



EDUKASI KESEHATAN DAN PEMANFAATAN TANAMAN OBAT KELUARGA (TOGA) PADA ERA NEW NORMAL

La Ode Anto¹⁾, Fitriaman¹⁾, Emillia Nurdin¹⁾, Ika Maya Sari^{1)*}

¹⁾Jurusan Akuntansi, Universitas Halu Oleo. JL H.E.A Mokodompit, Kampus Hijau Bumi Tridharma Anduonuhu, Kota Kendari, Indonesia

Diterima: 06 Oktober 2022

Direvisi: 01 November 2022

Disetujui: 25 November 2022

Abstrak

Pandemi Covid-19 menuntut setiap individu maupun masyarakat untuk senantiasa waspada dan berupaya secara maksimal untuk menjaga kesehatan diri dan lingkungannya. Salah satu upaya tersebut adalah menerapkan pola hidup bersih dan sehat, serta mempertahankan dan meningkatkan derajat kesehatan dengan memanfaatkan Tanaman Obat Keluarga (TOGA). Kegiatan ini bertujuan untuk mengedukasi dan membangun masyarakat yang sehat dan mandiri pada era new normal di Desa Cialam Jaya Kecamatan Konda Kabupaten Konawe Selatan khususnya peningkatan pemahaman masyarakat tentang Kesehatan mulut dan beberapa kemungkinan penyakit tropis lainnya, pola hidup bersih dan sehat (PHBS) dan pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA). Metode pelaksanaan yang dilakukan yaitu penyuluhan dan sosialisasi serta pembimbingan kepada masyarakat. Hasil kegiatan ini terdiri dari pemeriksaan kesehatan (Pengukuran IMT, Tekanan darah, Pemeriksaan kolesterol, kolesterol, asam urat dan glukosa darah), Melakukan sosialisasi Penerapan PHBS pada sekolah dasar dan melakukan kegiatan penanaman dan pemanfaatan TOGA berupa jamu kunyit asam. Dari Kegiatan ini dapat disimpulkan bahwa edukasi Kesehatan dan pemanfaatan tanaman obat keluarga (TOGA) berjalan dengan baik hal ini dapat dilihat dari partisipasi masyarakat Desa Cialam Jaya yang tinggi dalam mengikuti setiap sosialisasi dan penyuluhan yang telah dilakukan.

Kata kunci: kesehatan; pola hidup bersih dan sehat; tanaman obat keluarga.

HEALTH EDUCATION AND UTILIZATION OF FAMILY MEDICINE PLANTS (TOGA) IN THE NEW NORMAL ERA

Abstract

The Covid-19 pandemic requires every individual and community to always be vigilant and make maximum efforts to maintain the health of themselves and their environment. One of these efforts is implementing a clean and healthy lifestyle, as well as maintaining and improving health status by utilizing Family Medicinal Plants (TOGA). This activities aims to educate and build a healthy and independent community in the new normal era in Cialam Jaya Village, Konda District, Konawe Selatan District, in particular to increase public understanding of oral health and several other possible tropical diseases, a clean and healthy lifestyle (PHBS) and the use of plants. Family medicine (TOGA). The implementation method used is counseling and socialization as well as guidance to the community. The results of this activity consisted of health checks (Measurement of BMI, Blood Pressure, Examination of cholesterol, cholesterol, uric acid and blood glucose), Conducting socialization on the Implementation of PHBS in elementary schools and carrying out activities of planting and utilizing TOGA in the form of tamarind and turmeric herbs. From this activity it can be concluded that health education and the use of family medicinal plants (TOGA) are going well, this can be seen from the high participation of the Cialam Jaya Village community in participating in every socialization and counseling that has been carried out

Keywords: health; clean and healthy lifestyle; family medicinal plants.

* Korespondensi Penulis. E-mail: rikamayasari633@gmail.com

PENDAHULUAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah semua perilaku kesehatan yang dilakukan atas kesadaran sehingga anggota keluarga dapat menolong dirinya sendiri di bidang kesehatan dan dapan berperan aktif dalam kegiatan di masyarakat (Asri et al., 2021). Pemberdayaan masyarakat harus dimulai dari rumah tangga atau keluarga, karena rumah tangga yang sehat merupakan asset atau modal pembangunan di masa depan yang perlu dijaga, ditingkatkan dan dilindungi kesehatannya (Intan et al., 2021)

