

PENINGKATAN PEMAHAMAN TENTANG PEMANFAATAN TANAMAN OBAT KELUARGA (TOGA) KEPADA WARGA KAMPUNG SEMPU RT 004/RW 004 CIKARANG, BEKASI

Salma Hilmy Rusydi Hashim^{1*}, Masita Sari Dewi, Lita Hasni Fatna Suri, Indriyani, Annysa Setyowati, Dita Anjely Lestari, Kurnia Putri Bahtari, Dea Amelia Putri, Budi Irawan, Muhammad Dennis Yudha Prasetya

¹Universitas Medika Suherman

Jl. Raya Industri Pasir Gombang Jababeka Cikarang-Bekasi, Jawa Barat, Indonesia.

Abstrak

Tanaman obat keluarga (TOGA) merupakan tanaman berkhasiat yang ditanam diperkarangan rumah. Pemanfaatan TOGA merupakan upaya pencegahan penyakit dan digunakan untuk meningkatkan kesehatan. Tujuan dilakukannya kegiatan untuk meningkatkan pemahaman pemanfaatan TOGA dalam kehidupan sehari-hari. Kegiatan ini dilaksanakan di Kp. Sempu Rt 04/Rw 04 Desa Pasir Gombang. Kecamatan Cikarang Utara, Kabupaten Bekasi. Program ini dilakukan secara observatif dan kegiatan dilakukan selama satu bulan, mahasiswa KKN Universitas Medika Suherman melakukan penyuluhan tanaman obat keluarga (TOGA) Rebusan Akar Manis (*Glycyrrhiza glabra* Linn) sebagai obat batuk, Daun Kencur (*Kaempferia Galanga*) sebagai obat sakit kepala sebelah, Bawang Putih (*Allium sativum* L.) sebagai penurun tekanan darah tinggi, Infuse Water Jahe (*Zingiber Officinale*) sebagai obat pegal-pegal, Ramuan Daun Sirih (*Piper Betle* Linn) sebagai obat sakit tenggorokan dan Ramuan Jahe (*Zingiber officinale*) sebagai obat masuk angin. Hasil menunjukkan penilaian umum masyarakat tentang TOGA semakin meningkat setelah di lakukan kegiatan penyuluhan. Kegiatan ini diharapkan membawa dampak positif kepada masyarakat untuk mulai memahami dan mencegah penyakit dengan tanaman obat keluarga.

Kata Kunci: TOGA, Tanaman Obat Keluarga, Kuliah Kerja Nyata, Kampung Sempu, Cikarang, Bekasi.

Abstract

Family medicinal plants or Tanaman Obat Keluarga (TOGA) are nutritious plants that are grown in the backyard of the house. The use of TOGA to prevent disease and improve health. The purpose of assessing the level of understanding of TOGA utilization is to see people's understanding of the use of TOGA in everyday life. This activity was carried out at Kp. Sempu Rt. 04 / Rw. 04 Pasir Gombang Village. North Cikarang District, Bekasi Regency. This program is carried out observationally, and the activity lasted for one month, KKN students of University Medika Suherman conducted counseling on TOGA Licorice Root Decoction (*Glycyrrhiza glabra* Linn) as a cough medicine, Aromatic Ginger Leaves (*Kaempferia Galanga*) as a headache medicine, Garlic (*Allium sativum* L.) as a high blood pressure lower, Ginger Water Infuse (*Zingiber Officinale*) as a sore medicine, Betel Leaf Herb (*Piper Betle* Linn) as a sore throat medicine, and Ginger Herb (*Zingiber officinale*) as a cold medicine. The results showed that the general public's assessment of TOGA increased after the extension activities. This activity is expected to have a positive impact on the community as it begins to understand and prevent diseases with TOGA

Keywords: TOGA, Family Medicinal Plants, Community Service Program, Sempu Village, Cikarang, Bekasi.

PENDAHULUAN

Tanaman obat keluarga merupakan tanaman berkhasiat yang ditanam diperkarangan rumah dan dirawat keluarga. Manfaat tanaman obat keluarga merupakan upaya pencegahan penyakit dan digunakan untuk meningkatkan kesehatan (S. M. Sari dkk., 2019). Beberapa tanaman obat keluarga yang sering ditemukan dalam kehidupan sehari-hari yaitu seperti daun kencur, akar manis, jahe dan bawang putih.

