

# Edukasi Khasiat dan Cara Pengolahan Tanaman Obat Keluarga di Kelurahan Rejomulyo

Luluk Aniqoh Meliana Putri<sup>1</sup>, Elpi Lutpiani<sup>2</sup>, Imelda Lambertini<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Universitas STRADA Indonesia

E-mail: <sup>1</sup>lulukaniqohmelianaputri@gmail.com

## Abstrak

Tanaman Obat Keluarga (TOGA) adalah tanaman berkhasiat yang ditanam di lahan pekarangan maupun ladang dan dikelola oleh keluarga. Tanaman obat yang dipilih biasanya adalah 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. Dengan memahami manfaat, khasiat dan jenis tanaman tertentu, tanaman obat menjadi pilihan keluarga dalam memilih obat alami yang aman. Setiap keluarga dapat membudidayakan tanaman obat secara mandiri dan memanfaatkannya sehingga akan terwujud prinsip kemandirian dalam pengobatan keluarga. Beberapa cara untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat di Kelurahan Rejomulyo dalam pembuatan jamu dari tanaman obat keluarga, sehingga dapat memperbaiki kualitas kesehatan dan kesejahteraan mereka melalui pemanfaatan tanaman obat yang tersedia di lingkungan sekitar adalah dengan menanam beberapa bibit tanaman obat yang sekiranya sesuai dengan keadaan lingkungan.

Kata kunci: TOGA, Tanaman, Pengobatan Alami

## Abstract

*Family Medicinal Plants (TOGA) are medicinal plants that are planted in yards or fields and managed by families. The medicinal plants chosen are usually plants that can be used for first aid or mild medicines such as fever and cough. The presence of medicinal plants in the home environment is very important, especially for families who do not have easy access to medical services such as clinics, health centers or hospitals. By understanding the benefits, properties and types of certain plants, medicinal plants become a choice for families in choosing safe natural medicines. Each family can cultivate medicinal plants independently and utilize them so that the principle of independence in family medicine will be realized. Several ways to improve the knowledge and skills of the community in Rejomulyo Village in making herbal medicine from family medicinal plants, so that they can improve the quality of their health and well-being through the use of medicinal plants available in the surrounding environment is to plant several medicinal plant seeds that are appropriate to environmental conditions.*

*Keywords: TOGA, Plants, Medicine, Natural*

## 1. PENDAHULUAN

Indonesia memiliki keanekaragaman hayati yang sangat tinggi sehingga kaya akan berbagai tanaman obat yang sangat berpotensi untuk dikembangkan dan dimanfaatkan secara optimal. Salah satunya yaitu tanaman obat keluarga. Tanaman Obat Keluarga (TOGA) adalah tanaman berkhasiat yang ditanam di lahan pekarangan maupun ladang dan dikelola oleh keluarga. Jenis tanaman yang ditanam memenuhi keperluan keluarga akan obat-obatan tradisional yang dapat dibuat sendiri. Obat Tradisional (OT) merupakan salah satu warisan budaya bangsa Indonesia yang digunakan untuk pemeliharaan dan peningkatan kesehatan serta pencegahan dan pengobatan penyakit. Berdasarkan bukti secara turun temurun dan empiris, OT hingga saat ini masih banyak digunakan oleh masyarakat Indonesia [1]. Tanaman obat yang dipilih biasanya

adalah 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. Dengan memahami manfaat, khasiat dan jenis tanaman tertentu, tanaman obat menjadi pilihan keluarga dalam memilih obat alami yang aman. Setiap keluarga dapat membudidayakan tanaman obat secara mandiri dan memanfaatkannya sehingga akan terwujud prinsip kemandirian dalam pengobatan keluarga [2].

