

Tanaman Obat Keluarga Sebagai Upaya dalam Mencapai Sustainable Development Goals (SDG's)

Putu Ayu Trisna Febrianty, Sahri Aflah Ramadiansyah, Ni Putu Dera Yanthi
Universitas Pendidikan Nasional
trisnafebrianty@undiknas.ac.id

Abstrak

Tanaman obat keluarga (TOGA) merupakan tanaman yang dapat dibudidayakan dengan mudah di halaman rumah, ladang, atau kebun sebagai bahan pengobatan penyakit. Tanaman obat keluarga (TOGA) menawarkan alternatif pengobatan mandiri yang mudah diakses, murah dan aman. Tanaman obat keluarga dapat dimanfaatkan sebagai obat-obatan alami karena bersifat aktif dalam mencegah serta mengobati penyakit, baik itu penyakit yang disebabkan oleh perubahan cuaca maupun penyakit lainnya yang membutuhkan pertolongan pertama. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk mengedukasi masyarakat Desa Buah, Kecamatan Payangan, Gianyar mengenai jenis, manfaat, metode pembibitan dan cara pengolahan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) menjadi obat alami yang aman dikonsumsi oleh masyarakat dalam upaya menjaga kesehatan tubuh serta dapat digunakan sebagai program pembangunan berkelanjutan. Hasil nyata yang diperoleh dari program pelatihan penanaman obat keluarga ini adalah masyarakat Desa Buah, Kecamatan Payangan, Gianyar mengetahui jenis, manfaat dan cara menanam tanaman obat keluarga yang baik dan benar. Selain itu, masyarakat desa juga memperoleh pengetahuan mengenai cara mengolah rempah-rempah berupa temlawak, kunyit, akar dan alang-alang menjadi jamu herbal yang aman dikonsumsi untuk mengobati penyakit yang timbul akibat perubahan cuaca. Tanaman Obat Keluarga (TOGA) juga memiliki nilai ekonomi untuk meningkatkan kesejahteraan masyarakat melalui program SDG's pembudidayaan tanaman obat.

Kata Kunci : Tanaman Obat Keluarga, Jamu Alami, Program *Sustainable Development Goals* (SDG's)

Abstract

Family medicinal plants (TOGA) are plants that can be easily cultivated in the yard, fields or gardens as ingredients for treating diseases. Family medicinal plants can be used as natural medicines because they are active in preventing and treating diseases, both diseases caused by weather changes and other diseases that require first aid. Family medicinal plants (TOGA) offer an alternative to self-medication that is easy to access, cheap and safe. The aim of this activity is to educate the people of Buah Village, Payangan District, Gianyar about the types, benefits, breeding methods and methods of processing Family Medicinal Plants (TOGA) into natural medicines that are safe for consumption by the community in an effort to maintain body health and can be used as a development program sustainable. The real results obtained from this family medicine planting training program are that the people of Buah Village, Payangan District, Gianyar know the types, benefits and ways to plant family medicine plants properly and correctly. Apart from that, the village community also gained knowledge about how to process spices in the form of temlawak, turmeric, roots and reeds into herbal medicine that is safe to consume to treat diseases that arise due to weather changes. Family Medicinal Plants (TOGA) also has economic value to improve community welfare through the SDG's program of medicinal plant cultivation.

Keywords: Family Medicinal Plants, Natural Herbal Medicine, Sustainable Development Goals (SDG's) Program

I. PENDAHULUAN

Iklim pancaroba yang saat ini tengah terjadi menyebabkan timbulnya perubahan cuaca ekstrim. Cuaca berubah sangat cepat, semula panas terik kemudian berubah turun hujan. Hal ini menyebabkan masyarakat yang melakukan aktivitas di luar rumah berpotensi terserang sakit demam, batuk, pilek dan sebagainya. Masyarakat khususnya di Bali penting untuk menjaga kesehatan karena tanpa tubuh yang sehat, masyarakat tidak akan mampu melakukan kegiatan sehari-hari dengan baik. Kesehatan menjadi salah satu faktor yang sangat penting dalam membangun masyarakat yang sejahtera. Upaya dalam memenuhi kebutuhan kesehatan ini biasanya masyarakat melakukan pengobatan secara instan dengan mengkonsumsi obat-obatan. Obat-obatan apabila dikonsumsi secara terus menerus dapat berbahaya bagi tubuh manusia. Oleh karena itu, kebutuhan akan kesehatan ini dapat dipenuhi dengan mengkonsumsi obat-obatan tradisional yang berasal dari tanaman herbal. Obat dengan bahan-bahan herbal yang bersifat alami lebih diterima oleh tubuh dibandingkan dengan obat berbahan sintetik sehingga memanfaatkan tanaman obat merupakan pilihan yang tepat¹. Keanekaragaman tanaman toga yang ditanam dan dikonsumsi, masyarakat dapat mendapatkan manfaat yang signifikan dalam hal gizi, kesehatan, dan ketahanan pangan².

