

PENINGKATAN KEMAMPUAN TENTANG MANFAAT TANAMAN OBAT KELUARGA (TOGA) DI LINGKUNGAN MAJELIS TAKLIM MUSLIMATUL HIDAYAH, PONDOK CABE ILIR, TANGERANG SELATAN

Diarsi Eka Yani*), Nurul Huda, Idha Farida, Ernik Yuliana
Program Studi Agribisnis, Fakultas Sains dan Teknologi, Universitas Terbuka
diarsi@ecampus.ut.ac.id*

ABSTRACT

One model of treatment that continues to grow and is in demand today is treatment using natural ingredients which are often known as herbal medicine based on family medicinal plants (TOGA). This community service activity related to TOGA was carried out at the Muslimatul Hidayah Taklim Council, Pondok Cabe Ilir, South Tangerang in 2016, however, it is still relevant to current conditions, where herbal medicine is in great demand by the public as alternative medicine. The number of members of the Group Council is 80 people, who responded to this community service activity as many as 16 people. The problem faced by partners is the lack of knowledge of members of the Group Council about the benefits of TOGA for body health. In addition, members of the Group Council generally have a narrow house yard, then the use of the yard by planting TOGA is the right choice. The method used to overcome these problems is in the form of training. The stages of Abdimas activities are (1) location/licensing surveys, (2) theoretical training on types, and benefits, providing material on several TOGA-based drinks, (3) distributing leaflets for members of the Group Council, (4) measuring aspects of knowledge by filling out questionnaires, and (5) monitoring and evaluation. After they understand the meaning, purpose, types, and benefits of TOGA and how to make TOGA-based drinks, they can practice making TOGA-based drinks to take care of their health.

Key words: Capacity Building, Herbal Medicine, Family Medicinal Plants (TOGA)

ABSTRAK

Salah satu model pengobatan yang terus berkembang dan diminati saat ini adalah dengan pengobatan yang menggunakan bahan-bahan alami yang sering dikenal dengan pengobatan herbal yang berbahan dasar tanaman obat keluarga (TOGA). Kegiatan abdimas yang terkait dengan TOGA ini dilakukan di Majelis Taklim Muslimatul Hidayah, Pondok Cabe Ilir, Tangerang Selatan pada tahun 2016, namun demikian masih relevan dengan kondisi saat ini, dimana pengobatan herbal banyak diminati masyarakat sebagai pengobatan alternatif. Jumlah anggota Majelis Taklim sebanyak 80 orang, dan yang memberi respon pada kegiatan abdimas ini sebanyak 16 orang. Masalah yang dihadapi mitra adalah kurangnya pengetahuan anggota Majelis Taklim tentang manfaat TOGA untuk kesehatan tubuh. Selain itu anggota Majelis Taklim pada umumnya mempunyai pekarangan rumah yang sempit, maka pemanfaatan pekarangan rumah dengan menanam TOGA merupakan pilihan yang tepat. Adapun metode yang dipakai untuk mengatasi masalah tersebut adalah dengan bentuk pelatihan. Tahapan kegiatan Abdimas adalah (1) survey lokasi/perijinan, (2) pelatihan secara teori tentang jenis, manfaat, pemberian materi tentang beberapa minuman berbahan dasar TOGA, (3) penyebaran leaflet untuk anggota Majelis Taklim, (4) pengukuran aspek pengetahuan dengan pengisian kuesioner, dan (5) monitoring serta evaluasi. Setelah mereka memahami tentang pengertian, tujuan, jenis, dan manfaat TOGA serta cara membuat minuman berbahan dasar TOGA, maka mereka dapat mempraktikkan pembuatan minuman berbahan dasar TOGA untuk merawat kesehatan tubuh masing-masing.

