

# Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga untuk Kesehatan Masyarakat

## *Utilization of Family Medicinal herbs for Public Health*

Lelie Amalia Tusshaleha<sup>\*1</sup>, Dedent Eka Bimma H<sup>1</sup>, Syamsul Rahmat<sup>2</sup>, Recta Olivia Umboro<sup>1</sup>, Putri Ramdaniah<sup>2</sup>, Depi Yuliana<sup>2</sup>, Laili Apriani<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Prodi D3 Farmasi, Universitas Qamarul Huda Badaruddin Bagu, Lombok

<sup>2</sup>Prodi S1 Farmasi, Universitas Qamarul Huda Badaruddin Bagu, Lombok

\*Korespondensi: [lelieamalia90@gmail.com](mailto:lelieamalia90@gmail.com)

### Info Artikel

Diterima:

11 Juli 2024

Dipublikasikan:

27 Juli 2024

### ABSTRAK

Tanaman obat keluarga merupakan tanaman yang secara sengaja ditanam manusia maupun tumbuh secara liar yang dapat dijadikan sebagai obat dalam rangka pemenuhan obat di kalangan masyarakat. Salah satu pilihan masyarakat untuk ditanam di lahan pekarangan dengan pertimbangan karena dapat dimanfaatkan untuk kesehatan adalah TOGA. Salah satu fungsi TOGA adalah sebagai sarana untuk mendekatkan tanaman obat kepada upaya-upaya kesehatan masyarakat meliputi upaya preventif (pencegahan), upaya promotif (meningkatkan atau menjaga kesehatan) dan upaya kuratif (penyembuhan penyakit). Sosialisasi ini bertujuan untuk memberikan informasi tentang tanaman obat yang ada di sekitar. Metode yang digunakan yaitu dengan penyampaian informasi ke individu secara langsung dengan *door to door* disertai pemeriksaan tekanan darah. Dari hasil sosialisasi yang telah dilakukan diperoleh bahwa masyarakat sudah memanfaatkan tanaman obat yang ada disekitar untuk mengobati penyakit mereka seperti mengonsumsi mentimun, jahe, seledri, jeruk nipis, jambu biji dan beberapa tanaman lainnya namun masyarakat masih belum mengetahui dengan baik tentang cara pengolahan tanaman obat tersebut dengan benar.

**Kata kunci:** Sosialisasi, Tanaman obat, Toga

### ABSTRACT

*Family medicinal herbs are plants that are intentionally planted by humans or grow wildly which can be used as medicine in order to fulfill medicine in the community. One of the choices of the community to be planted in the yard with consideration because it can be utilized for health is TOGA. One of the functions of TOGA is as a means to bring medicinal plants closer to public health efforts including preventive efforts (prevention), promotive efforts (improving or maintaining health) and curative efforts (healing diseases). This socialization aims to provide information about medicinal herbs around. The method used is by delivering information to individuals directly by door to door accompanied by blood pressure checks. From the results of the socialization that has been carried out, it is obtained that the community has used medicinal plants around to treat their diseases such as consuming cucumbers, ginger, celery, lime, guava and several other plants but the community still does not know well about how to process these medicinal herbs properly.*

**Keywords:** Medicinal herbs, Socialization, Toga



This is an open access article under the [CC BY-NC](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/) 4.0 license.

## 1. Pendahuluan

Tanaman obat keluarga merupakan tanaman yang secara sengaja ditanam manusia maupun tumbuh secara liar yang dapat dijadikan sebagai obat dalam rangka pemenuhan obat di kalangan masyarakat (Anggraeni dan Suryanti, 2019). Tanaman obat keluarga pada hakikatnya sebidang tanah baik di halaman rumah, kebun ataupun ladang yang digunakan untuk

membudidayakan tanaman yang berkhasiat sebagai obat dalam rangka memenuhi keperluan keluarga akan obat-obatan. Dari penggunaan obat-obatan asal bahan alam tersebut, masyarakat dapat mengatasi masalah-masalah kesehatan yang dihadapinya. Hal ini menunjukkan bahwa obat yang berasal dari sumber bahan alam khususnya tanaman telah memperlihatkan peranannya dalam penyelenggaraan upaya-upaya kesehatan masyarakat.

