebabkan masih kurangnya pengetahuan masyarakat terkait dengan pemanfaatan TOGA bagi peningkatan kesehatan masyarakat. Untuk itu dalam kegiatan ini, pelaksana PKM Mandiri dari Universitas Tanjungpura melaksanakan kegiatan sosialisasi pembuatan TOGA dengan memanfaatkan halaman rumah dan edukasi terkait jenis-jenis tanaman dan manfaatnya bagi kesehatan.

Kegiatan ini dihadiri oleh 15 peserta yang merupakan kader kesehatan Desa Mekar Baru yang terdiri dari ibu rumah tangga dan remaja. Dari kegiatan ini menunjukkan

antusiasme peserta dalam membuat TOGA melalui koleksi tanaman-tanaman obat yang ditanam dalam polybag, kemudian mempelajari tentang khasiat-khasiat dari tanaman dan cara menggunakan atau mengkonsumsinya.

Metode Penelitian

Metode yang dilakukan dalam kegiatan ini adalah metode kualitatif deskriptif. Menurut Moleong, L.J (2000), analisis kualitatif akan menghasilkan data yang bersifat deskriptif, yang berupa kalimat tertulis atau secara lisan sebagai gambaran dari karakter atau perilaku orang-orang yang diamati atau terlibat sebagai obyek dalam penelitian.

Kegiatan implementasi *Back to nature* melalui sosialisasi pembuatan tanama obat keluarga (TOGA) ini dilaksanakan, pada bulan Juli-September 2021 dengan melalui beberapa tahap:

- A. Survey dan Koordinasi dengan pemerintah dan kader kesehatan setempat dalam penentuan lokasi dan jadwal kegiatan. Dari tahapan ini ditentukan jadwal untuk pelaksanaan kegiatan dilaksanakan pada tanggal 2 Juli 2021 bertempat di puskesmas pembantu Mekar Sari. Undangan kepada peserta diberikan kepada kader kesehatan desa sebanyak 17 orang, yang terdiri dari ibu dan remaja.
- B. Persiapan alat dan bahan kegiatan: penyiapan tanah untuk media polybag, beberapa jenis tanaman obat, papan untuk rak pot.
- C. Pelaksanaan Kegiatan, pada tanggal 2 Juli 2021 dengan melakukan giat penanaman bibit-bibit tanaman obat ke dalam polybag yang sudah dipersiapkan sebelumnya. Selanjutnya tanaman obat dalam pot diletakkan dengan rapi di sepanjang teras puskesmas pembantu untuk siap digunakan oleh masyarakat yang membutuhkan. Edukasi kepada peserta terkait dengan jenis-jenis tanaman dengan khasiat masing-masing disertai dengan cara mengkonsumsi atau menggunakannya. Monitoring dan evaluasi kegiatan berlangsung selama kegiatan ini berlangsung.

Hasil dan Pembahasan

Back to nature adalah slogan yang berarti kembali ke alam, dalam dunia kesehatan diartikan sebagai pengobatan dengan memanfaatkan bahan alamiah, yang umumnya terdiri dari tumbuh-tumbuhan. Pembuatan tanaman obat keluarga (TOGA) yang sebelumnya dinamakan dengan apotek hidup adalah memanfaatkan sebagian tanah untuk ditanami tanaman obat-obatan untuk keperluan sehari-hari. (Reza & Bakri, 2022). Pengejawantahan dari slogan apotek hidup, yang bertujuan untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat, melalui pengobatan alami sebagai pertolongan pertama saat sakit tiba (Hikmat *et al.*, 2011). TOGA umumnya terdiri dari tanaman herba, yang mudah ditumbuhkan atau dibudidayakan dalam polybag, dan penggunaannya sebagai obat pun mudah, seperti dengan merebus atau menyeduh bagian tanaman yang berkhasiat, seperti daun, rimpang, akar atau batang.

Penggunaan TOGA dalam pengobatan bersifat tradisional, cenderung disukai oleh masyarakat karena memiliki efek samping yang minimalis, dapat digunakan dan dipersiapkan dengan mudah, pengolahan yang praktis dan khasiat yang dapat dinikmati oleh penderita sakit (Karno & Pramono, 2010; Pramono, 2002). Obat tradisional ini secara hakikatnya dapat digunakan sebagai usaha dalam meningkatkan kualitas kesehatan melalui upaya preventif (pencegahan penyakit) dan promotive seperti peningkatan sistem imunitas tubuh, dengan mekanisme perlindungan dan pertahanan tubuh dari serangan bahaya dari luar, serta upaya kuratif yang merupakan Tindakan

pengobatan pada pasien yang telah didiagnosa dengan penyakit tertentu (Aly *et al.*, 2020; Duaja *et al.*, 2011).

Kegiatan pemberdayaan masyarakat dengan topik Back to nature melalui pembuatan tanaman obat keluarga dengan memanfaatkan halaman rumah ini bertujuan untuk mengedukasi masyarakat Desa Mekar Baru melalui kader kesehatan yang menjadi peserta dalam kegiatan tersebut dalam pembuatan TOGA yang dapat digunakan oleh masyarakat sebagai tanaman obat untuk pertolongan pertama jika ada yang sakit dalam keluarga. Dengan kegiatan ini diharapkan terjadi peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader kesehatan tersebut dalam membudidayakan tanaman obat serta memanfaatkan tanaman tersebut sebagai obat herbal sesuai khasiat masing-masing bagian tanaman.