A. Daun kencur

Kencur digunakan sebagai diare, malnutrisi, rematik, sakit maag, batuk, asma, gangguan saluran pencernaan, demam, ramuan untuk meingkatkan stamina, minuman ibu pasca melahirkan, bahan sauna tradisional. (Silalahi, 2019). Senyawa yang terkandung dalam daun kencur (*Kaemferia galanga*) antara lain flavonoid, minyak atsiri pati, mineral, sineol, asam metil kanil, penta dekaan, asam sinamat, etil ester, borneol, kamfen, paraeumarin, asam anisat, alkaloid, dan gom. Manfaat kencur bisa Anda temukan di daun maupun rimpangnya. Daun dan rimpang kencur bisa digunakan untuk mengatasi ketombe dan nyeri seperti sakit kepala, sakit gigi, dan sakit perut Kencur mengandung zat yang bersifat antinyeri dan antiradang. Saat tubuh mengalami peradangan atau nyeri, Anda dapat menggunakan kencur untuk meringankannya. Manfaat kencur ini sudah terkenal sejak dahulu, sehingga umum digunakan untuk meredakan nyeri akibat sakit kepala, sakit gigi, dan radang sendi.

B. Daun sirih

Sirih merupakan tanaman memanjat yang tingginya mencapai 15 meter dengan batang berwarna coklat kehijauan dan ruas-ruas untuk perakaran (Sumarya, 2020). Daun sirih mengandung berbagai senyawa kimia yang berkhasiat obat yaitu minyak atsiri fenolik dan turunannya seperti cavocol. Minyak atsiri daun sirih digunakan untukmengobati radang tenggorokan (faringitis) yang disebabkan oleh bakteri (Made Sumarya, Wayan Suarda, 2019).

C. Bawang putih

Bukan hanya daun salam bawang putih juga dapat digunakan sebagai obat hipertensi. Bawang putih memiliki efek antihipertensi karena mengandung allicin dan hidrogen sulfida. Agen ini memiliki efek yang sama dengan obat antihipertensi, yaitu melebarkan pembuluh darah dan membuat pembuluh darah tidak terlalu kaku, tekanan darah turun dan menyebabkan saluran menutup dan saluran terbuka, menyebabkan hiperpolarisasi. Hal ini menyebabkan otot menjadi rileks, memungkinkan konsentrasi ion intraseluler yang tinggi menyebabkan vasokonstriksi, yang menyebabkan hipertensi. Senyawa allicin yang ditemukan dalam bawang putih memecah gumpalan darah di arteri dan menurunkan tekanan darah (Amir dkk., 2022)

D. Akar manis

Akar manis atau "Licorice" atau "Liquorice" adalah simplisia yang dihasilkan dari akar *Glycyrrhiza glabra*, merupakan tanaman sejenis polong-polongan berasal dari Eropa Selatan dan beberapa bagian wilayah Asia. Nama liquorice berasal dari bahasa Yunani kuno yang artinya "akar manis". Zat yang terkandung dalam akar manis adalah licorice yang sangat manis, 50 kali lebih manis dari gula pasir, dan memiliki khasiat penyembuhan. Spesies *G. uralensis* adalah spesies licorice yang mengandung bagian terbesar licorice, spesies lain dari Amerika Utara

adalah *G. lepidopta*, dan spesies *G. uralensis* yang tumbuh di Cina banyak digunakan sebagai bahan baku obat-obatan. Akar licorice mengandung beberapa bahan aktif yaitu liquiritin glikosida, glycyrrhizin, umbelliferone, saponin, glukosa, asparagin dan glabrolide. (Purwanto dkk., 2018). Akar manis berkhasiat untuk mengatasi batuk, sakit tenggorokan dan masalah pada pernafasan (Mani dkk., 2015). Kandungan bahan aktif yang berkhasiat untuk meringankan gejala batuk adalah kandungan glycyrrhizin dan glycyrrhetic acid. Kandungan aktif dari akar manis yaitu 18 β glycyrrhetic acid menunjukkan efek antitusif yang bekerja untuk menekan reaksi batuk pada saraf sentral.

E. Jahe

Jahe merupakan rempah yang sering digunakan untuk bumbu masakan namun jahe memiliki banyak khasiat yang dapat digunakan untuk mengatasi berbagai penyakit. Jahe digunakan sebagai bahan obat herbal karena mengandung minyak atsiri dengan senyawa kimia aktif seperti Zingiberin, Camphor, Lemonine, Borneol, Shogaol, Cineol, Felandren, Zingiberol, Gingerol dan Zingerone efektif dalam pencegahan dan pengobatan berbagai penyakit (Redi Aryanta, 2019).