Tanaman obat keluarga (TOGA) merupakan tanaman yang dapat dibudidayakan dengan mudah di halaman rumah, ladang, atau kebun sebagai bahan pengobatan penyakit. Taman obat keluarga pada hakekatnya sebidang tanah baik di halaman rumah, kebun ataupun ladang yang digunakan untuk membudidayakan tanaman yang berkhasiat sebagai obat dalam rangka memenuhi keperluan keluarga akan obat-obatan³. TOGA adalah tanaman yang tidak memerlukan perawatan khusus, tidak mudah diserang hama penyakit, bibitnya mudah didapat, mudah tumbuh dan tidak termasuk jenis tanaman terlarang dan berbahaya atau beracun⁴. Tanaman obat keluarga dapat dimanfaatkan sebagai obat-obatan alami karena bersifat aktif dalam mencegah serta mengobati penyakit, baik itu penyakit yang disebabkan oleh perubahan cuaca maupun penyakit lainnya⁵. Keragaman tanaman obat yang ada di Indonesia khususnya di Bali, menyebabkan penggunaan pengobatan tradisional oleh masyarakat maupun

¹ Yohanes Martono, Andreas Setiawan & Slamet Widodo, "Family medicinal plant cultivation facility (SABDA TOGA: Sarana Budidaya Tanaman Obat Keluarga) for urban areas in RT 04 and RT 06 RW 07, Tegalarjo Salatiga" (2018) 1:1 *Berdikari J Pengabdian Masyarakat Indonesia* 1-10 at 1-7.

² Siska Mayang Sari, Ennimay & Tengku Abdur Rasyid, "PEMANFAATAN TANAMAN OBAT KELUARGA (TOGA) PADA MASYARAKAT" (2019) 3 *Din J Pengabdian Masyarakat*, online: <<https://journal.unilak.ac.id/index.php/dinamisia/article/view/2833>> at 1-7.

³ Sefia Tri Rohma et al, "Sosialisasi dan Penanaman Tanaman Obat Keluarga (TOGA) di Sepanjang Jalan Dusun Ngaglik, Desa Soronolan, Kabupaten Magelang" (2024) 2:1 *JGEN J Pengabdian Masyarakat* 41-44.

⁴ Maya Fadhillah et al, "Budidaya Tanaman Obat Keluarga untuk Mengaktualisasi Program Go Green di SMA Plus Cendikia Cikeas" (2024) 3:1 *J Pengabdian Masyarakat Indonesia* 211-216 at 211-216.

⁵ Darmawan Harefa, "Pemanfaatan Hasil Tanaman Sebagai Tanaman Obat Keluarga (TOGA)" (2020) 2:2 *Madani Indonesia J Civ Soc* 28-36.

individu telah dilakukan secara turun temurun dari nenek moyang⁶. Tanaman obat keluarga dapat digunakan untuk pengobatan penyakit ringan (masuk angin, flu, demam, panas dalam, batuk pilek), serta pengobatan dan pencegahan penyakit berat (diabetes melitus, tumor, dan kanker) juga dapat disembuhkan. Pada kondisi darurat seperti luka bakar, luka akibat tersayat dapat teratasi dengan cepat apabila masyarakat membudidayakan tanaman obat keluarga dipekarangan rumah. Tidak hanya pengobatan penyakit saja, tanaman obat keluarga juga dapat dimanfaatkan sebagai kosmetik alami untuk menjaga kesehatan rambut dan kulit tubuh. Penyediaan tanaman sebagai obat-obatan keluarga juga bisa mengatasi permasalahan minimnya infrastruktur penunjang seperti apotik, rumah sakit terdekat dan lain-lain⁷.

