

Pengabdian Kepada Masyarakat : Penyuluhan Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) di Desa Wori Kecamatan Wori Kabupaten Minahasa Utara

Christel N. Sambou^{1*}, Wilmar Maarisit¹, Douglas N. Pareta¹, Jabes W. Kanter¹

¹Program Studi Farmasi, Fakultas MIPA, Universitas Kristen Indonesia Tomohon

*Penulis Korespondensi; christelsambou09@gmail.com

Diterima: 28 Juli 2020 ; Disetujui : 25 Oktober 2020

ABSTRAK

Tanaman obat keluarga atau biasa disebut TOGA sebelumnya tanaman obat keluarga biasa disebut dengan nama apotek hidup. Kegiatan Pengabdian berupa Penyuluhan ini dilakukan di Jemaat GMIM Dalo Su Mawu Desa Wori Kecamatan Wori Kabupaten Minahasa Utara pada tanggal 17 Februari 2020 dengan cara sosialisasi presentasi dan pembagian brosur mengenai pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) pada penyakit yang sering di alami ibu hamil dan menyusui, balita, remaja, dewasa dan lansia untuk bisa diterapkan pada masing-masing keluarga.

Kata kunci : Penyuluhan, Tanaman Obat Keluarga, Pengobatan Bahan Alam

ABSTRACT

Family medicinal plants or commonly called TOGA, previously family medicinal plants were commonly called living pharmacies. This service activity in the form of counseling was carried out at the GMIM Dalo Su Mawu Congregation, Wori Village, Wori District, North Minahasa Regency on February 17 2020 by means of socializing presentations and distributing brochures regarding the use of Family Medicinal Plants (TOGA) in diseases that are often experienced by pregnant and lactating women, toddlers, adolescents, adults and the elderly to be applied to each family..

Keywords: Counseling, Family Medicinal Plants, Treatment of Natural Materials

PENDAHULUAN

Tanaman obat keluarga atau biasa disebut TOGA sebelumnya tanaman obat keluarga biasa disebut dengan nama apotek hidup. Tanaman obat keluarga merupakan beberapa jenis tanaman obat pilihan yang dapat 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-pot atau dilahan sekitar rumah. Dengan memahami manfaat dan khasiat dan jenis tanaman tertentu, tanaman obat menjadi pilihan keluarga dalam memilih obat alami yang aman¹.

Pelayanan kesehatan tradisional merupakan bagian dari upaya kesehatan secara menyeluruh. Keterpaduan seluruh pelaku upaya kesehatan memastikan tercapainya tujuan pembangunan tersebut. Peningkatan kesadaran, motivasi dan kemampuan masyarakat untuk hidup sehat akan mempercepat pencapaian status kesehatan yang optimal. Dengan demikian, peningkatan kapasitas masyarakat dalam perawatan kesehatan secara mandiri melalui pemanfaatan TOGA dan Akupresur, sebagai upaya pertolongan pertama pada diri sendiri dan keluarga².

Berdasarkan hasil survey bahwa masyarakat Desa Wori Kecamatan Wori Kabupaten Minahasa Utara berada pada daerah tepi pantai dan memiliki pekarangan rumah dan digunakan untuk tanaman bahan dapur namun ternyata tanaman tersebut bisa juga digunakan sebagai pengobatan tradisional sehingga perlu dilakukan penyuluhan terkait manfaat tanaman obat keluarga (TOGA) pada penyakit yang

sering di alami ibu hamil dan menyusui, balita, remaja, dewasa dan lansia

METODE PENELITIAN

Kegiatan Pengabdian berupa Penyuluhan ini dilakukan di Jemaat GMIM Dalo Su Mawu Desa Wori Kecamatan Wori Kabupaten Minahasa Utara pada tanggal 17 Februari 2020 dengan cara sosialisasi presentasi dan pembagian brosur mengenai pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) pada penyakit yang sering di alami ibu hamil dan menyusui, balita, remaja, dewasa dan lansia untuk bisa diterapkan pada masing-masing keluarga.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Peserta penyuluhan sebanyak 35 orang (42.17%) berjenis kelamin laki-laki dan 48 orang (57.83%) berjenis kelamin perempuan dengan

kata lain jumlah peserta perempuan lebih banyak dari pada peserta laki-laki. Sedangkan untuk usia peserta yang terbanyak berusia 26-60 tahun sebanyak 51 orang (61.44%), diatas 60 tahun sebanyak 22 orang (26.51%) dan dibawah 26 tahun sebanyak 10 orang (12.05%).

