

ORIGINAL ARTICLE

PELATIHAN PEMANFAATAN TANAMAN OBAT KELUARGA SEBAGAI JAMU PENINGKAT IMUNITAS DI DESA SITUTERATE

Dewi Rahma Fitri^{a*}, In Rahmi Fatria Fajar^a, Iin Hardiyati^a, Budi Adiana^a, Kartini Sihombing^a

^a Program Studi Farmasi, Institut Sains dan Teknologi Al-Kamal

*Corresponding Author: dewirahmafitri@ista.ac.id



ARTICLE INFORMATION

Article history

Received (January 11st, 2023)

Revised (January 16th, 2023)

Accepted (February 8th, 2023)

Keywords

TOGA, Herbal Medicine, Immunity

ABSTRACT

Family medicinal plant (TOGA) is a home-cultivated plant that has medicinal properties. One of the uses of TOGA is as a healthy drink and increase immunity. Plants used in immunity-boosting herbs include ginger, turmeric, lemongrass, lemon, cinnamon, fennel, cardamom and secang. The purpose of counseling and training is to increase public knowledge about medicinal plants and using medicinal plants correctly for indications of proper self-medication and how to process herbal medicine. The outreach activity was started by providing material about the benefits of family medicinal plants and continued with training on making immunity-boosting herbs. The results of community service activities in Situterate Village obtained an increase in public understanding about the use of family medicinal plants which was realized by making immunity-enhancing herbs. This knowledge about TOGA becomes the basis for performing self-medication treatment and making various kinds of TOGA-based products appropriately.

Jurnal Abdimas jatibara is a peer-reviewed journal published by Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Yayasan RS Dr. Seotomo (STIKES YRSD Seotomo).

This journal is licensed under the [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

Website: jurnal.stikes-yrsds.ac.id/index.php/JAJ

E-mail: jurnalabdimas@stikes-yrsds.ac.id

PENDAHULUAN

Urban farming merupakan istilah yang populer muncul belakangan ini. Banyaknya masyarakat yang mulai kreatif bertanam di halaman rumah. Fenomena ini bukan hanya terjadi pada masyarakat perkotaan saja tapi juga masyarakat pedesaan. Kegiatan bercocok tanam ini dimulai saat pandemi Covid-19 yaitu pada awal tahun 2020. Tanaman yang ditanam bukan hanya tanaman hias saja tapi ada sayuran, buah dan tanaman obat. Kegiatan bercocok tanam tanaman berkhasiat sebagai obat untuk memenuhi kebutuhan keluarga dalam obat herbal. (1)

Tanaman obat yang ditanam dipekarangan yang mempunyai khasiat sebagai obat dikenal dengan Tanaman obat keluarga (TOGA). (2) Penanaman tanaman ini selain membuat lingkungan asri juga sebagai pilihan dalam pengobatan oleh masyarakat. Tanaman obat bersifat aman karena tidak mengandung bahan kimia, harga terjangkau, mudah diperoleh dan dengan proses pembuatan yang sederhana.

Kesadaran masyarakat yang sudah mulai tumbuh terhadap bahaya yang disebabkan oleh obat bahan kimia, maka saat ini obat tradisional sudah kembali membudaya di masyarakat. Hal ini juga dibuktikan bahwa penggunaan jamu baik pada masyarakat kota maupun pedesaan masih menjadi diminati. Perlu dilakukan edukasi dan pelatihan pemanfaatan dan pengolahan Tanaman Obat (3). Berdasarkan data bahwa terjadi peningkatan jumlah konsumsi obat tradisional oleh masyarakat Indonesia dalam bentuk ramuan olahan sendiri ataupun yang sudah jadi. (4)

TOGA dimanfaatkan untuk upaya peningkatan kesehatan secara preventif, promotif maupun kuratif. Pengabdian yang dilakukan oleh Sari, dkk (5) menunjukkan dengan pemberian KIE (komunikasi, informasi dan edukasi) kepada masyarakat sehingga meningkatkan pengetahuan tentang TOGA serta penggunaannya. (6) TOGA adalah tanaman budi daya

pekarangan rumah yang berkhasiat sebagai obat. (7) Salah satu pemanfaatan TOGA adalah sebagai minuman kebugaran dan meningkatkan imunitas. Tanaman yang digunakan pada jamu peningkat imunitas antara lain jahe, kunyit, sereh, lemon, Kayu manis, Adas, Kapulaga dan secang.