Jahe mengandung beberapa golongan metabolit sekunder, antara lain alkaloid, flavonoid, fenol, triterpenoid, dan saponin. Herawati dan Saptarini (2019) melaporkan adanya flavonoid pada rimpang jahe merah, dengan kandungan flavonoid pada rimpang jahe merah sekitar 0,0068%, dengan jenis flavonoid yang teridentifikasi adalah 7,4'-dihidroksiflavon. Kandungan alkaloid rimpang jahe bermanfaat sebagai analgesik (peredai nyeri), penekan batuk dan migrain. Selain itu, jahe juga mengandung flavonoid yang bermanfaat sebagai analgesik, antitumor, antioksidan, antiradang, antibiotik, antialergi dan diuretik (D. Sari & Nasuha, 2021). Selain untuk meredakan nyeri, jahe juga bisa digunakan sebagai obat masuk angin. Bahan terpenting dalam jahe adalah zingiberol, yang memiliki efek antiinflamasi dan kaya akan antioksidan. Jahe memiliki banyak manfaat seperti antiradang, pencegahan masalah kulit, pencegahan kanker, penguatan sistem kekebalan tubuh, anti flu, penurunan berat badan, pengurangan rasa mual, pengurangan rasa sakit, detoksifikasi tubuh (Ratu dkk., 2021).

Berdasarkan data di atas negara Indonesia merupakan negara yang kaya akan tanaman ramuan tradisional yang memiliki banyak manfaat, salah satunya dapat meningkatkan daya tahan tubuh. Hal ini dapat dimanfaatkan sebagai pencegahan penyakit yang ada di masyarakat, seperti Hipertensi, Diabetes Mellitus, Batuk, Sakit kepala sebelah, sakit tenggorokan, pegal-pegal dan masuk angin. Oleh karena itu, perlunya dilakukan pemanfaatan tanaman obat sebagai ramuan tradisional yang akan dilakukan penyuluhan terkait cara pembuatan dan penggunaan ramuan tradisional di Kampung Sempu, Desa Pasir Gombang.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan penyuluhan kepada masyarakat tentang pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) yang dilaksanakan mahasiswa KKN Universitas Medika Suherman kepada warga kampung Sempu RT 004/004 dilaksanakan selama satu bulan yaitu 23 Januari sampai dengan 22 Februari 2023 di wilayah RT 004/RW 004 Desa Pasir Gombang Kecamatan Bekasi. Kegiatan penyuluhan ini dilakukan dengan cara sosialisasi persentasi mengenai pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) sebagai alternatif pengobatan yang mudah di temui dalam kehidupan sehari-hari. Persentasi

penyuluhan kesehatan ini menggunakan metode penyuluhan dan diskusi kelompok Group Forum Discussion (FDA) dengan menggunakan brosur seperti poster dan leaflet untuk menunjang materi yang disampaikan. Serta dilakukan penilaian pretest-posttest dan kuisioner untuk mengetahui pemahaman masyarakat tentang Tanaman Obat Keluarga (TOGA).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan cek kesehatan dilakukan door to door (Dari Rumah ke rumah). Sebelum dilakukannya kegiatan penyuluhan mahasiswa KKN-Tematik Universitas Medika Suherman melakukan Survei terlebih dahulu kepada masyarakat yang mempunyai riwayat penyakit.

A. Observasi riwayat penyakit warga

Didapati hasil dari observasi bahwa masyarakat kampung sempu rt 004 rw 004 memiliki riwayat penyakit terbanyak yaitu hipertensi, batuk, sakit kepala sebelah, sakit tenggorokan, pegal-pegal dan masuk angin.



Gambar 1. Observasi riwayat penyakit warga

Setelah dilakukan observasi pendahuluan, dilakukan penyuluhan kepada warga yang mempunyai riwayat penyakit tersebut dengan menggunakan leaflet dan poster. Pengetahuan warga di lihat dari pengisian pretest-posttest. Warga diberikan lembar pretest sebelum dilakukan penyuluhan lalu diberikan lembar posttest setelah dilakukkan penyuluhan. Setelah dilakukan survei didapatkan 83 warga yang mempunyai keluhan riwayat penyakit, Diantaranya 19 orang mengalami pegal-pegal, 18 orang sakit kepala sebelah, 17 orang mengalami batuk, 15 orang mengalami sakit tenggorokan, dan 14 orang mengalami masuk angin.