Pemanfaatan tanaman obat keluarga ditujukan agar diperoleh obat tradisional yang bermutu tinggi, aman, memiliki khasiat nyata yang teruji secara ilmiah, dan dimanfaatkan secara luas, baik digunakan sendiri maupun dalam pelayanan kesehatan formal. Selain sebagai obat, TOGA dapat mempunyai manfaat lain seperti sebagai penambah gizi keluarga, bumbu masakan atau yang terkenal dengan empon-empon dan penambah keindahan. Pencegahan penyakit dapat diatasi dengan memanfaatkan tanaman obat keluarga (TOGA). Pemanfaatan TOGA dipilih karena pada zaman yang semakin modern, pengetahuan masyarakat tentang TOGA masih kurang. Pengenalan TOGA kepada masyarakat merupakan sebuah terobosan baru yang dapat dilakukan, meskipun tanaman obat tradisional sudah dikenal oleh masyarakat. Kenyataannya, banyak masyarakat yang mulai lupa akan khasiat tanaman obat tradisional dalam mengatasi masalah Kesehatan, untuk memudahkan pemanfaatan dalam mengkonsumsi TOGA ini, dibuatlah olahan yang modern dan sederhana [3].

Obat-obat herbal sebagai obat-obatan tradisional telah ada sejak dahulu. WHO menyebutkan bahwa hingga 65% dari penduduk negara maju menggunakan pengobatan tradisional dan obat-obat dari bahan alam [4]. WHO juga telah menetapkan standar terhadap beberapa tanaman yang biasa digunakan sebagai bahan baku obat/ produk herbal. Untuk di Indonesia sendiri ada beberapa standar yang dibuat untuk pengobatan tradisional khususnya dari bahan baku, seperti PerKa BPOM nomor 12 tahun 2014 mengenai persyaratan mutu obat tradisional, *Materia Medika Indonesia*, dan *Farmakope Herbal Indonesia* [5].

Penggunaan tanaman sebagai alternatif obat juga didasari dengan tingginya obat herbal yang mulai dipromosikan di kalangan masyarakat. Banyak sekali produk-produk herbal yang sekarang sudah mulai berkembang dan beredar di kalangan masyarakat. Obat yang berasal dari bahan alam memiliki efek samping yang lebih rendah dibandingkan obat-obatan kimia karena efek obat herbal bersifat alamiah. Dalam tanaman-tanaman berkhasiat obat yang telah dipelajari dan diteliti secara ilmiah, terlihat bahwa tanaman-tanaman tersebut mengandung zat-zat atau senyawa aktif yang terbukti bermanfaat bagi kesehatan. Pengembangan obat tradisional Indonesia sebagai sediaan fitoterapi yang kegunaan dan keamanan dapat dipertanggungjawabkan. Obat-obatan yang berasal dari tanaman ini memang sudah banyak sekali dikonsumsi oleh masyarakat Indonesia [6]. Hal ini dikarenakan harganya relatif lebih murah serta sangat mudah didapatkan di lingkungan sekitar. Tumbuhan dan tanaman obat ini telah dijadikan obat tradisional yang turun temurun karena obat tradisional memiliki banyak kelebihan diantaranya mudah diperoleh, harganya yang lebih murah, dapat diramu sendiri, dan memiliki efek samping yang lebih kecil dibandingkan obat-obatan dari produk farmasi [7].

Bagian tanaman yang biasa digunakan adalah rimpangnya [8]. Beberapa contoh tanaman obat keluarga (TOGA) yang memanfaatkan bagian rimpang adalah jahe, jahe memiliki berbagai kandungan zat yang diperlukan oleh tubuh, kandungan zat tersebut antara lain minyak atsiri (0,5 - 5,6%), zingiberon, zingiberin, zingibetol, barneol, kamfer, folandren, sineol, gingerin, vitamin (A, B1, dan C), karbohidrat (20-60%) damar (resin) dan asam organik (malat, oksalat). Selain sebagai antimikroba, jahe juga memiliki kemampuan sebagai antioksidan [9].