Penggunaan tanaman obat memiliki keunggulan, pertama efek samping yang relatif kecil apabila digunakan secara terus menerus baik tepat takaran, waktu penggunaan, cara penggunaan, ketepatan pemilihan bahan, dan ketepatan pemilihan obat. Kedua, tanaman obat dapat disinergikan dengan lebih dari satu jenis tanaman yang umumnya apabila disinergikan memiliki efek yang saling mendukung sehingga lebih efektif digunakan dalam upaya penyembuhan penyakit. Pemeliharaan kesehatan melalui pemanfaatan herbal diperlukan dan penting untuk dikembangkan, utamanya jika dikaitkan dengan biaya pengobatan yang makin meningkat⁸. Manfaat yang dimiliki oleh tanaman obat keluarga sangat beragam, meskipun demikian ternyata masih banyak masyarakat yang belum mengetahui pemanfaatan tanaman obat keluarga bahkan tidak mengetahui atau mengenal jenis tanaman obat. Kurangnya pengetahuan masyarakat tentang TOGA (Tanaman Obat Keluarga) ini perlu diperhatikan sehingga dalam kegiatan pengabdian, perlu dilakukan sosialisasi mengenai jenis tanaman, cara bercocok tanam, dan cara pengolahan tanaman obat keluarga sebagai obat dalam mengatasi penyakit. Penanaman Tanaman Obat Keluarga (TOGA) ini juga dapat digunakan sebagai salah satu program yang dapat dikembangkan untuk mencapai *sustainable development goals*. Pemberdayaan masyarakat desa dapat dilakukan dengan mengedukasi dan mengajak warga desa untuk melakukan pembudidayaan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) mulai dari tindakan kecil yaitu melakukan pembibitan di halaman rumah masing-masing warga. Peningkatan kesadaran dan pengetahuan masyarakat mengenai manfaat tanaman toga, strategi budidaya yang tepat, serta upaya peningkatan akses terhadap varietas tanaman toga yang beragam

⁶ Mardudi Mardudi, Eka Selviyanti & Adi Bejo Suwardi, "Etnobotani Tanaman Obat Keluarga di Desa Ujong Gunong Rayeuk, Kota Bahagia, Aceh Selatan" (2021) 2:1 Semin Nas Peningkatan Mutu Pendidik 137-144.

⁷ Muhammad Atmojo & Awang Darumurti, "Pemberdayaan Masyarakat Melalui Tanaman Obat Keluarga (TOGA)" (2021) 4:1 J Abdimas BSI J Pengabdi Kpd Masy 100-109.

⁸ Muhammad Faris Fadhil et al, "Penyuluhan dan Pembuatan Pondok Tanaman Obat Keluarga di RT 06 Desa Bunglai Provinsi Kalimantan Selatan sebagai Upaya Pencegahan dan Pengobatan Hipertensi" (2024) 2:1 Inov J Pengabdi Masy 117-124.

menjadi kunci utama dalam mewujudkan keberhasilan program *sustainable development goals*⁹.

Program pengembangan potensi wilayah ini dilakukan di Kabupaten Gianyar Kecamatan Payangan yang ada di Bali. Setiap wilayah yang ada di Bali memiliki potensi yang menjadikan wilayah tersebut dijadikan sebagai destinasi wisata yang memiliki ciri khas tertentu. Potensi-potensi tersebut biasanya terdapat pada suatu wilayah desa yang sangat berkaitan dengan adanya perkembangan kepariwisataan. Perkembangan kepariwisataan di suatu desa sangatlah diperlukan untuk keberlangsungan kehidupan dan kesejahteraan suatu desa tersebut. Potensi dari Kabupaten Gianyar sebagian besar difungsikan sebagai irigasi persawahan dan perkebunan sehingga Desa Buah an dikembangkan untuk kegiatan wisata alam bagi wisatawan asing maupun wisatawan mancanegara. Desa Buah an ini merupakan sebuah desa yang memiliki lahan yang cocok untuk pertanian. Desa Buah an ditetapkan sebagai Desa Wisata sejak tahun 2017 di wilayah Kabupaten Gianyar. Banyaknya perkebunan dan pertanian milik masyarakat Desa Kerta menjadikan desa ini sebagai ladang untuk berkembangnya suatu daya tarik wisata. Berhubungan dengan prioritas yang ada di Desa Buah an untuk mengedepankan kegiatan pertanian memanfaatkan sumber daya alam yang melimpah. Pengembangan Desa Buah an adalah suatu pilihan yang sangat tepat dengan memanfaatkan kelebihan yang dimiliki. Proses pengembangan desa dalam memanfaatkan kelebihan desa harus didukung dengan adanya identifikasi potensi desa wisata yang masih bisa dikembangkan lagi sebagai upaya untuk mengembangkan perekonomian masyarakat kedepannya¹⁰.