Tanaman obat keluarga (TOGA) menjadi salah satu pilihan masyarakat untuk ditanam di lahan pekarangan dengan pertimbangan karena dapat dimanfaatkan untuk kesehatan. Tanaman obat dapat dijadikan obat yang aman, tidak mengandung bahan kimia, murah, dan mudah didapat. TOGA memiliki fungsi ganda selain sebagai dekorasi halaman, tanaman obat berfungsi sebagai ramuan alami untuk mengobati berbagai penyakit yang seringkali timbul. Salah satu fungsi TOGA adalah sebagai sarana untuk mendekatkan tanaman obat kepada upaya-upaya kesehatan masyarakat meliputi: 1) upaya preventif (Pencegahan) 2). Upaya promotif (meningkatkan atau menjaga kesehatan) dan yang ke 3). Upaya kuratif (penyembuhan penyakit) (Mindarti S, 2015)

Obat tradisional merupakan obat yang digunakan sebagian besar masyarakat sebagai bahan baku obat secara turun menurun. Penggunaan tumbuh-tumbuhan dalam penyembuhan adalah pengobatan tertua didunia . Pemanfaatan tanaman obat di Indonesia merupakan program alternatif untuk memenuhi kebutuhan dasar dalam pelayanan kesehatan. Menurut Karyadi Bhakti, *et al.*, (2016) sampai saat ini pendayagunaan tanaman obat dapat mencakup masyarakat lebih luas dan merata, baik masyarakat pedesaan maupun perkotaan. Penggunaan obat tradisional dinilai relatif lebih aman dibandingkan dengan obat konvensional, sehingga saat ini semakin banyak peminatnya. Kelebihan lainnya adalah obat tradisional memiliki efek samping yang relatif rendah dan juga obat tradisional mudah diperoleh karena bahan bakunya dapat ditemukan di lingkungan sekitar. Masyarakat luas beranggapan bahwa penggunaan obat tradisional lebih aman dibandingkan dengan obat kimia sehingga mereka lebih menyukai penggunaan obat tradisional sebagai penyembuhan penyakit.

Indonesia merupakan rumah dari 30000 tanaman dari 40000 total jenis tumbuhan obat di dunia. Meskipun jumlah tanaman obat di Indonesia begitu besar namun tanaman-tanaman ini belum dimanfaatkan secara maksimal oleh masyarakat Indonesia. Pemanfaatan tumbuhan sebagai obat bukan hal yang baru dan telah lama dikembangkan di Indonesia (Ridwan, 2007). Namun, masih banyak warga di daerah pelosok dengan tingkat ekonomi rendah yang masih tidak memanfaatkan

tumbuhan obat meskipun ekosistem di daerahnya sangat mendukung. Penelitian lain juga mengkonfirmasi bahwa infrastruktur dan faktor ekonomi merupakan salah satu penyebab minimnya jumlah spesies tumbuhan obat yang digunakan masyarakat (Susanto, 2017).

Hal ini sangat disayangkan mengingat pengetahuan tentang pembuatan tanaman obat keluarga (TOGA) serta pemanfaatannya akan sangat berguna bagi warga di daerah. Tidak hanya untuk pengobatan dan kesehatan keluarga tetapi informasi tersebut dapat juga digunakan untuk meningkatkan perekonomian warga, mengingat harga obat kimiawi yang masih terbilang tinggi, sehingga penggunaan tumbuhan obat bisa menjadi alternatif pengobatan.

Melihat bagaimana melimpahnya tanaman di sekitar lingkungan tempat tinggal masyarakat membuat kami menyadari potensi apa yang bisa di capai oleh masyarakat di Desa gemel khususnya di dusun Kebun Tengah, hal itu yang mendorong kami untuk mengajak masyarakat menambah wawasan terhadap TOGA. Di dusun Kebun Tengah sendiri banyak masyarakat yang menanam berbagai tumbuhan yang memiliki manfaat selain sebagai rempah rempah di dapur, seperti jahe, kunyit, sereh, sirih, kemangi, kelapa, kersen, turi, dan banyak lagi. Meskipun beberapa dari masyarakat mengetahui kegunaan beberapa tanaman sebagai obat namun mereka masih belum mengetahui secara tepat cara mengolahnya menjadi obat yang baik dan higienis agar tercapai indikasi yang diinginkan.

## 2. Metode Kegiatan

Kegiatan ini dilaksanakan pada Tanggal 5 Mei 2024 di masyarakat Dusun Kebun Tengah, Desa Gemel, Kecamatan Jonggat, Kabupaten Lombok Tengah. Peserta yang ditargetkan untuk mengikuti kegiatan pengabdian dengan tema "Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga Untuk Kesehatan Masyarakat" adalah sejumlah 20 orang. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan secara sosialisasi.