Tabel 1. Karakteristik Peserta Penyuluhan

No.	Karakteristik	Frekuensi	Persentase (%)
1	Laki-Laki	35	42.17
	Perempuan	48	57.83
	Total	83	100
2	Usia		
	• <26 th	10	12.05
	• 26-60 th)	51	61.44
	• >60th	22	26.51
	Total	83	100

Tabel 2. Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga²

No.	PEMANFAATAN TANAMAN	TANAMAN DIGUNAKAN	CARA PEMBUATAN	CARA PEMAKAIAN
1.	Ibu Hamil, Nifas dan Menyusui	Temulawak 7 iris	Campurkan semua bahan kemudian direbus dalam air mendidih selama 10 sampai 15 menit dengan api kecil.	Diminum 2 kali sehari, pagi dan menjelang tidur malam.
	Meningkatkan Produksi Asi	Meniran ½ genggam		
		Pegagan ¼ genggam	Direbus sampai mendidih kurang lebih 15 menit	Air rebusan hangat-hangat kuku dipakai Untuk membersihkan keputihan dengan cara disiramkan ke daerah kewanitaan. Lakukan sehari 2 kali sampai sembuh
	Keputihan	Air 3 gelas		
2	Balita	Sirih 10 lembar	Kencur dikupas dan diparut (parutan nya dialasi daun pisang), tambahkan air ¾ cangkir lalu diperas dan disaring dengan menggunakan kain bersih/ saringan teh.	Diminum 4-5 kali sehari 1 sendok makan.
	Meredakan Batuk	Air 5 gelas		
		Rimpang kencur 2 jari	Ketumbar ditumbuk halus, seduh dengan air, setelah hangat tambahkan madu dan aduk rata.	Minum 1 kali sehari, selama 1 minggu.
	Meningkatkan Nafsu makan	Air matang ¾ cangkir.		
		Ketumbar 1 sendok the		
		Madu secukupnya		
		Air 1 cangkir		

3	Remaja Anemia		Daun Kelor 2 genggam Air 2 cangkir	Rebus air sampai mendidih, masukkan daun Kelor lalu matikan api. Didihkan air, masukkan biji kedawung yang sudah dimemarkan, setelah 5 menit masukkan rimpang temulawak, asam jawa dan daun sembung. Rebus selama 10 menit, masukkan gula aren menjelang rebusan akan diangkat.	Dewasa = 2 kali sehari 1 cangkir Anak = 2 kali sehari ½ cangkir Diminum dalam keadaan hangat 2 kali sehari selama nyeri haid.
	Mengurangi Nyeri Haid		Rimpang temulawak 3 iris Biji kedawung 8 butir Daun sembung 1/3 genggam Asam Jawa secukupnya Gula aren secukupnya Air 3 gelas		
4	Usia Kerja Mengatasi Kram Otot		Daun landep ½ genggam Kapur sirih ½ sendok teh Air matang 2 sendok makan	Daun landep dari jenis berbunga kuning ditumbuk halus dengan kapur sirih, tambahkan air dan aduk sampai rata.	Dilumurkan di bagian yang sakit 2 kali sehari.
	Menurangi Sakit Kepala Migran		Bawang putih 1 siung Pegagan jumpat 1 Air 1½ gelas	Bawang putih dimemarkan, ampurkan semua bahan kemudian direbus dalam air mendidih selama 10-15 menit dengan api kecil.	Diminum 3 kali sehari, masing-masing 1/3 gelas.
5	Lansia Mengatasi Mual dan Muntah		Jahe emprit/jahe putih kecil 2 ibu jari Gula Merah secukupnya Air 1 ½ gelas	Didihkan air terlebih dahulu, setelah itu masukkan jahe yang telah dikupas dan dimemarkan, tambahkan gula merah yang telah dipotong kemudian diaduk. Tutup panci dan matikan kompor. Diminum dalam keadaan hangat-hangat kuku.	Minum ramuan jahe 2 - 3 kali sehari sampai rasa mual hilang.
	Mengatasi Pinggang	Nyeri	Jahe merah 1 jempol Sereh 2 batang Gula merah 1 sendok makan Garam sejung sendok teh Air 2 gelas	Jahe dibakar dan memarkan, masukkan bersama sereh dalam air mendidih. Tunggu 10 menit tambahkan gula merah serut dan garam, aduk-aduk dan dinginkan.	Minum 2 kali sehari.