Kata kunci: Peningkatan Kemampuan, Pengobatan Herbal, Tanaman Obat Keluarga (TOGA)

PENDAHULUAN

Salah satu fungsi TOGA adalah sebagai sarana untuk mendekatkan tanaman obat kepada upaya-upaya kesehatan masyarakat yang antara lain meliputi: (1) upaya preventif (pencegahan), (2) upaya promotif (meningkatkan derajat kesehatan), dan upaya kuratif (penyembuhan penyakit). Di samping ketiga fungsi tersebut, TOGA juga mempunyai fungsi lainnya, yaitu: (1) sarana untuk memperbaiki status gizi masyarakat, sebab banyak tanaman obat yang dikenal sebagai tanaman penghasil buah-buahan atau sayur-sayuran misalnya lobak, saledri, pepaya, dan lain-lain, (2) sarana untuk pelestarian alam, (3) apabila pembuatan tanaman obat alam tidak diikuti dengan upaya-upaya pembudidayaannya kembali, maka sumber bahan obat alam itu terutama tumbuh-tumbuhan akan mengalami kepunahan, (4) sarana penyebaran gerakan penghijauan, (5) untuk menghijaukan bukit-bukit yang saat ini mengalami penggundulan, dapat dianjurkan penyebarluasan penanaman tanaman obat yang berbentuk pohon-pohon misalnya pohon asam, pohon kedaung, pohon trengguli dan lain-lain, (6) sarana untuk pemerataan pendapatan, (7) sebagai sarana untuk menyediakan bahan obat bagi keluarga dapat pula berfungsi sebagai sumber penghasilan bagi keluarga tersebut, dan (8) sarana keindahan.

Di samping beberapa fungsi di atas, yang sedang menjadi topik hangat dan diminati saat ini adalah model pengobatan dengan menggunakan bahan-bahan alami yang sering dikenal dengan pengobatan herbal yang berbahan dasar toga. Beberapa kelebihan toga dibandingkan dengan obat-obatan kimia adalah (1) tidak memiliki efek samping serta bebas racun, (2) peracikannya lebih mudah, (3) mudah diperoleh, (4) mampu menghilangkan sumber penyakit hingga ke akarnya, dan (5) satu jenis tanaman bisa bersifat multikhasiat.

Mitra abdimas ini adalah kelompok Majelis Taklim Muslimatul Hidayah, Pondok Cabe Ilir, Tangerang Selatan. Kelompok Majelis Taklim ini terbentuk karena kesamaan lokasi tempat tinggal dan terhimpun dalam satu kelompok pengajian yang berjumlah 80 orang, namun yang merespon untuk kegiatan abdimas ini sebanyak 16 orang, dimana anggota kelompok tersebut sangat tertarik untuk mempelajari tentang TOGA sebagai bahan dasar pengobatan herbal sebagai pengisi luang waktu di rumah juga sebagai tanaman budidaya yang bisa ditanaman di pekarangan rumah yang sempit.

Jenis TOGA yang bisa dibudidayakan adalah jenis-jenis tanaman yang memenuhi kriteria sebagai berikut:

- Jenis tanaman disebutkan dalam buku pemanfaatan tanaman obat.
- Jenis tanaman yang lazim digunakan sebagai obat di daerah pemukiman.
- Jenis tanaman yang dapat tumbuh dan hidup dengan baik di daerah pemukiman.
- Jenis tanaman yang hampir punah
- Jenis tanaman yang masih liar
- Jenis tanaman obat yang disebutkan dalam buku pemanfaatan tanaman adalah tanaman yang sudah lazim di tanam di pekarangan rumah atau tumbuh di daerah pemukiman.

Beberapa Contoh dan Manfaat TOGA

- **Saledri (*Apium graveolens*)**



Gambar 1. Saledri

- ✓ Selain digunakan sebagai tanaman penyedap rasa, saledri berfungsi sebagai obat asam urat, karena kaya akan unsur kalsium dan fosfor.
- ✓ Cara membuat: rebus beberapa helai saledri untuk segelas air, didinginkan dan diminum setiap pagi.

- **Temulawak (*Curcuma xanthorrhiza*)**



Gambar 2. Temulawak

- ✓ Temulawak merupakan tanaman obat Indonesia yang memiliki kandungan kurkumin yang berguna sebagai anti radang ataupun anti keracunan empedu. Walaupun temulawak tidak mampu menjadi [obat kanker hati](#), namun temulawak mampu mencegahnya karena temulawak mampu mengobati penyakit Hepatitis B yang berperan sebagai faktor utama penyakit kanker hati.
- ✓ Cara membuat: iris tipis temulawak 1 ruas, tambah kayu manis 4 cm, selanjutnya seduh dengan air panas 300 ml, dan tambahkan madu 1 sendok makan. Minum setiap pagi hari sebelum sarapan.