- a. Penyampaian materi ke individu dan kelompok kecil kepada masyarakat secara *door to door*.
- b. Pemeriksaan tekanan darah secara gratis.

Pokok materi yang disampaikan yaitu pengertian TOGA, tujuan TOGA, mengapa TOGA perlu dimanfaatkan dan contoh pemanfaatan TOGA misalnya jahe untuk mengobati batuk dan perut kembung. Kemudian, seledri untuk mengobati hipertensi dengan cara merebus beberapa helai seledri dengan 1 liter air sampai air sedikit menyusut lalu disaring dan diminum 1 kali sehari atau bisa juga dengan diolah seperti jus.

### 3. Hasil Dan Pembahasan

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian dengan sosialisasi secara *door to door* ke individu dan kelompok kecil yang dilaksanakan pada tanggal 5 Mei 2024 di masyarakat Dusun Kebun Tengah, Desa Gemel, Kecamatan Jonggat, Kabupaten Lombok Tengah yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan tentang jenis, manfaat serta cara pemanfaatan tanaman obat. Diharapkan dari kegiatan ini masyarakat menjadi lebih sadar tentang pentingnya menanam tanaman obat di lingkungan sekitar khususnya pekarangan. Hal ini didukung dengan penelitian Aini (2017) yang menyatakan bahwa kegiatan sosialisasi yang bertujuan untuk mengubah kesadaran, pola pikir, dan gaya hidup masyarakat perlu diadakan.



Gambar 1. Beberapa peserta yang mengikuti kegiatan

Berdasarkan hasil wawancara, terdapat beberapa masyarakat Dusun Kebun Tengah Desa Gemel Kabupaten Jonggat Lombok Tengah yang sudah memanfaatkan tanaman sebagai obat-obatan mereka seperti misalkan mentimun yang dikonsumsi secara langsung tanpa diolah untuk menurunkan tekanan darah, hal ini sesuai berdasarkan penelitian yang dilakukan Illis *et al*, (2022) bahwa ada pengaruh mentimun terhadap

penurunan tekanan darah pasien hipertensi. Selain mentimun, masyarakat juga menggunakan buah jeruk nipis yang biasa dicampur dengan kecap atau madu sebagai obat batuk. Dikutip dari penelitian Fitriana *et al*, (2022) Jeruk nipis (*Citrus aurantifolia*) merupakan salah satu tumbuhan yang bisa digunakan sebagai obat. Bagian utama yang digunakan adalah buahnya. Selain itu daun, bunga, dan akar juga bisa digunakan sebagai obat. Jeruk nipis mengandung minyak esensial dari golongan monoterpen yaitu *limonene* dan *linalool*. Selain itu jeruk nipis juga mengandung minyak atsiri, senyawa flavonoids, seperti flavanones, limonoids dan hesperidin Efek farmakologis yang dimiliki oleh jeruk nipis diantaranya antedemam, mengurangi batuk, anti-inflamasi dan antibakteri. Adapun pohon jambu biji ditemukan tumbuh di pekarangan masyarakat dan oleh masyarakat biasa untuk mengobati diare. Berdasarkan artikel Kemenkes (2022) bahwa jambu biji paling banyak digemari oleh masyarakat, karena memiliki kandungan vitamin C terbesar dibandingkan dengan buah lainnya. Vitamin C yang banyak itu sebagai antioksidan, selain itu jambu biji digunakan sebagai obat diare, disentri, dan menurunkan kolesterol. Jambu biji dapat dikonsumsi langsung maupun dijadikan berbagai olahan, contohnya jus dan selai. Tidak saja buah, daun jambu biji dapat dimanfaatkan untuk pengobatan seperti gangguan pada saluran cerna.

Tabel 1. Penyakit Masyarakat Dusun Kebun Tengah, Desa Gemel

No	Nama penyakit	Jumlah
1	Hipertensi	15
2	Diabetes Mellitus	8
3	Gout	10
4	Gastritis	10
5	Asma	2
6	Sedang sakit ringan (batuk, pilek)	4

Dari hasil pemeriksaan tekanan darah dan observasi langsung terhadap 28 peserta sosialisasi, diperoleh beberapa informasi penyakit yang ditampilkan pada tabel 1. Terlihat bahwa penyakit hipertensi merupakan penyakit yang paling banyak, oleh karena itu banyak diantara paserta yang mengkonsumsi mentimun.