Masa pandemik Covid-19 menuntut masyarakat untuk selalu menjaga Kesehatan system imun untuk dapat terhindar dari virus covid 19 (Buana, 2020). Upaya yang dilakukan masyarakat juga dianjurkan pemerintah dalam peningkatan derajat Kesehatan salah satunya pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) (Emilda, 2017). *Primary Healty Care* (PHC) merupakan suatu strategi yang ditetapkan oleh pemerintah Indonesia untuk mencapai Kesehatan semua masyarakat. Salah satu unsurnya adalah penerapan teknologi tepat guna dan peran serta masyarakat. Peran serta masyarakat dapat menunjang pembangunan kesehatan berdasarkan *Primary Healty Care* (PHC) adalah bentuk upaya pengobatan tradisional (BPS, 2008)

Tanaman Obat Keluarga (TOGA) pada hakekatnya adalah tanaman berkhasiat yang ditanam di lahan pekarangan yang dikelola oleh keluarga. Ditanam dalam rangka memenuhi keperluan keluarga akan obat-obatan tradisional yang dapat dibuat sendiri (Raharjo et al., 2020).

Tumbuhan obat dan obat tradisional sejak zaman dahulu memainkan peranan penting dalam menjaga kesehatan, mempertahankan stamina dan mengobati penyakit. Oleh karena itu tumbuhan obat dan obat tradisional telah berakar kuat dalam kehidupan sebagian masyarakat hingga saat ini (Ayu et al, 2011)

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 mudahdidapat (Saman, 2020). Dalam rangka memperdayakan dan mendorong peran aktif masyarakat dalam upaya pengembangan kesehatan tradisional perlu mengarahkan agar masyarakat dapat melakukan perawatan

kesehatan secara mandiri dan benar melalui pemanfaatan tanaman obat sebagai obat tradisional berupa jamu, Obat Herbal Terstandar (OHT), dan fitofarmaka. Dan pemanfaatan obat tradisional tersebut sebagai upaya untuk pemeliharaan kesehatan, pencegahan penyakit dan perawatan kesehatan termaksud pada masa kedaruratan kesehatan masyarakat dan atau bencana nasional Corona Virus Disease2019 (COVID 19) (Kemenkes, 2020; Suleman & Supriadi, 2020).

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah Langkah penting yang harus dilakukan dan diperhatikan setiap orang untuk terhindar dari berbagai penyakit. PHBS harus dimulai dari menanamkan pola pikir sehat kepada masyarakat yang harus dimulai dan diusahakan oleh diri sendiri (Ibrahim et al., 2020; Suhartiwi & Marsuna, 2022)

Desa Cialam Jaya merupakan salah satu desa yang terletak di Kecamatan Konda Kabupaten Konawe Selatan. Kondisi lingkungan secara umum belum terlalu sehat yang berakibat munculnya beberapa penyakit tropis dan belum memanfaatkan lahan sekitar rumah untuk membudidayakan tanaman obat keluarga (TOGA). Oleh karena itu perlu dilakukan edukasi perilaku hidup bersih dan sehat serta pemanfaatan TOGA kepada masyarakat.

Kegiatan ini merupakan bagian dari pengabdian masyarakat dengan tujuan untuk mengajak masyarakat akan pentingnya menjaga kesehatan keluarga melalui penerapan pola hidup bersih dan sehat, memberikan contoh pola hidup bersih dan sehat di lingkungan keluarga, memberikan pengetahuan praktis kepada masyarakat melalui penyuluhan kesehatan masyarakat terkait kesehatan mulut dan beberapa kemungkinan penyakit tropis lainnya pada lingkungan (Lukman & Rahmanto, 2020). penyuluhan/sosialisasi pola hidup bersih dan sehat (PHBS) dalam lingkungan keluarga untuk pencegahan dan penanggulangan Covid-19 dan Penyuluhan tentang pemanfaatan TOGA di desa Cialam Jaya Kecamatan Konda Kabupaten Konawe Selatan.

Kegiatan ini bertujuan untuk mengedukasi dan membangun masyarakat yang sehat dan mandiri pada era new normal di Desa Cialam Jaya Kecamatan Konda Kabupaten Konawe Selatan.