- **Daun Dewa (*Gynura divaricata*)**



Gambar 3. Daun Dewa

- ✓ Daun Dewa dipercaya mempunyai banyak manfaat bagi kesehatan. Daun Dewa mengandung minyak atsiri, saponin dan lain-lain. Daun Dewa dapat digunakan sebagai [obat penyakit stroke](#) ataupun pencegah datangnya penyakit stroke. Di samping itu mampu juga mengobati luka memar dan penurunan darah tinggi.

- **Mengkudu**



Gambar 4. Mengkudu

- ✓ Tanaman herbal selanjutnya adalah mengkudu. Mengkudu adalah tanaman yang kaya manfaat untuk tubuh manusia. Ciri khas dari buah mengkudu adalah aromanya yang kurang sedap. Manfaat mengkudu antara lain sebagai obat jantung koroner, stroke dan lain sebagainya
- ✓ Cara membuat: mengkudu 1 buah, apel 2 buah, jeruk nipis 2 buah, air 2 gelas, madu secukupnya, lalu diblender dan siap untuk diminum.

- **Daun kemangi**



Gambar 5. Daun Kemangi

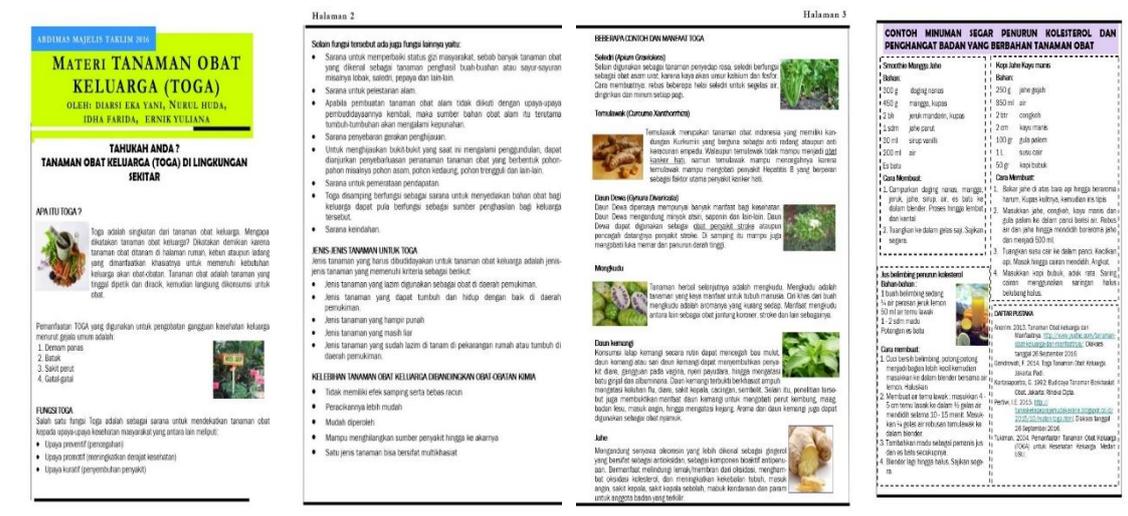
- ✓ Konsumsi lalap kemangi secara rutin dapat mencegah bau mulut, daun kemangi atau sari daun kemangi dapat menyembuhkan penyakit diare, gangguan pada vagina, nyeri payudara, hingga mengatasi batu ginjal dan albuminaria. Daun kemangi terbukti berkhasiat ampuh mengatasi keluhan flu, batuk, diare, sakit kepala, cacingan, sembelit. Selain itu, penelitian tersebut juga membuktikan manfaat daun kemangi untuk mengobati perut kembung, maag, badan lesu, masuk angin, hingga mengatasi kejang. Aroma dari daun kemangi juga dapat digunakan sebagai obat nyamuk.
- ✓ Cara membuat: daun kemangi 25 gram yang dicuci bersih, disobek-sobek, dan dimasukkan dalam air 500 ml. Simpan dalam botol, dan diamkan selama 4 -5 jam

dalam kulkas. Bila akan diminum keluarkan dari kulkas dan biarkan agar tidak dingin baru diminum.