B. Nilai Hasil *Pretest* dan *Posttest* Pemanfaatan TOGA

Tabel 1. Nilai *pretest* dan *posttest* daun kencur untuk sakit kepala sebelah

Score Pre-test (n=18)	Score Post-test (n=18)	Keterangan
46,67	93,88	Meningkat

Hasil tersebut menyatakan bahwa nilai post-test lebih besar daripada nilai pretest. Berdasarkan perhitungan tersebut maka dapat disimpulkan bahwa penyuluhan TOGA Daun Kencur (*Kaempferia galanga*) sebagai pengobatan alternatif untuk mengatasi sakit kepala sebelah dengan menggunakan poster sebagai alat edukasi kepada warga dapat menambah

tingkat pengetahuan masyarakat dalam pemanfaatan tanaman obat tradisional lainnya.

Tabel 2. Nilai *pretest* dan *posttest* Daun sirih untuk sakit tenggorokan

Score Pre-test (n=16)	Score Post-test (n=16)	Keterangan
890	1300	Meningkat

Hasil tersebut menyatakan bahwa nilai post-test lebih besar daripada nilai pretest berdasarkan perhitungan tersebut maka dapat disimpulkan bahwa penyuluhan TOGA Daun Sirih (*Piper Betle* Linn) sebagai pengobatan alternatif untuk mengatasi sakit tenggorokan dengan menggunakan poster sebagai alat edukasi kepada warga dapat menambah tingkat pengetahuan masyarakat dalam pemanfaatan tanaman obat tradisional lainnya.

Tabel 3. Nilai *pretest* dan *posttest* TOGA Bawang putih untuk hipertensi

Score Pre-test (n=18)	Score Post-test (n=18)	Keterangan
47,67	92,88	Meningkat

Hasil tersebut menyatakan bahwa nilai post-test lebih besar daripada nilai pretest berdasarkan perhitungan tersebut maka dapat disimpulkan bahwa penyuluhan TOGA Bawang Putih (*Allium Sativum* L.) sebagai pengobatan alternatif untuk mengatasi hipertensi dengan menggunakan poster sebagai alat edukasi kepada warga dapat menambah tingkat pengetahuan masyarakat dalam pemanfaatan tanaman obat tradisional lainnya.

Tabel 4. Nilai *pretest* dan *posttest* TOGA Akar manis untuk batuk

Score Pre-test (n=18)	Score Post-test (n=18)	Keterangan
56,7	88,3	Meningkat

Hasil tersebut menyatakan bahwa nilai post-test lebih besar daripada nilai pretest berdasarkan perhitungan tersebut maka dapat disimpulkan bahwa penyuluhan TOGA Akar Manis (*Glycyrrhiza glabra* Linn) sebagai pengobatan alternatif untuk mengatasi batuk dengan menggunakan poster sebagai alat edukasi kepada warga dapat menambah tingkat pengetahuan masyarakat dalam pemanfaatan tanaman obat tradisional lainnya.

Tabel 5. Nilai *pretest* dan *posttest* TOGA Jahe untuk pegal-pegal

Score Pre-test (n=16)	Score Post-test (n=16)	Keterangan
1060	1570	Meningkat

Hasil tersebut menyatakan bahwa nilai post-test lebih besar daripada nilai pretest berdasarkan perhitungan tersebut maka dapat disimpulkan bahwa penyuluhan TOGA Jahe

(Zingiber Officinale) sebagai pengobatan alternatif untuk mengatasi pegal-pegal dengan menggunakan poster sebagai alat edukasi kepada warga dapat menambah tingkat pengetahuan masyarakat dalam pemanfaatan tanaman obat tradisional lainnya.

Tabel 6. Nilai *pretest* dan *posttest* TOGA Jahe untuk masuk angin

Score test (n=25)	Pre- test	Score test (n=25)	Post- test	Keterangan
1470		2080		Meningkat

Hasil tersebut menyatakan bahwa nilai post-test lebih besar daripada nilai pretest berdasarkan perhitungan tersebut maka dapat disimpulkan bahwa penyuluhan TOGA Jahe (Zingiber Officinale) sebagai pengobatan alternatif untuk mengatasi masuk angin dengan menggunakan poster sebagai alat edukasi kepada warga dapat menambah tingkat pengetahuan masyarakat dalam pemanfaatan tanaman obat tradisional lainnya.