Kegiatan pengabdian dilakukan di lingkungan Desa Buah an, Kecamatan Payangan, Kabupaten Gianyar, Bali. Daerah Payangan Gianyar memiliki potensi yang sangat baik untuk membudidayakan Tanaman Obat Keluarga karena daerah ini memiliki suhu yang sejuk karena berada di dataran tinggi. Tanah yang terdapat di Daerah Payangan ini merupakan jenis tanah humus dengan karakteristik tanah yang bertekstur gembur dan sangat subur untuk ditanamani tumbuhan. Kondisi tanah dan suhu yang sesuai inilah yang ideal digunakan untuk menanam Tanaman Obat Keluarga (TOGA). Warga desa yang memiliki halaman rumah, kebun maupun lahan pertanian sangat berpotensi untuk digunakan bercocok tanam.

II. METODE PELAKSANAAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian dilakukan di Desa Buah an, Kecamatan Payangan, Kabupaten Gianyar, Bali harapannya akan membawa dampak positif bagi masyarakat. Demi tercapainya hasil yang maksimal dalam pelaksanaan pengabdian ini terdapat beberapa metode kajian yang dilakukan untuk menyesuaikan permasalahan yang ada di lokasi pengabdian serta meninjau potensi yang dimiliki oleh Desa Buah an, Kecamatan

⁹ Novita Sari & Thomas Calvin Andjasmara, "Penanaman Tanaman Obat Keluarga (TOGA) untuk Mewujudkan Masyarakat Sehat" (2023) 5:1 J Bina Desa 124–128.

¹⁰ Putu Aditya Dharma Arya Wiguna & I Nyoman Sukma Arida, "Identifikasi Potensi Desa Wisata Kerta Payangan, Kabupaten Gianyar, Bali" (2019) 7:2 J Destin PARIWISATA 261–268.

Payangan, Kabupaten Gianyar ini. Adapun metode yang dilakukan pada kegiatan pengabdian diantaranya :

1. Observasi, merupakan metode awal yang dilakukan dalam pelaksanaan pengabdian. Anggota tim pengabdian melakukan observasi terlebih dahulu terhadap tempat, dan kondisi warga desa, untuk meninjau permasalahan yang terjadi serta potensi yang dimiliki desa sehingga potensi tersebut nantinya dapat dikelola sebagai upaya meningkatkan kesejahteraan masyarakat. Tim pengabdian juga melakukan wawancara dengan beberapa warga Desa Payangan dan Kepala Desa Payangan untuk meninjau potensi yang dimiliki oleh wilayah Desa Buah, Kecamatan Payangan, Gianyar.
2. Sosialisasi Tanaman Obat Keluarga (TOGA) dan Sosialisasi SDG's. Kegiatan ini merupakan komponen penting dalam pelaksanaan pengabdian mengingat masih banyaknya masyarakat yang saat ini tidak mengetahui jenis bahkan pemanfaatan tanaman obat sebagai obat alami yang aman dikonsumsi dalam jangka waktu lama. Sasaran dari kegiatan ini adalah ibu-ibu PKK untuk memberikan pemahaman dan pengetahuan bagi masyarakat dalam memanfaatkan tanaman obat sebagai pertolongan pertama pengobatan luka secara alami. Sosialisasi ini juga memberikan masukan bagi perangkat desa untuk memanfaatkan budidaya tanaman obat keluarga dalam meningkatkan kesejahteraan masyarakat. Materi yang disampaikan saat presentasi berkaitan dengan variasi jenis – jenis tanaman, cara penanaman, manfaat dari masing – masing tanaman obat keluarga dan cara mengolah tanaman menjadi obat alami untuk mengatasi berbagai penyakit.
3. Penanaman tanaman obat keluarga, pelaksanaan penanaman tanaman dilakukan oleh seluruh peserta kegiatan ke rumah-rumah warga. Penanaman tanaman obat keluarga di halaman rumah warga ini menjadi tindakan awal untuk mengajak warga membudidayakan tanaman obat keluarga dengan langkah sederhana. Tanaman Obat Keluarga juga ditanam di lokasi Puspa Aman milik Desa Buah sebagai sarana edukasi kepada warga desa mengenai keragaman jenis Tanaman Obat Keluarga (TOGA). Tanaman obat keluarga yang dipilih merupakan tanaman yang mudah diperoleh oleh masyarakat desa, mudah untuk ditanam dan dirawat oleh masyarakat terutama masyarakat Desa Buah, Kecamatan Payangan, Gianyar. Pemilihan tanaman juga berdasarkan pada manfaat tanaman obat keluarga yang paling dibutuhkan sebagai pertolongan pertama mengatasi penyakit ringan. Penanaman obat keluarga diawali dengan pembuatan kebun – kebun kecil di pekarangan rumah warga. Kebun kecil tersebut nantinya dapat dimanfaatkan oleh warga khusus untuk menanam tanaman TOGA saja.
4. Pengolahan jamu, merupakan komponen penting lainnya pada kegiatan pengabdian. Tanaman Obat Keluarga diolah menjadi jamu minuman alami berkhasiat untuk mengatasi berbagai penyakit yang ditimbulkan dari perubahan cuaca. Pengolahan jamu yang dilakukan menggunakan bahan dasar temulawak, kunyit, akar alang-alang dan campuran madu sehingga jamu yang memiliki *image* pahit dapat diminati oleh generasi muda. Pemilihan tanaman obat keluarga yang

