



Sosialisasi dan Menanam Tanaman Obat Keluarga (TOGA) di Desa Tanjung Harapan

¹Sofina Dwi Juwanda*, ²Yona Fathiyah Veonansa

^{1,2}Universitas Riau

Alamat Surat

Email: sofina.dwi3426@student.unri.ac.id*, yona.fathiyah5583@student.unri.ac.id

Article History:

Diajukan: 15 November 2023; Direvisi: 18 Desember 2023; Accepted: 5 Januari 2024

ABSTRAK

Salah satu upaya untuk meningkatkan imunitas di tengah kasus pandemi Covid - 19 yang semakin meningkat yaitu dengan mengonsumsi minuman herbal yang bisa didapat dari hasil penanaman tanaman obat keluarga (TOGA) seperti jahe, kunyit dan serai. Mengonsumsinya dengan cara ketiga bahan tersebut direbus secara bersamaan kemudian diminum airnya. Kegiatan ini merupakan salah satu bentuk dari program kerja Kuliah Kerja Nyata (KKN) yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai manfaat dari menanam tanaman obat keluarga (TOGA). Kegiatan yang dilakukan ialah pemberian edukasi serta pelatihan penanaman tanaman obat keluarga (TOGA) yang bisa ditanam di sekitar pekarangan rumah. Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Kamis, 13 Juli 2023 di Desa Tanjung Harapan dengan sasaran Bapak – Ibu dan Pemuda masyarakat yang berada di Desa Tanjung Harapan.

Kata kunci: Edukasi, Immunitas, Penanaman TOGA

ABSTRACT

One of the efforts to increase immunity in the midst of the increasing cases of the Covid-19 pandemic is by consuming herbal drinks that can be obtained from the planting of family medicinal plants (TOGA) such as ginger, turmeric and lemongrass. Consume it by boiling the three ingredients together and then drinking the water. This activity is one form of the Real Work Lecture (KKN) program which aims to increase public knowledge about the benefits of growing family medicinal plants (TOGA). The activities carried out are providing education and training on planting family medicinal plants (TOGA) which can be planted around the yard of the house. This activity was carried out on Thursday, July 13, 2023 at Tanjung Harapan Village with the target of a parents and civil in this Tanjung Harapan Village.

Keywords: Education, Immunity Planting of Family Medicinal Plants (TOGA)

1. PENDAHULUAN

Di masa pandemi ini, banyak orang yang berusaha menjaga kesehatan dan keselamatan masing-masing untuk terhindar dari paparan virus Covid -19. Salah satunya ialah berusaha meningkatkan imunitas atau kekebalan tubuh mereka agar terlindungi dari berbagai serangan jenis patogen agar tubuh tetap berada di lingkungan yang sehat.

Salah satu upaya untuk meningkatkan imunitas tubuh tersebut ialah dengan mengonsumsi makanan dan minuman yang dapat mencegah infeksi serta meningkatkan daya tahan tubuh. Tanaman obat keluarga (TOGA) ialah tanaman hasil budidaya atau pemeliharaan yang bersifat alami dan

mudah didapatkan maupun mudah ditanam di sekitar.Pekarangan rumah. Menanam TOGA ini dapat dilakukan di pot, polybag atau dapat memanfaatkan lahan di sekitar rumah (Parawansah, dkk, 2020).

Pada TOGA ini, bagian tanaman yang dapat dimanfaatkan sebagai obat herbal ialah daun, batang, buah biji dan juga akarnya (Harjono, dkk, 2017). Dilihat dari aspek kegunaan, TOGA dapat memberikan banyak manfaat yang dapat dilihat dari segi kesehatan maupun lingkungan. Contoh TOGA yang dapat digunakan sebagai suatu sediaan yang dapat meningkatkan imun di masa pandemi seperti sekarang ini, yaitu jahe, kunyit, dan juga serai yang dapat dibuat menjadi minuman hangat dengan cara direbus secara bersamaan. Kemudian di minum air rebusannya (Meilina, dkk, 2020).

Jahe mengandung minyak atsiri sekitar 2,58% - 2,72% dan paling banyak digunakan untuk industri obat-obatan di Indonesia. Zat - zat yang terkandung dalam minyak atsiri tersebut memiliki berbagai khasiat diantaranya untuk mengobati penyakit ringan seperti masuk angin, sakit kepala, batuk, dan mual - mual (Redi Aryanta, 2019). Kunyit memiliki berbagai manfaat untuk kesehatan, salah satunya untuk mengobati demam dengan menggunakan kandungan zat kimia yang ada di dalam rimpang kunyit seperti minyak atsiri, pati, serat dan abu (Azis, 2019).

Tanaman serai dapat dikonsumsi sebagai obat untuk mengobati sakit kepala, nyeri lambung serta haid yang tidak teratur. Tanaman serai juga dimanfaatkan dalam bentuk minyak atsiri yang menjadi minyak andalan di Indonesia (Basuki, dkk, 2020).