Manfaat yang di dapatkan yaitu warga menjadi lebih paham dan lebih mengerti tentang cara pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) yang di jelaskan oleh mahasiswa KKN-Tematik Universitas Medika Suherman. Warga menjadi lebih paham dan bisa memanfaatkan TOGA saat warga sedang mempunyai keluhan penyakit tersebut. Penilaian tingkat pengetahuan warga akan pemanfaatan TOGA melalui post test dan pre test didapati bahwa pengetahuan warga meningkat setelah dilakukannya penyuluhan.

KESIMPULAN

Setelah kegiatan penyuluhan tanaman obat keluarga (TOGA) disimpulkan bahwa masyarakat Kampung Sempu RT 004/ RW 004 telah mengetahui pemanfaatan TOGA dan cara penggunaannya dengan baik melalui penyuluhan yang dilakukan serta pengujian berupa pre test dan post test yang diberikan. Hasil penilaian pretest dan posttest tentang pemanfaatan TOGA menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan setelah di lakukan kegiatan penyuluhan. Kegiatan penyuluhan kepada masyarakat merupakan metode yang efektif, dan memungkinkan masyarakat untuk terus menyebarkan informasi kepada masyarakat lain untuk memanfaatkan TOGA dalam kehidupan sehari-hari. Kegiatan ini diharapkan membawa dampak positif kepada masyarakat untuk mulai memahami dan mencegah penyakit dengan tanaman obat keluarga.

DAFTAR PUSTAKA

- Amir, A., Rantesigi, N., & Agusrianto, A. (2022). Seduhan Bawang Putih Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi: A Literature Review. *Poltekita : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 16(1), 113–117. <https://doi.org/10.33860/jik.v16i1.685>
- Hidayat, Syaifurrahman, Hasanah, Laylatul, Herlina Susantin, D., & (2014). (2013). PENGARUH REBUSAN DAUN SALAM TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH LANSIA DENGAN HIPERTENSI.

- Made Sumarya, Wayan Suarda, N. L. G. S. (2019). Aktivitas Antibakteri Loloh (Obat Tradisional Bali) Air Perasan Dan Air Rebusan Daun Sirih Terhadap Bakteri *Streptococcus pyogenes* Penyebab Radang Tenggorokan. *Jurnal Kimia Sains dan Aplikasi*, 22(5), 173–178.
- Mani, R., Murugan, P., Venkatachalapathy, V., Sivaji, D., & Vellaiyan, B. (2015). An Overview of Effect of Siddha Immunomodulators Against Various Diseases and Infections. *European Journal of Pharmaceutical and Medical Research*, 2(6), 120–128.
- Purwanto, I. F., Imandiri, A., & Arifanti, L. (2018). Combination of Acupuncture Therapy and Turmericliquorice Herbs for Chronic Coughing Case. *Journal Of Vocational Health Studies*, 1(3), 121. <https://doi.org/10.20473/jvhs.v1.i3.2018.121-125>
- Ratu, B. D. P. M., Bodhi, W., Budiarmo, F., Kepel, B. J., Fatimawali, ., & Manampiring, A. (2021). Molecular Docking Senyawa Gingerol dan Zingiberol pada Tanaman Jahe sebagai Penanganan COVID-19. *Jurnal e-Biomedik*, 9(1), 126–130. <https://doi.org/10.35790/ebm.v9i1.32361>
- Redi Aryanta, I. W. (2019). Manfaat Jahe Untuk Kesehatan. *Widya Kesehatan*, 1(2), 39–43. <https://doi.org/10.32795/widyakesehatan.v1i2.463>
- Sari, D., & Nasuha, A. (2021). Kandungan Zat Gizi, Fitokimia, dan Aktivitas Farmakologis pada Jahe (*Zingiber officinale* Rosc.). *Tropical Bioscience: Journal of Biological Science*, 1(2), p 11-18.
- Sari, S. M., Ennimay, & Rasyid, T. A. (2019). Pemanfaatan tanaman obat keluarga (TOGA) pada masyarakat. *DINAMISIA*, 3, 1–7.
- Silalahi, M. (2019). KENCUR (*Kaempferia galanga*) DAN BIOAKTIVITASNYA. *Jurnal Pendidikan Informatika dan Sains*, 8(1), 127–142. <https://doi.org/10.31571/saintek.v8i1.1178>
- Sumarya, M. (2020). Potensi Loloh Air Rebusan Daun Sirih Sebagai Imunomodulator Alami. *Widya Biologi*, 11(02), 102–108.