diolah menjadi jamu dilakukan dengan meninjau tanaman yang telah tersedia di Desa Buah, Kecamatan Payangan, Gianyar. Pada proses pengolahan jamu, masyarakat diajak untuk mencicipi jamu sekaligus menginformasikan manfaat yang akan diterima oleh masyarakat ketika mengkonsumsi jamu tersebut.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan pengabdian masyarakat merupakan salah satu bentuk Tri Dharma Perguruan Tinggi yang dilakukan oleh dosen dan mahasiswa. Kegiatan ini memiliki manfaat baik bagi masyarakat sekitar, dosen, maupun mahasiswa terutama dalam hal *transfer knowledge* maupun *sharing* mengenai potensi desa yang dapat digunakan sebagai wilayah membudidayakan tanaman TOGA. Pada kegiatan pengabdian ini dilakukan pemberdayaan masyarakat Desa Buah, Kecamatan Payangan, Kabupaten Gianyar. Mengingat wilayah ini merupakan wilayah yang memiliki keadaan geografis di daerah dataran tinggi dengan udara sejuk dan tanah subur maka pemberdayaan masyarakat dengan program TOGA tepat dilakukan. Kegiatan pengabdian ini melewati beberapa metode pelaksanaan sehingga memberikan dampak bagi masyarakat Desa Buah dan peserta kegiatan. Adapun hasil dari kegiatan ini adalah sebagai berikut :

a. Observasi

Kegiatan observasi dilakukan dengan metode jelajah yang meliputi berbagai kawasan eksplorasi wilayah Desa Buah, Kecamatan Payangan Gianyar. Wawancara juga dilakukan kepada beberapa warga desa setempat dan kepala desa. Berdasarkan hasil observasi, ternyata masyarakat Desa Buah sudah memanfaatkan sebagian dari tanaman obat sebagai bahan masakan. Observasi terhadap hasil alam di Desa Payangan dilakukan untuk mengetahui potensi desa dalam pemanfaatan tanaman obat keluarga. Berdasarkan data dari Direktorat Jendral Pelayanan Kesehatan, manfaat dari variasi tanaman obat tersebut adalah sebagai berikut :