METODE

Objek (khalayak sasaran) Pengabdian kepada Masyarakat ini adalah Masyarakat Desa Cialam Jaya Kecamatan Konda Kabupaten Konawe Selatan. Pelaksanaan kegiatan ini dimulai pada tahap persiapan dan pembekalan kemudian pelaksanaan program yang dimulai dari tanggal 2 Agustus-2 September 2022. Pada tahap persiapan dan pembekalan yaitu (1) Melaksanakan oordinasi dengan pihak terkait di lokasi yang akan dijadikan objek kegiatan, yaitu Desa Cialam Jaya Kecamatan konda Kabupaten Konawe Selatan. Hal ini dilaksanakan agar sasaran kegiatan dapat tercapai dan membawa manfaat bagi pihak-pihak yang terlibat maupun pemerintah setempat. (2) Melakukan survei lapangan untuk mengetahui potensi dan masalah.

Materi pembekalan yang diberikan (1) Wawasan dan pengetahuan survei lapangan dalam rangka mengetahui potensi dan masalah di desa Cialam Jaya Kecamatan Konda, (2) Pengetahuan kesehatan keluarga melalui pola hidup sehat untuk adaptasai kehidupan normal baru dalam pencegahan dan penanggulangan Covid-19, (3) Pengetahuan kesadaran masyarakat tentang Kesehatan gigi keterkaitannya dengan jantung, (4) Pengetahuan kesehatan lingkungan, dan (5) Peningkatan pemahaman masyarakat terkait Pemanfaatan TOGA.

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini meliputi Sosialisasi kepada masyarakat Desa Cialam Jaya Kecamatan Konda, Penyuluhan pentingnya kesehatan keluarga untuk menyiapkan kehidupan normal baru dalam menghadapi Covid-19 dan juga penyakit Lainnya, Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat, dan Penyuluhan tentang pemanfaatan TOGA. Untuk metode yang digunakan untuk pemberdayaan kelompok sasaran adalah sosialisasi dan penyuluhan yang dilakukan.

Kriteria keberhasilan kegiatan pengabdian ini yaitu dengan melihat peningkatan (1) pemahaman masyarakat tentang kesehatan mulut dan beberapa kemungkinan penyakit tropis lainnya pada lingkungan; (2) pemahaman masyarakat tentang pola hidup bersih dan sehat (PHBS) dalam lingkungan keluarga untuk pencegahan dan penanggulangan Covid-19; dan (3) pemahaman masyarakat tentang pemanfaatan TOGA.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pemeriksaan Kesehatan dan penyuluhan tentang kesehatan keluarga ini dilakukan pada tanggal 10 Agustus 2022 dan 30 Agustus 2022. Kegiatan ini dilakukan oleh Pengabdian Kepada Masyarakat Desa Cialam Jaya dengan mengumpulkan masyarakat di Balai Desa Cialam Jaya.



Gambar 1. Sambutan Kepala Lurah Lalolara dirangkaikan dengan Perkenalan Kepada Tim Peneliti Pengabdian kepada Masyarakat.

Pemeriksaan kesehatan yang dilakukan meliputi pengukuran IMT, Pengukuran Tekanan darah, pemeriksaan kolestrol, pemeriksaan asam urat dan pemeriksaan glukosa darah. Selain pemeriksaan kesehatan, kegiatan ini juga diselingi dengan pembagian masker gratis kepada masyarakat, sosialisasi rantai penyebaran Covid-19 dan penanggulangannya, pemasangan poster protokol kesehatan dan poster pola hidup bersih dan sehat di balai, masjid dan beberapa rumah masyarakat desa. penanggungjawab kegiatan ini adalah mahasiswa KKN Tematik yang mayoritas berasal dari Fakultas Kedokteran Universitas Halu Oleo.



Gambar 2. Pemeriksaan Kesehatan yang dilakukan oleh Mahasiswa Kedokteran

Kegiatan lain yang dilaksanakan di Desa Cialam Jaya adalah penanaman Tanaman Obat Keluarga (TOGA) yang dilakukan di pekarangan Balai Desa Cialam Jaya Kecamatan Konda Kabupaten Konawe Selatan dengan menanam yaitu tanaman Jahe, Sereh Merah, Kunyit dan Lidah Buaya. Penanaman TOGA di pekarangan Balai Desa Cialam Jaya bertujuan agar masyarakat memanfaatkan tanaman TOGA tersebut sebagai upaya untuk menjaga daya tahan tubuh. Selain itu, penanaman TOGA yang dilakukan juga sebagai salah satu bentuk untuk mengajak masyarakat Desa Cialam Jaya agar lebih memanfaatkan bahan alami yang khasiatnya telah dibuktikan dan tidak kalah dari obat-obatan sintetik.



