

PEMANFAATAN TANAMAN OBAT KELUARGA DALAM MENINGKATKAN IMUNITAS TUBUH DI DESA PANGKUNG KARUNG

Putu Febryana Suryaputri Berata¹, Ni Putu Indah Anggreni², Pande Ketut Ribek³,
I Made Tamba⁴

¹²³⁴ Universitas Mahasaraswati Denpasar

E-mail: febbyputu88@gmail.com, anggreniindah20@gmail.com,
pandeketutribek@unmas.ac.id, itamba17@unmas.ac.id

ABSTRAK

Pada masa pandemi ini, semua orang berusaha untuk menjaga kesehatan agar terhindar dari virus Covid-19. Salah satunya dengan meningkatkan imunitas (kekebalan) tubuh sehingga tubuh tetap berada dalam kondisi yang sehat. Tanaman obat keluarga (TOGA) merupakan tanaman hasil budidaya atau pemeliharaan yang memiliki sifat alami serta mudah didapatkan maupun dibudidayakan dengan memanfaatkan lahan di sekitar pekarangan rumah. Pemanfaatan TOGA sebagai obat-obatan juga bisa mengatasi permasalahan minimnya infrastruktur seperti apotek dan puskesmas di Desa Pangkung Karung. Namun masyarakat kesulitan untuk mencari informasi mengenai manfaat-manfaat tanaman obat yang berada disekitar mereka, serta kurangnya pemahaman masyarakat mengenai cara pengolahan tanaman obat yang baik.

Tujuan dilaksanakannya pengabdian adalah membudidayakan tumbuhan yang bisa dijadikan sebagai bahan obat-obatan herbal, serta meningkatkan pengetahuan masyarakat dalam mengolah tanaman yang ada menjadi obat-obatan herbal atau pendamping obat keluarga. Metode yang digunakan dalam pelaksanaan setiap program kerja yaitu: observasi, persiapan dan perancangan, penyuluhan, pelatihan dan pendampingan.

Berdasarkan hasil penyelenggaraan program pengabdian kepada masyarakat, tujuan yang ditetapkan oleh tim telah tercapai. Indikator ketercapaian pada program ini adalah antusiasme masyarakat dalam TOGA untuk dijadikan tanaman obat.

Kata kunci: *Covid-19, TOGA, Pengabdian masyarakat, Kesehatan*

ANALISIS SITUASI

Pada masa pandemi ini, semua orang berusaha untuk menjaga kesehatan agar terhindar dari virus Covid-19. Salah satunya dengan meningkatkan imunitas (kekebalan) tubuh sehingga tubuh tetap berada dalam kondisi yang sehat. Adapun upaya yang dapat dilakukan untuk memenuhi hal tersebut adalah dengan mengonsumsi makanan dan minuman yang dapat mencegah infeksi serta meningkatkan daya tahan tubuh. Tanaman obat keluarga (TOGA) merupakan tanaman hasil budidaya atau pemeliharaan yang memiliki sifat alami serta mudah didapatkan maupun dibudidayakan dengan memanfaatkan lahan di sekitar pekarangan rumah (Hasnatul Salsabila *et al.*, 2021). Pada TOGA, bagian tanaman yang dapat dimanfaatkan sebagai obat herbal adalah daun, batang, buah, biji, maupun akarnya (Latief *et al.*, 2022).

Pemanfaatan TOGA sebagai obat-obatan juga bisa mengatasi permasalahan minimnya infrastruktur seperti apotek dan puskesmas di Desa Pangkung Karung. Selain itu, juga bisa sebagai salah satu alternatif dalam mengatasi lemahnya daya beli masyarakat dan melambungnya harga obat-obatan modern, sehingga menyebabkan masyarakat mencari upaya mengatasi keadaan ini dengan cara kembali ke alam (*back to nature*) (Atmojo and Darumurti, 2021).