Tanaman obat potensial dari famili Zingiberaceae untuk dibudidayakan karena merupakan tanaman yang multifungsi adalah kencur (*Kaempferia galanga* L.). Rimpang merupakan bagian utama dari budidaya kencur yang diharapkan memiliki produktivitas dan kandungan bahan bioaktif yang tinggi. Kencur telah digunakan sebagai obat tradisional di Indonesia, India, Cina, Malaysia, dan Thailand untuk radang lambung, influenza, masuk angin, sakit kepala, batuk, diare, memperlancar haid, penyakit kulit, luka, dan rematik [10]. Rimpang

kunyit mengandung minyak atsiri, kurkumin, resin, oleoresin, desmetoksikurkumin, dan bidesmetoksikurkumin, damar, gom, lemak, protein, kalsium, fosfor dan besi. luka, antibakteri, mengurangi motilitas usus, menghilangkan bau badan, menurunkan demam, meredakan diare dan beberapa pengobatan lainnya [11].

## 2. METODE

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan di Kelurahan Rejomulyo, Kota Kediri, Jawa Timur pada tanggal 25 Agustus 2024. Sasaran dalam pengabdian ini yaitu ibu Rumah Tangga yang memiliki pekarangan serta beberapa tanaman Toga sebanyak 11 Orang. Metode yang dilakukan sebagai berikut :

- a. Kegiatan yang digunakan dalam program pengabdian masyarakat ini berupa pembagian kuisioner (pre-test)
- b. Setelah kegiatan Pretest dilanjutkan penyampaian materi / ceramah, diskusi / tanya jawab terkait apa saja contoh tanaman obat keluarga, bagaimana pengolahan yang benar, serta apa saja khasiat dari TOGA (Tanaman Obat Keluarga)
- c. Metode pre-test dan post-test kami lakukan agar dapat mengetahui seberapa jauh pengetahuan masyarakat terkait topik yang kami sampaikan, dan juga Kami dapat menimbang dan membandingkan apakah sebelum dan setelah penyampain materi kepada masyarakat ada peningkatan dari segi pengetahuan mereka, dan apakah materi yang diberikan bisa tersampaikan dengan baik dan benar.

Sebagai indikator keberhasilan dan evaluasi pada kegiatan ini yaitu dengan terlaksananya pre-test dan post-test yang dilakukan dalam bentuk pengisian lembar pertanyaan. Pre-test dilakukan sebelum dan post-test setelah kegiatan edukasi terkait TOGA (Tanaman Obat Keluarga) dengan hasil post-test menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan Masyarakat mengenai TOGA (Tanaman Obat Keluarga) minimal sebesar 70%

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pemberian pemahaman dan informasi terkait TOGA (Tanaman Obat Keluarga) kepada penduduk kelurahan rejomulyo merupakan suatu Upaya yang dilakukan untuk meningkatkan kesehatan penduduk dalam pemanfaatan bahan Alam yang aman.

Pada kegiatan ini jumlah responden berdasarkan usia hasil kuesioner pengetahuan tentang TOGA (Tanaman Obat Keluarga) di Rejomulyo diketahui bahwa seluruh responden dengan usia > 40 tahun yaitu sebanyak 11 responden. Berdasarkan jenis kelamin hasil kuesioner pengetahuan tentang TOGA (Tanaman Obat Keluarga) di Rejomulyo diketahui bahwa responden jenis kelamin perempuan sebanyak 9 responden, sedangkan yang jenis kelamin laki-laki sebanyak 2 responden. Berdasarkan pendidikan hasil kuesioner pengetahuan tentang TOGA (Tanaman Obat Keluarga) di Rejomulyo diketahui sebanyak 3 responden memiliki pendidikan akhir SMP, 8 responden memiliki Pendidikan akhir SMA.

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik		Jumlah	Presentase
Jenis Kelamin	Laki – laki	9	81,8 %
	Perempuan	2	18,2 %
Usia	< 40 tahun	0	0 %
	> 40 tahun	11	100 %
Pendidikan	SMP	3	27,3 %
	SMA	8	72,7 %