Salah satu kasus Covid-19 yang masih terus meningkat jumlahnya, di satu wilayah terdapat di Desa Tanjung Harapan yang terletak di Kecamatan Kampar Kiri, Kabupaten Kampar Kiri, Riau. Penyampaian edukasi terkait pelatihan budidaya atau penanaman tanaman herbal atau tanaman obat keluarga (TOGA) dilakukan dengan memanfaatkan teknologi yang semakin canggih. Luaran yang diharapkan dari kegiatan edukasi ini adalah terlaksananya cara penanaman TOGA dalam rangka salah satu upaya meningkatkan imunitas tubuh untuk mencegah virus Covid- 19.

2. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan ini merupakan salah satu program kerja dari Kuliah Kerja Nyata (KKN) yang dilaksanakan pada tanggal 13 Juli 2023 di Desa Tanjung Harapan, Kecamatan Kampar Kiri, Kabupaten Kampar. Kegiatan edukasi dan pelatihan penanaman TOGA ini dilakukan secara offline yaitu diksusi melalui Musyawarah dan terjun langsung ke lokasi Desa tersebut. Sasaran kegiatan kelompok ini adalah Bapak/Ibu dan Pemuda masyarakat yang berada di Desa Tanjung Harapan.

Meskipun pelatihan ini dilakukan secara langsung, namun kami tetap mematuhi protokol kesehatan. Persiapan pelaksanaan program kerja ini dilakukan dengan koordinasi bersama salah satu Kepala Dusun dan Kepala Desa yang mengumpulkan Masyarakat untuk dapat berpartisipasi dalam kegiatan ini. Penentuan sasaran tersebut sesuai dengan masalah yang sedang hangat dan telah disetujui oleh pihak Desa maupun dosen pembimbing lapangan (DPL).

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan edukasi dan pelatihan penanaman TOGA di Desa Tanjung Harapan yang dihadiri oleh perwakilan Masyarakat ini berjalan dengan lancar dan diterima sangat baik. Masyarakat yang mengikuti kegiatan dari mulai pemberian edukasi sampai pelatihan penanaman TOGA sangat antusias dan responsif. Ada 2 program kerja yang kelompok kami lakukan, yaitu pemberian edukasi dengan musyawarah dan apa saja manfaat TOGA melalui Musyawarah serta terjun langsung bertemu Masyarakat untuk melakukan pelatihan penanaman TOGA.

a. Pemberian Edukasi Tanaman Obat Keluarga melalui Musyawarah

Bentuk kegiatan ini yaitu membagikan informasi dan edukasi dalam bentuk poster yang berisi cara menanam TOGA dan manfaat-manfaat TOGA seperti jahe, kunyit dan serai. Sasaran utama dari kegiatan ini adalah Bapak/ibu dan Pemuda yang berada di Desa Tanjung Harapan yang memang aktif dan produktif ketika ada kegiatan-kegiatan di Desa.

Setelah kelompok kami membagikan edukasi atau sosialisasi, terlihat bahwa Masyarakat sangat antusias dan responsif ketika mendapat edukasi tersebut. Dibawah ini terdapat langkah- langkah untuk menanam TOGA di pekarangan rumah:

1. Siapkan media tanam yang berisi tanah gembur.
2. Pindahkan bibit semai yang sudah tumbuh pada media tanam yang berupa pot maupun polybag.
3. Pastikan bibit semai beserta akarnya masuk ke dalam media tanah.
4. Atur letak bibit tanaman dengan baik dan benar.
5. Siram tanaman dengan sedikit air setiap sore.



Gambar 1. Tata cara menanam Toga

Setelah kami memberikan sosialisasi cara menanam TOGA, selanjutnya kami juga memberikan sosialisai mengenai manfaat tanaman jahe, kunyit dan serai. Ada banyak manfaat dari TOGA, yaitu meningkatkan gizi dan kesehatan, meningkatkan immunitas tubuh, melawan berbagai bakteri patogen yang menimbulkan penyakit, dan lain-lain. Beberapa manfaat dari tanaman herbal yang bisa digunakan ketika sedang sakit antara lain air jahe yang hangat bisa digunakan untuk mengobati batuk, air serih bisa mengobati sakit dan kram perut, air rebusan kumis kucing dapat digunakan sebagai obat alergi, rebusan kunyit dengan madu dan kuning telur dapat menurunkan panas demam, berkumur-kumur dengan air rebusan daun sirih dapat mengobati sariawan, dan jamu beras kencur dapat memperlancar haid.

b. Terjun langsung untuk pelatihan penanaman TOGA

Selain pemberian edukasi secara Musyawarah, sasaran Ibu-ibu juga diberikan edukasi secara langsung dan dilakukan dengan perwakilan 10 orang guna mentaati salah satu protocol kesehatan yaitu menjaga kebersihan tempat penanaman TOGA. Kegiatan pelatihan penanaman TOGA ini dilaksanakan pada hari Kamis, 13 Juli 2023 bersama Masyarakat Desa Tanjung Harapan.