Jahe mengandung senyawa yang mempunyai khasiat sebagai antioksidan tinggi, sehingga cocok digunakan sebagai jamu peningkat imunitas. Kunyit dengan kandungan curcumin yang tinggi juga mempunyai aktivitas antioksidan yang sangat kuat. Sehingga manfaatnya dapat meningkatkan imunitas. (8) Kulit manis mengandung senyawa eugenol dan sinamaldehyd yang mempunyai banyak efektivitas salah satunya sebagai antibakteri. (9) Sebagai *corringen odoris* dan *corringen saporis* dipilih bahan alam seperti kayu manis, serai, dan gula aren. (10)

Perguruan tinggi merupakan suatu Lembaga dengan tugas pokoknya adalah melaksanakan kewajiban Tri Dharma Perguruan Tinggi salah satunya adalah pengabdian kepada masyarakat, kegiatan langsung kepada masyarakat sebagai upaya dalam peningkatan kesehatan. Kepercayaan masyarakat pada obat dari bahan alam akan meningkat jika sosialisasi tentang khasiat tanaman terus dilakukan. Tujuan dari penyuluhan dan pelatihan ini adalah meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang tanaman obat dan dapat memanfaatkan tanaman obat dengan benar untuk indikasi swamedikasi yang tepat dan dengan cara pengolahan jamu yang tepat pula.

METODE

Metode yang digunakan pada pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan urutan kegiatan yaitu perencanaan, pelaksanaan penyuluhan dan pelatihan kepada masyarakat. Penyuluhan ini dilakukan secara terbuka di Aula Desa Situterate. Jadwal kegiatan terlampir pada Tabel 1.

Tabel 1. Jadwal Kegiatan Pengabdian Masyarakat.

No	Kegiatan	Tanggal	Lokasi
1.	Survey dan Identifikasi Tanaman Obat	21 September 2022	Desa Situterate
2.	Penyuluhan dan pelatihan pengolahan tanaman obat	23 September 2022	Desa Situterate

Tahap Perencanaan

Pada tahap perencanaan kegiatan dilakukan dengan melakukan Survey ke Desa Situterate, peninjauan lokasi kegiatan dan untuk melakukan Identifikasi serta pengamatan lingkungan. Identifikasi tanaman obat dilakukan dikebun TOGA yang ada dikantor Desa Situterate serta TOGA yang ada dirumah warga setempat atau tanaman obat yang tumbuh liar desekitar pemukiman warga. Dilanjutkan dengan permohonan ijin kepada Kepala Desa Situterate, Kecamatan Cikande, Kabupaten Serang, Banten.

Selanjutnya Menyusun jadwal kegiatan serta pembagian tugas anggota Tim. Jadwal kegiatan dilakukan menyesuaikan dengan kegiatan Desa Situterate karena kegiatan akan dilakukan di Aula Desa Situterate. Dilanjutkan dengan penyiapan materi presentasi, alat dan bahan yang akan digunakan pada sesi pelatihan pengolahan TOGA secara sederhana.

Tahap Pelaksanaan

Kegiatan dimulai dengan penyajian materi penyuluhan dengan menggunakan metode ceramah dan menggunakan media slide power point yang berisi penjelasan tentang TOGA yang tumbuh atau berada di sekeliling masyarakat serta manfaat dari setiap tumbuhan tersebut. Kemudian penyuluhan dilanjutkan pada sesi diskusi dan tanya jawab.