Tabel 1. Data Manfaat dari Jenis Tanaman Obat Keluarga di Desa Buah

No	Jenis Tanaman	Ciri – ciri Tanaman	Manfaat
1	Temulawak	Temulawak termasuk ke dalam family Zingiberaceae berwarna jingga tua atau kecoklatan, beraroma tajam, menyengat dan rasa sedikit pahit ¹¹	Mengatasi masalah pencernaan, menambah nafsu makan mengatasi kram perut saat haid, mentatasi masuk angin, membantu pengobatan kanker.
2	Jahe	Rimpang berwarna kuning dilapisi kulit kecoklatan	Mengatasi masalah sistem pencernaan, menghangatkan tubuh, dan mengobati flu ¹²
3	Jeruk Nipis	Menyerupai buah jeruk kecil dan berwarna hijau, rasa asam	Mengobati infeksi kulit, meredam diabetes
4	Kunyit	Umbi-umbian berwarna kuning	Mengobati radang, mengatasi perut kembung, mengobati alergi. demam ¹³
5	Akar alang -alang	Ruas – ruas pada rimpang daun alang – alang tegak bergaris menyempit ke bagian pangkal	Mengatasi demam, menjaga daya tahan tubuh, meredakan asma
6	Jambu biji	Batang berkayu, daun tunggal, buah berwarna hijau terdapat banyak biji menyebar di dalam buah	Mencegah diabetes, memperkuat daya tahan tubuh, melancarkan saluran pencernaan

¹¹ I N Lugrayasa, I M Ardaka & I P A H Wibawa, “Eksplorasi Tanaman Usada dan Upakara di Kabupaten Gianyar dalam Rangka Mendukung Pengembangan Kebun Raya Gianyar” 13:1 J Widya Biol.

¹² Ignatia Yohana Rembet & Meylani Dewi Wowor, “MANFAAT JAHE (ZINGIBER OFFICINALE ROSCOE) UNTUK MENURUNKAN KADAR GULA DARAH PADA PENYAKIT DIABETES MELITUS TIPE 2” (2024) 2:2 Watson J Nurs 51–65.

¹³ Raga Samudera et al, “PEMBERDAYAAN MASYARAKAT MELALUI PENGOLAHAN DAN PENGEMASAN PRODUK MINUMAN TANAMAN OBAT KELUARGA ‘BUBUK JAHE DAN KUNYIT’ DI DESA BERINGIN” (2024) 10:1 J Pengabdi AL-IKHLAS Univ ISLAM KALIMANTAN MUHAMMAD ARSYAD AL BANJARY, online: <<https://ojs.uniska-bjm.ac.id/index.php/AIJP/article/view/12890>>.

7	Kemangi	daun tunggal, berwarna hijau, memiliki pertulangan menyirip	Baik untuk ibu menyusui mampu memperlancar asi, meringankan perut kembung dan sebagai pereda batuk ¹⁴ .
8	Sereh wangi	Dauh bertekstur kasar dan tajam	Mengobati gatal-gatal akibat bekas sengatan tawon, sebagai bahan aroma terapi
9	Lengkuas	Rimpang ruas berwarna merah kuning kecoklatan	Anti rematik untuk pegal linu, mengobati radang telinga dan radang lambung
10	Daun salam	Berbentuk lonjong ujung meruncing berwarna hijau	Sebagai oobat diare, kencing manis, sakit maag dan mampu menurunkan darah tinggi
11	Kumis kucing	tepi daun bergerigi. memiliki bunga tersusun dalam bentuk tandan dalam jumlah banyak, berwarna putih	Dimanfaatkan sebagai teh herbal, batu ginjal, kencing manis dan mengobati sembelit
12	Delima	Buah berbentuk bulat, kulit bercak – bercak bila sudah matang	Menurunkan tekanan darah dan menjaga kesehatan gigi

Sumber : <https://yankes.kemendes.go.id>

¹⁴ Titiék Sumarawati et al, “Penyuluhan bagi Kader PKK Desa Banjardowo tentang Potensi Tanaman Kemangi (*Ocimum Sanctum* Linn) terhadap Kesehatan” (2024) 3:1 J Pengabdian Masyarakat Kedokteran 33–38.