Literatur yang digunakan pada penyuluhan diambil dari Buku Saku 1 Petunjuk Praktis Toga & Akupresur. Direktorat Bina

Pelayanan Kesehatan Tradisional, Alternatif dan Komplemente Kementrian Kesehatan Republik Indonesia dan dipresentasikan kepada

masyarakat Wori mengenai pengelolaan dan penggunaan yang benar untuk Tanaman Obat Keluarga. Dalam pemanfaatan TOGA metode sosialisasi adalah metode yang efektif untuk memperluas capaian pelaksanaan program pemanfaatan TOGA serta memberikan pembinaan dalam pengelolaan pemanfaatan TOGA sehingga para peserta yang mengikuti program tersebut diharapkan dapat mengaplikasikan pengetahuan yang telah diketahui kedalam kehidupannya³. Metode ini mengikut sertakan tokoh masyarakat dimana kelompok ini adalah kelompok yang memiliki kekuatan dalam penggerakan (empowerment) masyarakat sehingga desiminasi informasi akan terus dilakukan kepada masyarakat di wilayahnya sehingga masyarakat ikut berperan serta dalam pemanfaatan TOGA untuk keperluan sehari-hari⁴.



Gambar 1. Presentasi TOGA



Gambar 2. Peserta Penyuluhan

KESIMPULAN

Setelah dilakukannya kegiatan pengabdian masyarakat pemanfaatan tanaman obat keluarga (TOGA) diperoleh kesimpulan bahwa masyarakat Di Desa Wori Kecamatan Wori, Kabupaten Minahasa Utara telah mengetahui tentang TOGA dan cara pemanfaatannya, dan bisa diaplikasikan pada kegidupan sehari-hari untuk mengatasi penyakit yang paling umum terjadi pada ibu hamil dan menyusui, balita, remaja, dewasa dan lansia.

1. DAFTAR PUSTAKA

1. Savitri A. Tanaman Ajaib Basmi Penyakit dengan TOGA (Tanaman Obat Keluarga) Mengenali Ragam dan Khasiat TOGA Meramu Jamu Tradisional/ Herbal dengan TOGA. Bibit Publisher, Depok. 2016.
2. Kementrian Kesehatan RI. Buku Saku 1 Petunjuk Praktis Toga & Akupresur. Direktur Bina Pelayanan Kesehatan Tradisional, Alternatif dan Komplemente. 2015.
3. Duaja M.D., Kartika E., Mukhlis F. Peningkatan Kesehatan Masyarakat Melalui Pemberdayaan Wanita dalam Pemanfaatan Pekarangan dengan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) di Kecamatan Geragai. Jurnal Pengabdian pada Masyarakat, 2011. No. 52. Hal 74 – 79.
4. Siska Mayang Sari, Ennimay, T. Abdur Rasyid. PEMANFAATAN TANAMAN OBAT KELUARGA (TOGA) PADA MASYARAKAT. DINAMISIA - Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat . 2019. Vol. 3, Hal. 1-7