Dibawah ini terdapat beberapa pelaksanaan program kegiatan pelatihan penanaman TOGA yang dilakukan secara berkumpul di suatu tempat untuk musyawarah.



Gambar 2. Pelatihan penanaman TOGA

1. Kegiatan pertama yaitu pemberian edukasi tentang cara menanam TOGA dan manfaat-manfaat TOGA.
2. Menjelaskan secara langsung kepada Masyarakat mengenai bagaimana cara menanam TOGA yang baik dan benar hingga bagaimana cara melakukan penyiraman agar bibit semai cepat rimpang dengan menggunakan pot dan *polybag*.
3. Kegiatan ketiga yaitu ibu-ibu melakukan praktek menanam TOGA yang berupa jahe merah, kunyit dan serai menggunakan media *polybag* seperti yang sudah kelompok kami praktek-kan sebelumnya.
4. Kegiatan terakhir yaitu kami melanjutkan menanam TOGA masing-masing dusun menggunakan bibit yang sudah kami berikan agar di masing-masing dusun tersebut juga terdapat TOGA.
- 5.



Gambar 3. Pelaksanaan Penanaman TOGA

4. KESIMPULAN

Kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) yang dilakukan oleh kelompok kami secara offline di Desa. Pada kegiatan yang dilakukan mulai dari pemberian edukasi dan sosialisasi secara offline melalui musyawarah sampai praktek langsung dengan sasaran kelompok yaitu Bapak – Ibu dan Pemuda Desa Tanjung Harapan, dapat disimpulkan bahwa memanfaatkan tanaman obat keluarga (TOGA) sangat perlu dilakukan khususnya untuk Ibu Rumah Tangga di tengah wabah penyakit ini agar bisa lebih produktif dan berinovasi. Edukasi dan pelatihan yang sudah diberikan dalam program kerja ini diterima dengan baik karena dapat memberikan pengetahuan dan manfaat kepada masyarakat mengenai mudahnya cara menanam TOGA yang nantinya bisa dimanfaatkan untuk di

konsumsi ketika sedang sakit. Program edukasi dan pelatihan ini telah dilakukan dan disesuaikan dengan kondisi masyarakat.

Ucapan terima kasih kami ucapkan kepada LPPM Universitas Riau yang telah memfasilitasi kegiatan KKN tahun 2023, serta kepada Dosen Pembimbing Lapangan (DPL) kelompok Kampar Kiri 3 yang telah memberikan pengarahan dan dukungan yang positif untuk kegiatan yang kami lakukan.



5. DAFTAR PUSTAKA

- Azis, A. (2019). Kunyit (*Curcuma domestica Val*) Sebagai Obat Antipiretik Abdul Azis Program Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran, Universitas Lampung. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan*, 6(2), 116–120.
- Basuki, A., Puspitasasi, S. W., Soendoro, B. Y., & Anisa, N. N. (2020). Inovasi Pengolahan Tanaman Serai Berbantuan Buku Panduan untuk Meningkatkan Pendapatan Masyarakat Desa Sukorejo Kabupaten Malang. *Jurnal Karinov*, 3(3), 127–132. Retrieved from <http://journal2.um.ac.id/index.php/jki/article/view/16338>
- Harjono, Y., Yusmaini, H., & Bahar, M. (2017). Penyuluhan Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga dan Penanaman Tanaman Obat Keluarga di Kampung Mekar Bakti 01/01, Desa Mekar Bakti Kabupaten Tangerang. *JPM Ruwa Jurai*, 3, 16–21.
- Meilina, R., Dewi, R., & Nadia, P. (2020). Sosialisasi pemanfaatan tanaman obat keluarga (toga) untuk meningkatkan imun tubuh di masa pandemi covid-19. *Jurnal Pengabdian Masyarakat (Kesehatan)*, 2(2), 89–94. Retrieved from <https://jurnal.uui.ac.id/index.php/jpkmk/article/view/1141>
- Parawansah, P., Ezzo, A., & Saida, S. (2020). Sosialisasi Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga Sebagai Upaya Untuk Meningkatkan Imunitas Tubuh Ditengah Pandemi di Kota Kendari. *Journal of Community Engagement in ...*, 3(2), 2018–2021. Retrieved from <https://jceh.org/index.php/JCEH/article/view/90>
- Redi Aryanta, I. W. (2019). Manfaat Jahe Untuk Kesehatan. *Widya Kesehatan*, 1(2), 39–43. <https://doi.org/10.32795/widyakesehatan.v>