Berdasarkan Tabel 1 mengenai data manfaat jenis Tanaman Obat Keluarga yang telah tersedia di Desa Buahon, menunjukkan bahwa terdapat banyak jenis tanaman obat yang dapat tumbuh subur namun pemanfaatannya belum maksimal akibat kurangnya edukasi kepada masyarakat terkait pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA). Terdapat beberapa jenis tanaman yang sudah digunakan oleh masyarakat Desa Buahon, yaitu temulawak, jahe, kunyit, jambu biji, akar alang-alang, jeruk nipis, jambu biji dan sebagainya. Jenis tanaman ini dapat menjadi pendamping keluarga sebagai alternatif obat-obatan keluarga. Tanaman obat keluarga yang telah tersedia di Desa Buahon, Payangan, Gianyar tumbuh dilahan pertanian masyarakat desa dan juga di pekarangan rumah mereka. Tanaman ini biasanya dimanfaatkan sebagai bumbu-bumbu masakan dan juga dimanfaatkan untuk sarana persembahyangan seperti buah delima dan jambu biji sering digunakan untuk membuat sesajen yang dipersembahkan di tempat suci. Temulawak, jahe, kunyit, akar alang-alang, lengkuas, sereh wangi, daun salam dimanfaatkan oleh masyarakat desa sebagai bahan masakan untuk menambah cita rasa masakan Bali yang kaya akan rempah-rempah. Kumis kucing biasanya digunakan oleh masyarakat Desa Buahon hanya sebagai tanaman hias yang tumbuh di pekarangan rumah. Warna bunga kumis kucing yang putih bersih menyerupai helaian kumis kucing menjadikan tanaman ini terlihat unik untuk dijadikan sebagai tanaman hias.

Desa Buahon, Kecamatan Payangan, Kabupaten Gianyar Bali merupakan wilayah dengan kondisi tanah gembur dan subur. Wilayah ini termasuk wilayah dataran tinggi sehingga suhunya sejuk, lembab namun tetap mendapatkan sinar matahari cukup. Kondisi ini sangat cocok ditanami rempah-rempah dan tanaman obat. Berbagai tanaman yang tumbuh di sekitar wilayah Desa Buahon Kecamatan Payangan, Gianyar juga sudah sering diolah serta dikonsumsi oleh masyarakat sebagai sarana prasarana untuk kegiatan upacara keagamaan. Masyarakat Desa Payangan Gianyar mayoritas merupakan umat Hindu, di mana umat Hindu melakukan kegiatan persembahyangan menggunakan hasil alam seperti buah, daun, bunga, hingga umbi-umbian. Hal inilah yang menjadi salah satu alasan masyarakat Desa Buahon membudidayakan tanaman yang sebagian besar merupakan tanaman obat keluarga. Namun masyarakat Desa Payangan belum menyadari hal tersebut dan tidak memiliki pemahaman mengenai jenis dan manfaat dari tanaman obat yang telah digunakan.

Keberadaan berbagai jenis tanaman toga ini belum dimanfaatkan dengan maksimal akibat kurangnya pengetahuan masyarakat terhadap penggunaan tanaman sebagai obat alami yang aman dikonsumsi tanpa efek samping. Kegiatan pengabdian ini diharapkan dapat memberi masukan berupa pengetahuan bagi masyarakat sehingga dapat menggunakan tanaman obat sebagai obat pendamping keluarga.

b. Sosialisasi Tanaman Obat Keluarga (TOGA)

Pelaksanaan pengabdian dilakukan dengan beberapa metode tahapan, salah satunya adalah kegiatan sosialisasi. Sosialisasi terbagi menjadi dua sesi, yaitu sosialisasi

terhadap jenis - jenis, manfaat hingga cara menanam tanaman TOGA yang tepat kemudian dilanjutkan dengan sosialisasi program *Sustainable Development Goals* terkait budidaya TOGA. Sasaran audiens dari kedua sosialisasi, berbeda. Sosialisasi pertama menargetkan ibu-ibu PKK yang merupakan kader kesehatan utama dalam keluarga. Ibu-ibu PKK memiliki peran sebagai istri dan ibu di dalam keluarga sehingga ibu-ibu PKK tentunya akan memperhatikan kebutuhan terutama kebutuhan akan kesehatan keluarga. Hal inilah yang ditinjau, sehingga ibu-ibu PKK perlu diberikan pemahaman mengenai Tanaman Obat Keluarga. Hasilnya, ibu-ibu PKK sangat antusias terkait pembudidayaan Tanaman Obat Keluarga di halaman rumah sebagai obat alami pendamping keluarga. Pembicara pada sosialisasi pertama menampilkan jenis tanaman yang termasuk ke dalam tanaman obat keluarga. Pada kegiatan ini sekaligus dipaparkan manfaat dari masing – masing jenis tanaman. Tanaman kunyit misalnya dapat dimanfaatkan oleh ibu – ibu PKK sebagai pertolongan pertama dalam mengobati luka akibat goresan benda tajam, selain itu juga dapat dimanfaatkan untuk mentasai nyeri menstruasi yang kerap menjadi keluhan wanita setiap bulannya.