Gambar 3. Pembuatan Bedengan dan Penanaman Tanaman Obat Keluarga

Hasil kegiatan didukung oleh hasil yang dilakukan oleh (Aldilawati & Hidayat, 2021) yang mengatakan bahwa masyarakat sangat membutuhkan adanya penyuluhan terhadap covid-19 sehingga menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari, seperti menggunakan masker, mencuci tangan, menjaga jarak dan lain-lain. Lebih lanjut (Putri & Pertiwi, 2021), mengungkapkan bahwa sosialisasi penerapan hidup sehat sangat bermanfaat sekali pada masa saat ini, sebagai upaya dalam pencegahan penyebaran virus covid-19, sehingga dengan pelaksanaan sosialisasi masyarakat memperoleh pemahaman untuk menerapkan hidup dan bersih dan sehat.

Pentingnya pengembangan pemanfaatan tanaman obat yang telah terbukti bermanfaat dan diakui keberadaannya karena memang selama ini masyarakat juga telah merasakan khasiatnya. Pemanfaatan tanaman obat keluarga sebagai upaya efektif untuk mencegah penyebaran covid-19 (Li & Gu, 2020; Chen et al., 2020). Kekayaan alam berupa tanaman obat yang sangat berguna ini harus benar-benar dioptimalkan pemanfaatannya karena potensi yang terkandung.

Pengobatan tradisional yang diketahui selain efektif, efisien, dan aman juga bersifat ekonomis sehingga dianggap sebagai solusi terbaik, apalagi dengan semakin melambungnya harga-harga obat modern. Sehingga dengan menggunakan tanaman obat keluarga yang sangat bermanfaat, masyarakat bisa memanfaatkan tanaman obat sebagai obat keluarga untuk kesehatan Masyarakat (Tauhid, 2021).

Program-program yang dijalankan melalui KKN Tematik di desa Cialam Jaya didesain berbasis masyarakat, sehingga potensi yang berhasil dikembangkan akan terjaga keberlanjutannya. Hasil dari monitoring dan evaluasi menjadi acuan untuk melakukan intervensi melalui berbagai program yang relevan, seperti: 1) Menjadikan Desa Cialam Jaya sebagai desa binaan; 2) Mengusulkan Program Kemitraan Masyarakat.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan ini menunjukkan bahwa peningkatan pemahaman masyarakat tentang pola hidup bersih dan sehat (PHBS) dalam lingkungan keluarga untuk pencegahan dan penanggulangan Covid-19 dan pemahaman masyarakat tentang pemanfaatan TOGA adalah baik hal ini dapat dilihat dari antusias masyarakat dalam mengikuti edukasi kesehatan dan Pemanfaatan tanaman obat keluarga.

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat di desa Cialam Jaya didesain berbasis masyarakat, sehingga kegiatan bisa terus dikembangkan dan terjaga keberlanjutannya.

DAFTAR PUSTAKA

- Aldilawati, S., & Hidayat, R. (2021). Edukasi Vaksinasi Covid-19 dan Penerapan 5M Dalam Menanggulangi Penularan Covid-19 di Desa Borisallo Kabupaten Gowa. *Idea Pengabdian Masyarakat*, 1(02), 59–63. <https://doi.org/10.53690/ipm.v1i01.23>.
- Asri, I. H., Lestari, Y., Husni, M., & Yul, Z. M. (2021). Edukasi Pola Hidup Sehat Di Masa Covid-19. *Jurnal Abdi Populika*, 2(1), 56–63. <https://e-journal.hamzanwadi.ac.id/index.php/abdipopulika/article/view/3105>
- Ayu, S. M., Kurniawan, A., Ahsan, A. Y., & Anam, A. K. (2018). Peningkatan Kesehatan Melalui Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Sejak Dini Di