Kegiatan selanjutnya adalah pelatihan pengolahan TOGA secara sederhana. Penyuluhan ini di langsungkan secara terbuka di Aula Desa Situterate.



Gambar 1. Penyuluhan Tentang Tanaman Obat



Gambar 2. Sesi Diskusi dan Tanya Jawab



Gambar 3. Pelatihan Pembuatan Jamu

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Berdasarkan hasil diskusi dengan Kepala Desa Situterate dan kader PKK serta analisa lapangan saat pengamatan lingkungan pemanfaatan TOGA dimasyarakat masih sedikit. Sehingga dibutuhkan kegiatan Penyuluhan Tentang macam-macam TOGA yang tumbuh atau

berada di sekeliling masyarakat. Isi materi penyuluhan meliputi tanaman yang berkhasiat obat, serta pemaparan tentang manfaat bagi kesehatan dari setiap tumbuhan tersebut.

Pada tanggal 22 melakukan identifikasi Tanaman khasiat Obat pada pekarangan rumah warga. Dari hasil pengamatan ditemukan tanaman obat seperti kumis kucing, jahe, kunyit, serai, Jahe merah dan temulawak yang biasa dijadikan obat tradisional dan nantinya akan dilakukan pelatihan pembuatan jamu untuk meningkatkan imunitas tubuh.

Pembahasan.

Pada saat pemaparan materi masyarakat yang hadir sangat antusias. Lama pemaparan materi kurang lebih 15 menit, dan diakhiri dengan diskusi yang diisi dengan pertanyaan peserta kepada penyaji materi. Acara selanjutnya adalah pelatihan pembuatan jamu peningkat imunitas tubuh. Terlihat antusias beberapa peserta berdiskusi dengan penyaji. Dokumentasi pada gambar 2.

Tim menyiapkan alat dan bahan. Alat yang digunakan seperti lumpang, kompor, bejana untuk perebusan tanamn, penyaring, gelas, dan sendok. Untuk bahan yang digunakan berupa kumis kucing, jahe, kunyit, serai, Jahe merah dan temulawak.

Masyarakat yang hadir ikut langsung melakukan proses pembuatan jamu peningkat imunitas dan didampingi oleh pemateri. Hal ini dilakukan agar masyarakat dapat mempraktekkan secara langsung proses pembuatan jamu peningkat imunitas dengan benar. Bukti kegiatan ada pada gambar 3.



Gambar 4. Bahan Jamu Peningkat Imunitas



Gambar 5. Proses Pembuatan Jamu Peningkat Imunitas

Dimana bahan utama dalam pembuatan jamu peningkat imunitas ini adalah jahe, kunyit, kulit manis dan sereh. Ketiga tanaman ini mengandung minyak atsiri sebagai zat aktifnya. Dalam pemaparan materi juga dilampirkan bukti pendukung tentang tanaman yang digunakan

sebagai bahan pembuatan jamu peningkat imunitas. Diharapkan dengan pemberian materi tersebut menambah kepercayaan masyarakat akan khasiat jamu peningkat imunitas. Bahan jamu peningkat imunitas terlampir pada gambar 4.

Bahan yang sudah disediakan dilakukan proses pembuatan jamu secara sederhana, dimana proses pembuatan jamu peningkat imunitas dilakukan dengan merebus semua bahan dengan api kecil agar kandungan zat aktif pada tanaman obat tidak rusak karena pemanasan. Jamu yang telah direbus dalam beberapa menit, kemudian disaring untuk memisahkan air rebusan dengan ampas tanaman dengan cara disaring. Setelah disaring jamu diberikan ke peserta penyuluhan untuk mencicipi secara langsung. Cara pengolahan jamu ada pada gambar 5.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat di Desa Situterate adalah meningkatnya pemahaman kegunaan tanaman obat keluarga oleh masyarakat yang diaplikasikan pada proses pembuatan jamu peningkat imunitas. Pengetahuan mengenai TOGA bisa dijadikan sebagai swamedikasi dan pembuatan beberapa ramuan jamu berbahan dasar TOGA dengan tepat.