Sehingga didapatkan bahwa pengetahuan masyarakat Dusun Kebun Tengah, Desa Gemel,

Kecamatan Jonggat, Kabupaten Lombok Tengah cukup baik dalam memanfaatkan tanaman obat di sekitar. Namun, masyarakat masih belum mengetahui dengan baik cara pengolahan tanaman-tanaman yang bermanfaat untuk obat-obatan tersebut dan belum banyak masyarakat yang memanfaatkan lahan atau pekarangan rumah untuk menanam tanaman obat.



Gambar 2. Pemeriksaan Tekanan Darah



Gambar 3. Penyampaian informasi

#### 4. Simpulan

Dari hasil kegiatan sosialisasi yang sudah dilakukan dapat disimpulkan bahwa:

- Masyarakat sudah memanfaatkan beberapa tanaman obat untuk mengobati penyakitnya
- Wawasan masyarakat bertambah terhadap pemanfaatan dan penggunaan tanaman obat yang ada di sekitar.

#### Ucapan Terima Kasih

Penulis sampaikan ucapan terima kasih kepada:

- Sege nap masyarakat Dusun Kebun Tengah, Desa Gemel, Kecamatan Jonggat, Kabupaten Lombok Tengah. NTB atas izin dan partisipasinya.

- Mahasiswa Farmasi Universitas Qamarul Huda Badaruddin Bagu yang ikut membantu dalam proses kegiatan sosialisasi.
- Tim Dosen atas saran dan bantuan sehingga kegiatan sosialisasi dan tulisan dapat berjalan dengan lancar.

#### Referensi

- Aini, N. L. (2017). *Proses Komunikasi Dalam Sosialisasi Pemanfaatan Taman Obat Keluarga (TOGA) (Analisis Deskriptif Kualitatif tentang Proses Komunikasi dalam Sosialisasi Tim Penggerak PKK Desa Ngunut Mengenai Pemanfaatan TOGA kepada Masyarakat di Desa Ngunut, Kecamatan Juma.*
- Anggraeni, D. F. P., Suryati. (2019). Pengaruh Pemanfaatan Aktifasi "Pojok TOGA" terhadap Peningkatan Hasil Belajar dan Peduli Lingkungan Siswa Kelas IV SDN Benowo 1 Surabaya. *Jurnal Penelitian Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, 8(01), 69-78.
- Hasil Belajar dan Peduli Lingkungan Siswa Kelas IV SDN Benowo 1 Surabaya. *JPGSD*, 08(01), 69-78
- Fitriana, Fitriana, Safridha Kemala Putri, and Darmawati Darmawati. "Kombinasi ekstrak jeruk nipis dan madu dalam meningkatkan daya hambat Staphylococcus aureus." *Jurnal SAGO Gizi Dan Kesehatan* 4, no. 1 (2022): 72-80.
- Mahbubah, I., & Rahman, H. F. (2022). Pengaruh Mentimun Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 4(3), 747-756.
- Kasrina, Kasrin, Endang Widi Winarni, Bhakti Karyadi, and Aceng Ruyani. —Ethonobotanical Study of Medical Plants by Lembak Ethnic Bengkulu as a Source of Learning Biology. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research* 295 (2018).
- Kemendes, 2022. Direktorat Jendral Pelayanan Kesehatan. [https://yankes.kemkes.go.id/view\\_artikel/162/yuk-ketahui-manfaat-buah-jambu-biji-untuk-kesehatan-tubuh#:~:text=Hal%20ini%20karena%20jambu%20biji,di%20usus%20yang%20menyebabkan%20diare.](https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/162/yuk-ketahui-manfaat-buah-jambu-biji-untuk-kesehatan-tubuh#:~:text=Hal%20ini%20karena%20jambu%20biji,di%20usus%20yang%20menyebabkan%20diare.)

Mindarti Susi, Bebet Nurbaeti, 2015. *Tanaman Obat Keluarga (Toga) Balai Pengkajian Teknologi Pertanian (BPTN)*. Jawa barat.  
Ridwan. 2007. *Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga*. Jakarta: Pusat Perbukuan Departemen Pertanian

Susanto, A. (2017). Komunikasi dalam Sosialisasi Tanaman Obat Keluarga (TOGA) di Kecamatan Margadana. *Parapemikir: Jurnal Ilmiah Farmasi*, 6(1).

---

URL artikel: <https://wpcpublisher.com/jurnal/index.php/jurnalpengmas/article/view/413>