- Desa Hargomulyo Gedangsari Gunung Kidul. *Jurnal Pemberdayaan: Publikasi Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 20-27. <https://doi.org/10.12928/jp.v2i1.437>
- Badan Pusat Statistik (BPS). (2008) *National Family Coordinating Board. Ministry of Health, ORC Macro. Indonesia Demographic and Health Survey 2007, Calverton, Maryland: BPS and ORC Macro, Indonesia*, Badan Pusat Statistik-Statistics Indonesia.
- Buana, D. R. (2020). Analisis Perilaku Masyarakat Indonesia dalam Menghadapi Pandemi Virus Corona (Covid-19) dan Kiat Menjaga Kesejahteraan Jiwa. *SALAM: Jurnal Sosial dan Budaya Syar-i*, 7(3). <https://doi.org/10.15408/sjsbs.v7i3.15082>
- Chen, N., Zhou, M., Dong, X., Qu, J., Gong, F., Han, Y., Qiu, Y., Wang, J., Liu, Y., Wei, Y., Xia, J., Yu, T., Zhang, X., & Zhang, L. (2020). Epidemiological and clinical characteristics of 99 cases of 2019 novel coronavirus pneumonia in Wuhan, China: a descriptive study. *The Lancet*, 395(10223), 507–513. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30211-7](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30211-7)
- Emilda E. (2017). Analisis Pengetahuan Masyarakat Tentang Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (Studi Kasus Kelurahan Situgede, Kecamatan Bogor Barat). *Jurnal Ilmiah Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam*, 14(1), 11-21. <http://dx.doi.org/10.31851/sainmatika.v14i1.1106>
- Ibrahim, Kamaluddin, Mas'ad, Mintasrihadi, Junaidi, AM., & Arsyad. (2020). Bencana Virus Corona Melalui Sosialisasi pada Anak Usia Dini Pada Desa Rempe Kecamatan Seteluk Sumbawa Barat. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 3(3), 191-195. <https://doi.org/10.31764/jpmb.v3i2.2196>
- Intan, T., Hasanah, F., Wardiani, S. R., & Handayani, V. T. (2021). Peningkatan Kualitas Hidup Di Masa Pandemi Covid-19 dengan Penerapan Pola Hidup Sehat. *Jurdimas (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat)* Royal, 4(1), 27–32. <https://doi.org/10.33330/jurdimas.v4i1.834>
- Kemenkes RI, 2020, *Panduan Gizi Seimbang Pada Masa Covid-19*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Li, G., Hu, R., & Gu, X. (2020). A Close-Up on COVID-19 and Cardiovascular Diseases. *Nutrition, Metabolism and Cardiovascular Diseases*. <https://doi.org/10.1016/j.numecd.2020.04.001>
- Lukman, A. M., & Rahmanto, O. (2020). Aplikasi Panduan Pola Hidup Sehat. *Indonesian Journal on Software Engineering (IJSE)*, 6(1), 64–70. <https://doi.org/10.31294/ijse.v6i1.7774>
- Putri, A. N. G., & Pertiwi, F. D. (2021). Tingkat Pengetahuan Dan Perilaku Masyarakat Jatimulya, Kota Depok Tentang Covid-19 Di Masa Adaptasi Kebiasaan Baru (AKB). *Promotor*, 4(5), 483–498. <https://doi.org/10.32493/aljpkm.v2i1.8794>
- Raharjo, S., Tien, & Kadir, L. A. (2020). Pemanfaatan Lahan Tidur melalui Penanaman Tanaman obat (Toga) di Desa Kosambi Kecamatan Benua Kabupaten Konawe Selatan, Provinsi Sulawesi Tenggara. *Jurnal Gema Ngabdi*, 2(1), 79–82. <https://doi.org/10.29303/jgn.v2i1.79>
- Saman, A., Heriansyah, & Rusdin, L. O. (2020). Penyuluhan Pola Hidup Sehat Untuk Mengurangi Dampak Covid-19 pada Penerapan Kebiasaan Baru. *Amal Ilmiah: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(2), 129-135 Doi: <http://dx.doi.org/10.36709/amalilmiah.v3i2.11>
- Suhartiwi, Rusli, M., & Marsuna. (2022). Sosialisasi Pola Hidup Sehat dan Senam Kebugaran pada Siswa Sekolah Dasar. *Amal Ilmiah: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(2), 129-135 Doi: <http://dx.doi.org/10.36709/amalilmiah.v3i2.9>
- Suleman & Supriadi, (2020). Peningkatan Pengetahuan Masyarakat Desa Jelantik

dalam Menghadapi Pandemi Corona Virus Diseases-19 (Covid -19), *Jurnal Hasil Pengabdian dan Pemberdayaan Kepada Masyarakat*, 1(1), 12-17. <https://doi.org/10.33394/jpu.v1i1.2548>

Tauhid, T. (2021). P Penyuluhan Perubahan Prilaku Hidup Bersih DanSehat Masyarakat Dalam Pencegahan Covid 19. *Dinamisia: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(4), 1043–1054. <http://doi.org/10.31849/dinamisia.v5i4.7018>