Penggunaan obat-obat herbal ini sebenarnya sangat mungkin dan sangat bisa dilakukan oleh masyarakat Desa Pangkung Karung, mengingat di daerah ini memiliki potensi untuk membudidayakan tumbuhan yang bisa dijadikan sebagai bahan obat-obatan herbal. Akan tetapi hal ini masih jarang sekali dilakukan oleh masyarakat, mengingat memang masih minimnya pengetahuan masyarakat dalam mengolah tanaman yang ada menjadi obat-obatan herbal atau pendamping obat keluarga, sehingga, perlu adanya peningkatan pengetahuan kepada masyarakat dalam memanfaatkan tanaman disekitar untuk dijadikan sebagai tanaman obat keluarga.

Kegiatan pengabdian masyarakat memberikan bimbingan kepada masyarakat melalui penyuluhan manfaat bahan alam sebagai obat tradisional, sehingga dapat meningkatkan kualitas dan tingkat pengetahuan masyarakat terkait dengan imunitas pada masa pandemi Covid-19. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara permasalahan yang dihadapi oleh masyarakat adalah, masyarakat kesulitan dalam informasi mengenai manfaat-manfaat tanaman obat, kurangnya pemahaman masyarakat mengenai cara pengolahan tanaman obat yang baik, masyarakat kurang memiliki pengetahuan tentang penggunaan tanaman obat.

METODE PELAKSANAAN

Metode yang digunakan dalam pelaksanaan setiap program kerja yaitu; tahap observasi secara langsung menemui masyarakat sasaran untuk menggali permasalahan-permasalahan yang dihadapi, sehingga mempermudah dalam memberikan solusi; tahap persiapan dan Perancangan, dalam mempersiapkan dan merancang program kerja yang sesuai dengan permasalahan yang terjadi dimasyarakat Desa Pangkung Karung; penyuluhan dengan meningkatkan kepedulian dan kesadaran masyarakat Desa Pangkung Karung mengenai pemanfaatan tanaman obat dilingkungan serta memberikan penjelasan secara langsung mengenai cara pengolahan sederhana dari tanaman-tanaman obat tersebut; pelatihan dan pendampingan dengan membantu atau memberi solusi tentang cara penggunaan tanaman obat yang sederhana tetapi memiliki manfaat yang sangat bagus bagi kesehatan. Metode pelaksanaan penyuluhan dan pendampingan pemanfaatan tanaman obat seperti pada Tabel 1. berikut:

Tabel 1. Metode pelaksanaan penyuluhan dan pendampingan pemanfaatan tanaman

No.	Kegiatan	Metode Pelaksanaan
1.	Melakukan penyuluhan terhadap kelompok ibu-ibu PKK dalam pemanfaatan tanaman obat keluarga (TOGA) untuk meningkatkan imunitas tubuh. 	Penyuluhan
2.	Melakukan pelatihan penggunaan internet guna mencari informasi mencari informasi terpercaya mengenai tanaman obat. 	Pendampingan dan Pelatihan

HASIL PENGABDIAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini telah memberikan manfaat bagi masyarakat. Tujuan dilaksanakannya kegiatan ini adalah untuk meningkatkan potensi membudidayakan tumbuhan sebagai bahan obat-obatan herbal, serta meningkatkan pengetahuan masyarakat dalam mengolah tanaman menjadi obat-obatan herbal atau pendamping obat keluarga.

Berdasarkan hasil penyelenggaraan program pengabdian kepada masyarakat, ketercapaian pada program ini adalah antusiasme masyarakat dalam memanfaatkan ilmu yang didapatkan dalam pengabdian ini untuk bisa diterapkan dalam kehidupannya. Peningkatan kesadaran masyarakat dalam meningkatkan pengembangan tanaman obat-obatan. Masyarakat memiliki antusiasme dalam peningkatan pengetahuan tentang TOGA yang sangat bermanfaat terhadap kesehatan keluarga dan masyarakat pada umumnya. Penggunaan tanaman obat-obatan sebagai pencegahan secara dini untuk menanggulangi terjadinya wabah penyakit yang kemungkinan bisa terjadi akibat kurang bagusnya dalam mengkonsumsi makanan terutama pada anak-anak.