Gambar 1. Proses pelaksanaan pengabdian Masyarakat

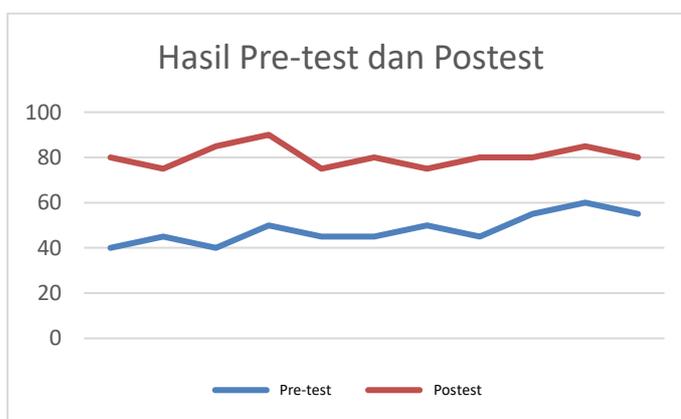
Tabel 2. Hasil nilai Pre-test dan Postest

Jumlah Responden	Nilai Pre-test	Nilai Postest
1	40	80
2	45	75
3	40	85
4	50	90
5	45	75
6	45	80
7	50	75
8	45	80
9	55	80
10	60	85
11	55	80
Rata – rata	44,45	80,45

Hasil kegiatan

pelaksanaan menunjukkan

bahwa Sebagian besar penduduk masih kurang mengetahui informasi mendalam terkait TOGA (Tanaman Obat Keluarga), dengan rata-rata nilai sebesar 44,45%. Namun setelah diberikan edukasi mengenai TOGA (Tanaman Obat Keluarga) mayoritas penduduk kelurahan rejomulyo dapat mengetahui serta dapat memahami banyak manfaat dari TOGA (Tanaman Obat Keluarga). Hal tersebut ditunjukkan dengan kenaikan rata-rata pada pengetahuan sebesar 80,45% yang dapat dilihat pada tabel 2.



Proses kegiatan edukasi terlaksana sesuai rencana dan banyak sekali pertanyaan yang diajukan oleh penduduk selama sesi tanya jawab, peserta menunjukkan antusias terhadap topik yang diberikan sehingga muncul beberapa pertanyaan terkait TOGA (Tanaman Obat Keluarga) dikarenakan memang beberapa penduduk sudah memiliki beberapa TOGA (Tanaman Obat Keluarga) tetapi belum pernah memanfaatkan penggunaan tanaman obat ini dalam kehidupan sehari-hari.

Paired Samples Statistics					
		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Pre Test	48.1818	11	5.43145	1.93816
	Post Test	80.4545	11	4.71840	1.42285

Paired Samples Correlations				
		N	Correlation	Sig.
Pair 1	Pre Test & Post Test	11	.985	.006

Paired Samples Test									
		Paired Differences							
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference		t	df	Sig. (2-tailed)
					Lower	Upper			
Pair 1	Pre Test - Post Test	-32.27273	7.18848	2.17042	-37.10874	-27.43672	-14.858	10	.000

Hasil uji T-Test pada kedua variable menunjukkan perbedaan yang signifikan dalam Upaya edukasi khasiat dan cara pengolahan TOGA (Tanaman Obat Keluarga) dengan nilai signifikansi 2-tailed (0,000). Hasil menunjukkan bahwa Sebagian peserta sudah mengetahui apa saja yang termasuk TOGA (Tanaman Obat Keluarga), cara penanaman yang benar TOGA (Tanaman Obat Keluarga), cara pengolahan TOGA (Tanaman Obat Keluarga) serta khasiat dari TOGA (Tanaman Obat Keluarga).

#### 4. KESIMPULAN DAN SARAN

Secara keseluruhan, hasil ini mengindikasikan bahwa program edukasi atau penyuluhan tentang TOGA di Rejomulyo telah berhasil menjangkau target demografi yang relevan, khususnya mereka yang berusia di atas 40 tahun dan bekerja sebagai IRT, meskipun latar belakang pendidikan mereka cenderung rendah, kesadaran yang tinggi tentang TOGA di kalangan responden ini merupakan hal yang positif dan dapat menjadi dasar untuk pengembangan program kesehatan berbasis tanaman obat keluarga di masa mendatang.

Jika dilihat dari aspek kemudahan dan ketuntasan materi yang diberikan kepada peserta, setidaknya terjadi peningkatan nilai rata-rata setelah diedukasi sebanyak 80,45%. Dengan demikian materi yang disampaikan sangat mudah dipahami dan dapat dipraktikkan oleh warga sekitar.