METODE UNTUK MENGATASI MASALAH MITRA HASIL DAN PEMBAHASAN

Terkait dengan masalah mitra yaitu kurangnya pengetahuan anggota Majelis Taklim tentang manfaat TOGA untuk kesehatan tubuh juga ditunjang dengan kepemilikan lahan yang sempit, maka tim dari UT melalui program abdimas memberikan pelatihan secara teori tentang jenis, manfaat, beberapa minuman berbahan dasar TOGA kepada anggota Majelis Taklim Muslimatul Hidayah.

Program abdimas ini sebagai salah satu bentuk Tri Dharma Perguruan Tinggi yang wajib dilakukan oleh dosen UT. Pelatihan yang dimaksud adalah untuk memberikan pengetahuan dan informasi kepada anggota Majelis Taklim Muslimatul Hidayah tentang TOGA di lingkungan sekitar. Sebelum diberikan penyuluhan, anggota Majelis Taklim dibagikan leaflet tentang TOGA, selanjutnya dilakukan penyuluhan. Materi yang diberikan yang berupa pengetahuan tentang (1) pengertian TOGA, (2) fungsi TOGA, (3) jenis-jenis tanaman TOGA, (4) kelebihan TOGA dibandingkan obat-obatan kimia, (5) contoh dan manfaat TOGA, dan resep minuman segar penurun kolesterol dan penghangatan badan yang berbahan toga seperti yang ada pada leaflet berikut.



Gambar 6. Leaflet Materi Abdimas

Setelah dilakukan pelatihan untuk mengetahui tingkat pemahaman peserta tentang TOGA yang telah disosialisasikan, selanjutnya tim abdimas memberikan kuesioner yang harus diisi anggota majelis taklim.

Hasil analisis data dari kuesioner yang terkumpul, menunjukkan bahwa hampir semua anggota Majelis Taklim Muslimatul Hidayah yang menjadi peserta abdimas menyatakan mengetahui dan memahami tentang TOGA, baik mengenai pengertian TOGA, maupun tentang manfaat, kelebihan, dan contoh TOGA. Mengingat yang diukur dalam kuesioner tersebut adalah baru ditinjau dari aspek pengetahuan, maka di lain kesempatan perlu juga diketahui tentang sikap

mental dan keterampilan peserta terhadap TOGA. Sikap tersebut perlu digali untuk mengetahui apakah pemahaman mereka tentang TOGA, akan dibarengi dengan kemauan mereka untuk mempraktekkannya dalam kesehariannya.

Ditinjau dari segi latar belakang peserta abdimas, diketahui bahwa sebagian besar anggota Majelis Taklim adalah ibu rumah tangga dengan usia antara 40 sampai 54 tahun. Sedangkan latar belakang pendidikan mereka bervariasi mulai dari yang terendah sekolah dasar (SD), Sekolah Menengah Pertama (SMP), Sekolah Menengah Atas (SMA), sampai D1 Pendidikan Guru dan Taman Kanak-kanak (PGTK).

Dokumentasi kegiatan abdimas penyuluhan TOGA di lingkungan Majelis Taklim Muslimatul Hidayah Pondok Cabe Ilir, Tangerang Selatan sebagai berikut,



Gambar 7. Pemberian Materi Abdimas



Gambar 8. Diskusi dengan Anggota Majelis Taklim



Gambar 9. Penyebaran Kuesioner kepada Anggota Majelis Taklim

SIMPULAN

Kesimpulan dari kegiatan KKN-PPM UNWAR Kelompok 2 di Desa Peguyangan Kaja adalah sebagai berikut: 1) KKN sangat membantu program yang dicanangkan oleh pemerintah dalam memberdayakan masyarakat, 2) Pelaksanaan KKN bisa ikut menggali potensi desa/masyarakat yang belum dikelola dengan maksimal oleh pemerintah setempat, 3) Pemerintah dan masyarakat harus ikut mendukung penuh kegiatan KKN-PPM, 4) tidak disediakan dana yang cukup dalam pelaksanaannya sehingga partisipasi masyarakat dan pemerintah sangat dibutuhkan.