Saran

Bagi masyarakat perlu adanya kegiatan penyuluhan cara budidaya Tanaman Obat Keluarga sehingga masyarakat tertarik untuk memanfaatkan lahan sebagai kebun TOGA. Bagi Dosen perlu melakukan kegiatan penyuluhan kesehatan khususnya dibidang tanaman obat agar masyarakat dapat menggunakan bahan alami sebagai upaya meningkatkan kesehatan keluarga.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Program Studi Farmasi Institut Sains dan Teknologi Al-Kamal dan Kepala Desa Situterate atas dukungan terhadap terlaksananya kegiatan pengabdian masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. Armin Naway F, Puspa Ardini P. Jurnal Sibermas (Sinergi Pemberdayaan Masyarakat) Pemberdayaan Masyarakat Melalui Program TOGA (Tanaman Obat Keluarga) dalam Rangka Pencegahan Pandemi Covid-19. 2021; Available from: <https://doi.org/10.37905/sibermas.v10i1.10384>
2. Mindarti S, Besar Pengkajian Dan Pengembangan Teknologi Pertanian Badan Penelitian Dan Pengembangan Pertanian Kementerian Pertanian B. Tanaman Obat Keluarga (TOGA). 2015.
3. Santi Hapsari W, Meinitasari E, Annita Firdaus R, Widya Pangestika A, Zainuddin Azis A. Edukasi Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga dalam Usaha Peningkatan Derajat Kesehatan di Dusun Nabin Kulon Magelang.
4. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, "Laporan Nasional RISKESDAS 2018," *Lembaga Penerbit Balitbangkes*, 2019
5. Mayang Sari S, Abdur Rasyid T, Studi Keperawatan P, Tinggi Ilmu Kesehatan Hang Tuah Pekanbaru Jl Mustafa Sari no S, Selatan Pekanbaru T. PEMANFAATAN TANAMAN OBAT KELUARGA (TOGA) PADA MASYARAKAT. Pengabd Kpd Masy. 2019;3:1-7.
6. Hanifa NI, Wirasisya DG, Hasina R. Penyuluhan Penggunaan TOGA (Taman Obat Keluarga) Untuk Pengobatan di Desa Senggigi. J Pengabd Magister Pendidik IPA. 2020 Nov 2;3(2).
7. Y. Haryono, H. Yusmaini, and M. Bahar, "Penyuluhan Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga dan Penanaman Tanaman Obat Keluarga di Kampung Mekar Bakti 01/01, Desa Mekar Bakti Kabupaten Tangerang," *JPM Ruwa Jurai*, pp. 16-22, 2017.
8. Kesehatan Ayurweda P, Kesehatan F, Widya Kesehatan E-J, Studi Ayurweda P, Kesehatan

- F. I Wayan Redi Aryanta MANFAAT JAHE UNTUK KESEHATAN I Wayan Redi Aryanta. 2019.
9. Mursyida E, Wati HM. Aktivitas Antibakteri Ekstrak Kayu Manis (*Cinnamomum burmannii*) Terhadap Pertumbuhan *Escherichia coli*. *J Kedokt dan Kesehat Publ Ilm Fak Kedokt Univ Sriwij.* 2021;8(2).
 10. Kusumo AR, Wiyoga FY, Perdana HP, Khairunnisa I, Suhandi RI, Prastika SS. JAMU TRADISIONAL INDONESIA: TINGKATKAN IMUNITAS TUBUH SECARA ALAMI SELAMA PANDEMI. *J Layanan Masy (Journal Public Serv.* 2020 Nov 29;4(2):465.