#### DAFTAR PUSTAKA

- [1] C. A. Rahman and D. Santosa, "Aktivitas Rimpang Temulawak Sebagai Antibakteri Berdasarkan Lokasi Tumbuhnya: Narrative Review," *Jurnal Pharmascience*, vol. 9, no. 2, pp. 327–343, 2022, Accessed: Sep. 29, 2024. [Online]. Available: <https://ppjp.ulm.ac.id/journal/index.php/pharmascience>
- [2] I. Laelasari and N. Z. Syadza, "Pendampingan Pemanfaatan Jahe (*Zingiber officinale*) Sebagai Bahan Rempah Dalam Pembuatan Inovasi Makanan Herbal Penambah Immunitas," *Jurnal Bakti Saintek: Jurnal Pengabdian Masyarakat Bidang Sains Dan Teknologi*, vol. 6, no. 2, pp. 31–37, 2022, doi: 10.14421/jbs.3483.

- [3] I. Maulana, D. Syari, T. Ella, J. Gulo, R. Eka, and P. Selay, "Edukasi Pembuatan dan Pemanfaatan Tanaman Sereh Sebagai Minuman Kaya Khasiat," *Welfare : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, vol. 1, no. 3, 2023, Accessed: Sep. 29, 2024. [Online]. Available: <https://jurnalfebi.iainkediri.ac.id/index.php/Welfare>
- [4] P. P. B. Pairul and S. H. Nasution, "Jahe (*Zingiber Officinale*) Sebagai Anti Ulserogenik," *Medula*, vol. 5, no. 42, 2017.
- [5] P. M. Sandy and Y. Susilawati, "Review Artikel: Manfaat Empiris Dan Aktivitas Farmakologi Jahe Merah (*Zingiber Officinale Roscoe*), Kunyit (*Curcuma Domestica Val.*) Dan Kencur (*Kaempferia Galanga L.*)," *Farmaka*, vol. 19, no. 2, 2021.
- [6] A. Rosidi, A. Khomsan, B. Setiawan, H. Riyadi, and D. Briawan, "Potensi Temulawak (*Curcuma Xanthorrhiza Roxb*) Sebagai Antioksidan," 2016.
- [7] R. A. Khasanah, E. Budiyanto, and N. Widiani, "Pemanfaatan ekstrak sereh (*chymbopogon nardus l.*) Sebagai alternatif anti bakteri *staphylococcus epidermidis* pada deodoran parfume spray\*)," *Jurnal Universitas Negeri Yogyakarta*, 2019.
- [8] M. E. Ma'tan, A. G. Pinaria, J. B. Kaligis, J. F. Watung, F. J. Paat, and D. D. Pioh, "Morfologi Tanaman Dan Analisis Curcumin Temulawak Kuning (*Curcuma xanthorrhiza Roxb.*) di Kelurahan Kinilow," *Jurnal Agroekoteknologi Terapan*, vol. 3, no. 2, 2022.
- [9] Kawiji, R. Utami, and E. N. Himawan, "Pemanfaatan Jahe (*Zingiber officinale Rosc.*) Dalam Meningkatkan Umur Simpan Dan Aktivitas Antioksidan Sale Pisang Basah," *Jurnal Teknologi Hasil Pertanian*, vol. 4, no. 2, 2011.
- [10] Y. C. Sulistyaningsih and D. I. Pradono, "Karakteristik Aksesori Kencur (*Kaempferia galanga L.*) Berdasarkan Komponen Minyak Atsiri Pada Dua Lokasi Yang Berbeda," *Jurnal Tumbuhan Obat Indonesia*, vol. 16, no. 1, pp. 19–29, 2023.
- [11] M. N. Rohmah, "Pemanfaatan dan kandungan kunyit (*Curcuma domestica*) Sebagai Obat Dalam Perspektif Islam," *Es-Syajar: Journal of Islam, Science and Technology Integration*, vol. 2, no. 1, pp. 178–186, Mar. 2024, doi: 10.18860/es.v2i1.18151.