REFERENSI

- Ardiawati, P., Astuti, D. I., Suantika, G., & Simatupang, T. M. (2016). Pengembangan Potensi Lokal Di Desa Panawangan Sebagai Model Desa Vokasi Dalam Pemberdayaan Masyarakat Dan Peningkatan Ketahanan Pangan Nasional. *Jurnal Sositologi*, 15(2), 59–67.
- Arami, M. W., Purnamasari, N., & Rahayu, S. (2022). Analisa Yang Mempengaruhi Keputusan Tenaga Kesehatan Melakukan Vaksinasi Covid-19 Dosis Lanjutan (Booster). *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur : Berbeda, Bermakna, Mulia*, 8(2), 51–54.
- Arida, I. N. S. (2016). *Buku Ajar Pariwisata Berkelanjutan*.
- Effendy, A. A., & Sunarsi, D. (2020). Persepsi Mahasiswa Terhadap Kemampuan Dalam Mendirikan UMKM Dan Efektivitas Promosi Melalui Online Di Kota Tangerang Selatan. *JURNAL ILMIAH MEA (Manajemen, Ekonomi, Dan Akuntansi)*, 4(3), 702–714. Retrieved from <https://journal.stiemb.ac.id/index.php/mea/article/download/571/248>
- Endah, K. (2020). Pemberdayaan Masyarakat : Menggali Potensi. *Jurnal MODERAT*, 6, 135–143.
- Habib, M. A. F. (2021). Kajian Teoritis Pemberdayaan Masyarakat Dan Ekonomi Kreatif. *Journal of Islamic Tourism, Halal Food, Islamic Traveling, and Creative Economy*, 1(2), 106–134. <https://doi.org/10.21274/ar-rehla.v1i2.4778>
- Profita, A. C. (2018). Beberapa Faktor Yang Berhubungan Dengan Keaktifan Kader Posyandu Di Desa Pengadegan Kabupaten Banyumas. *Jurnal Administrasi Kesehatan Indonesia*, 6(2), 68. <https://doi.org/10.20473/jaki.v6i2.2018.68-74>
- Rosidi, A., Prastyo, H., & Zusrony, E. (2021). Peranan Perbankan Syariah Dalam Pemberdayaan UMKM Sebagai Upaya Peningkatan Kualitas Hidup Masyarakat Kota Salatiga. *Jurnal Ilmiah Ekonomi Islam*, 7(2), 1068–1075. <https://doi.org/10.29040/jiei.v7i2.2565>
- Salsabila, I. A., & Meiyanto, E. (2020). Menjaga Hidup Bersih dan Sehat Pasca Pandemi. Retrieved from <http://farmasi.ugm.ac.id/id/menjag%0Aa-hidup-bersih-dan-sehat-pascapandemi-covid-19>
- Soleh, A. (2017). Strategi Pengembangan Potensi Desa. *Jurnal Sungkai*, 5(1), 35–52.
- Subiyakto, B., Syaharrudin, & Rahman, G. (2016). Nilai-nilai gotong royong pada tradisi bahaul dalam masyarakat banjar di desa andhika sebagai sumber pembelajaran ips 1. *Jurnal Vidya Karya*, 31(2), 153–165.
- Syahidan, N. M., & Nurizqia, R. (2021). Dampak Pandemi Covid-19 Terhadap Kehidupan dan Perekonomian Masyarakat Dabo Singkep Kabupaten Lingga Kepulauan Riau. *Proceedings Uin Sunan ...*, (November). Retrieved from <https://proceedings.uinsgd.ac.id/index.php/proceedings/article/view/431>

- Umam, A., Syari, W., Nurdiansyah, A., & Sholeha, A. (2020). *Peningkatan Dan Pemberdayaan Manusia Cekatan (Cerdas, Kreatif, Akhlakul Karimah, Terampil, Sehat Dan Mandiri) Melalui Pendidikan Nonformal Di Desa Sibanteng*. 4(2), 139–145.
- Yudhawardhana, A. N. (2017). Kegiatan Jumat Bersih di Lingkungan Sekolah sebagai Bentuk Sikap Gotong Royong dalam Membentuk Karakter Siswa. *Prosiding SENASGABUD (Seminar Nasional Lembaga Kebudayaan)*, 1(1), 1–6.