KESIMPULAN DAN SARAN

Pogram pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan di Desa Pangkung Karung, yaitu mengenai pemanfaatan tanaman obat keluarga (TOGA) dengan sasaran ibu-ibu PKK telah terlaksana dengan baik, ditunjukkan dengan antusiasme partisipan saat dilakukan sesi diskusi setelah dilaksanakan penyuluhan.

Program kerja yang telah dilaksanakan ini telah terlaksana dengan dengan baik, serta sudah diikuti dengan baik oleh ibu-ibu PKK. Penyuluhan ini sudah dirancang serta disosialisasikan sehingga dapat membantu partisipan meningkatkan pengetahuan dan dapat diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari. Saran yang dapat saya berikan pada program pengabdian serupa yang akan dilaksanakan di Desa Pangkung Karung, agar turut mengundang narasumber yang ahli sehingga dapat diperoleh informasi yang lebih akurat. Keterbatasan dalam pengabdian ini adalah pengabdian ini hanya dilakukan di Desa Pangkung Karung, sehingga perlu diadakan pengabdian pada Desa yang lingkup lebih luas, sehingga mampu memberikan manfaat yang lebih luas pada masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Atmojo, M. and Darumurti, A. (2021) ‘Pemberdayaan Masyarakat Melalui Tanaman Obat Keluarga (TOGA)’, *Jurnal Abdimas BSI: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), pp. 100–109. doi: 10.31294/jabdimas.v4i1.8660.
- Endiana, I. D. M., Wedagama, D. M., Ari Wahyuni. N. L. (2021). Edukasi Digital Marketing dan Pencatatan Keuangan UMKM di Desa Temesi pada masa pandemi. In *PROSIDING SEMINAR REGIONAL Pengabdian Kepada Masyarakat Universitas Mahasaraswati Denpasar di Masa Pandemi Covid-19 Tahun 2021* (pp. 415-420).
- Hasnatul Salsabila, D. *et al.* (2021) ‘EDUKASI DAN MENANAM TANAMAN OBAT KELUARGA (TOGA) DI MASA PANDEMI COVID-19’, *Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ*. Available at: <http://jurnal.umj.ac.id/index.php/semnaskat>.
- Karamina, H. *et al.* (2020) ‘Pemanfaatan dan Penanaman Tanaman Obat Keluarga (TOGA) Menuju Keluarga Sehat Pada Ibu Pemberdayaan Kesejahteraan Keluarga (PKK)’, *JIPEMAS: Jurnal Inovasi Hasil Pengabdian Masyarakat*, 3(2), p. 120. doi: 10.33474/jipemas.v3i2.6416.
- Kemenkeu RI. (2020). Pemerintah Waspada Dampak Pandemi Covid-19 Terhadap Ekonomi Indonesia. SP-27/KL/2020
- Latief, M. *et al.* (2022) ‘Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) sebagai Upaya Swamedikasi melalui Pembuatan Minuman Immunostimulan’, *Jurnal Pengabdian pada Masyarakat*, 7(2), pp. 533–542. doi: 10.30653/002.202272.3.
- LPPM. 2022. *Buku Panduan Peduli Bencana Covid-19 Tahun 2022*. Universitas Mahasaraswati Denpasar.
- Pertiwi, R., Notriawan, D. and Wibowo, R. H. (2020) ‘Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) Meningkatkan Imunitas Tubuh sebagai Pencegahan COVID-19’, *Dharma Raflesia : Jurnal Ilmiah Pengembangan dan Penerapan IPTEKS*, 18(2), pp. 110–118. doi: 10.33369/dr.v18i2.12665.
- Siska Mayang Sari, Ennimay and Tengku, A. R. (2019) ‘Pemanfaatan Tanaman Obat

Keluarga (TOGA) Pada Masyarakat’, *Dinamisia : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3, pp. 1–7. doi: 10.31849/dinamisia.v3i2.2833.

Yulianto, S. and Kirwanto, A. (2016) ‘Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga Oleh Orang Tua Untuk Kesehatan Anak Di Duwet Ngawen Klaten’, *Interest : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 5(1), pp. 75–80. doi: 10.37341/interest.v5i1.27.