Kegiatan yang berlangsung pada tanggal 2 Juli 2022 bertempat di puskesmas pembantu Mekar Baru dengan dihadiri 15 orang kader kesehatan dari 17 undangan yang dibagikan. Kegiatan dimulai dengan penyortiran bibit tanaman yang akan dibudidayakan untuk ditanam pada media tanah dalam polybag yang telah diisi sebelumnya. Aksi menanam dengan antusias diikuti oleh peserta kegiatan, seperti menanam sirih, serai dan serai wangi, kunyit, jahe, miyana dan kumis kucing. Giat menanam dilanjutkan dengan edukasi kepada kader-kader kesehatan tentang kegunaan menggunakan herbal atau obat tradisional dengan memanfaatkan tanaman obat keluarga yang ada di halaman. Selain konsumsi herbal dapat meminimalisir efek samping yang tidak diinginkan dari mengkonsumsi obat-obatan, juga ketersediaannya selalu ada sehingga mudah diperoleh jika dibutuhkan dan mengolahnya pun secara praktis dan ekonomis.

Beberapa tanaman yang umum menjadi anggota dari TOGA antara lain jahe yang digunakan untuk menghangatkan tubuh, sangat direkomendasikan untuk dikonsumsi saat tubuh meriang, demam dan pilek. Kunyit, selain rimpangnya dapat digunakan sebagai bumbu masak, juga dapat dimanfaatkan sebagai obat batuk dan pelancar haid atau dalam kondisi nifas, sambiloto digunakan sebagai minuman untuk penderita diabetes atau kencing manis. Tanaman lainnya seperti sirih sebagai antiseptik dan obat batuk, sedangkan zodia dan lavender dimanfaatkan sebagai tanaman pengusir nyamuk.

Monitoring dan evaluasi yang digunakan selama kegiatan berlangsung dan setelah pelaksanaan kegiatan menunjukkan bahwa peserta kegiatan pelatihan ini telah trampil dalam membudidayakan TOGA pada media tanah dalam polybag, telah mampu memotivasi masyarakat sekitar puskesmas pembantu untuk melakukan penanaman TOGA di halaman rumah sebagai salah satu usaha pertolongan pertama saat ada anggota keluarga yang sakit. Peserta juga sudah memahami khasiat masing-masing bagian tanaman. Berikut Gambar kegiatan Pembuatan TOGA:



Gambar 1. Hasil kegiatan pembuatan TOGA

Kesimpulan

Dari kegiatan implementasi *Back to Nature* melalui sosialisasi pembuatan tanaman obat keluarga pada lahan pekarangan rumah, dapat disimpulkan bahwa antusiasme dan animo peserta pelatihan sangat tinggi, menunjukkan respon yang bagus dengan ketepatan waktu dalam mengerjakan kegiatan ini serta kemampuan peserta dalam memahami khasiat masing-masing tanaman yang dijadikan TOGA serta cara mengkonsumsi masing-masing.

Daftar Pustaka

- Aly, A. H., Andry, Zukfahmy, A., Arifin, F., Kumalasari, I., Noviyanti, L., Veranita, M. A., Fahmi, M. L., Noruddin, Anggraeni, W. F., & Syarofah, Z. (2020). "Apotek Hidup" Sebagai Upaya Peningkatan Kesehatan Masyarakat Dalam Mencegah Penyebaran Covid-19. *Jurnal Pembelajaran Pemberdayaan Masyarakat (JP2M)*, 1(4), 286–293. <https://doi.org/10.33474/jp2m.v1i4.8762>
- Dalimartha, S. (2000). *Atlas Tumbuhan Obat Indonesia* (E. Priyantini (ed.); 2nd ed.). 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*, 52, 74–79. <http://online-journal.unja.ac.id/index.php/jlpm/article/viewFile/107/95>
- Hikmat, A., Zuhud, E. A. M., Siswoyo, Sandra, E., & Sari, R. K. (2011). The Revitalization of Family Medicine Plant (Toga) Conservation for Crease Health and Economic in Village Exemplary Ipb Campus Darmaga Bogor. *Jurnal Ilmu Pertanian Indonesia*, 16(2), 71–80. <http://journal.ipb.ac.id/index.php/JIPI/article/view/6600/5128>
- Indonesia, M. K. R. (2014). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia N0 75 Tahun 2014. In *Menteri Kesehatan Republik Indonesia* (Issue c). Menteri Kesehatan Republik Indonesia.
- Karno, & Pramono, S. (2010). Tingkat Manfaat Dan Keamanan Tanaman Obat dan Obat

- Tradisional. *Balai Penelitian Tanaman Obat Tawangmangu*, 226, 51–55.
- Mindarti, S., & Nurbaeti, B. (2015). Buku Saku: Tanaman Obat Keluarga (Toga). In B. Nurbaeti (Ed.), *Isbn: 978-979-3595-49-8*. Balai Pengkajian Teknologi Pertanian (BPTP) Jawa Barat.
- Moleong, L.J. (2000). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Pramono, S. (2002). Kontribusi Bahan Obat Alam dalam Mengatasi Krisis Bahan Obat di Indonesia. *Jurnal Bahan Alam Indonesia*, 1(1), 18–20.
- 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. <https://doi.org/10.22373/jrpm.v2i1.1157>
- Savitri, A. (2016). *Tanaman Ajain, Basmi Penyakit Dengan Toga (Tanaman Obat Keluarga)* (N. Aisyah (ed.); Pertama). Bibit Publisher.