Setelah menjelaskan mengenai jenis dan manfaat dari berbagai tanaman obat keluarga, selanjutnya ibu – ibu PKK diberikan pemahaman mengenai cara menanam bibit tanaman obat keluarga agar hasilnya maksimal. Tanah yang dipilih adalah tanah humus yang harus digemburkan terlebih dahulu kemudian dicampurkan pupuk alami terbuat dari kotoran hewan. Pada kegiatan sosialisasi, ibu - ibu PKK dibagikan pupuk organik dari kotoran kelinci. Kotoran kelinci sebelumnya sudah diolah sehingga dapat diaplikasikan langsung ke media tanam. Kegiatan sosialisasi penting dilakukan sebagai upaya untuk meningkatkan kesadaran, pengetahuan, pola pikir, dan gaya hidup sehat masyarakat dapat ditingkatkan melalui pemberian pendidikan kesehatan. Apabila tanaman obat dapat dirawat dengan baik, maka tanaman obat juga bisa menjadi tambahan penghasilan bagi keluarga.¹⁵



Gambar 1. Sosialisasi Tanaman Obat Keluarga dan SDG's

¹⁵ Ruri Arifah Nor Raniawati et al, "Pemanfaatan Pekarangan Rumah Melalui Kegiatan Menanam Tanaman Obat Keluarga di Dusun 4 Tegalsari Weru Sukoharjo" (2024) War LPM 90–101.

Sosialisasi kedua merupakan sosialisasi *Sustainable Development Goals* (SDG's) menargetkan perangkat desa. Kegiatan ini diawali dengan *focus group discussion* antara pihak tim pengabdian dengan pihak Desa Buah, Kecamatan Payangan, Gianyar. Pada program ini, perangkat desa diajak untuk memanfaatkan media yang sudah ada, yaitu Puspa Aman milik Desa Buah sebagai sarana untuk membudidayakan Tanaman Obat Keluarga di lokasi tersebut. Puspa Aman adalah salah satu lokasi yang telah diciptakan oleh masyarakat Desa Buah sebagai sarana edukasi bagi anak-anak mengenai berbagai jenis tanaman dan pembudidayaannya. Kegiatan ini diawali dengan *focus group discussion* antara pihak tim pengabdian dengan pihak Desa Buah, Kecamatan Payangan, Gianyar. Selain menjadi sarana edukasi, Puspa Aman apabila dilengkapi dengan berbagai jenis tanaman obat dan ditata dengan memperhatikan estetika dapat menjadi daya tarik wisatawan. Kecamatan Payangan, Gianyar merupakan salah satu tujuan wisata yang saat ini ramai pengunjung karena pada wilayah tersebut terdapat wisata *river water sport*. Hal ini menjadi peluang bagi Desa Buah khususnya untuk menarik minat wisatawan domestik dan mancanegara mengunjungi objek budidaya Tanaman Obat Keluarga. Hasilnya, masukan ini akan dipertimbangkan untuk ditinjau kembali oleh Perangkat Desa Buah, Kecamatan Payangan.

c. Penanaman Tanaman Obat Keluarga

Program kerja pada pelaksanaan pengabdian masyarakat selanjutnya adalah penanaman tanaman obat di rumah-rumah warga dan lokasi Puspa Aman. Tujuan dari program penanaman tanaman obat ini adalah sebagai langkah awal mengajak warga mulai melakukan pembudidayaan tanaman obat mulai dari rumah masing-masing. Penyebaran peserta menuju rumah-rumah warga juga ditujukan untuk mengedukasi warga mengenai cara menanam dan merawat tanaman TOGA. Terdapat 16 kelompok peserta yang terbagi untuk menuju kerumah – rumah warga. Desa Buah terbagi menjadi lima wilayah, yaitu Banjar Susut, Banjar Jaang, Banjar Gambi, Banjar Satung dan Banjar Buah. Pada rangkaian penanaman tanaman toga ini, setiap peserta pengabdian masyarakat dibagikan tanaman seperti jambu biji, tanaman daun salam, tanaman sereh wangi, tanaman delima, bibit kumis kucing, bibit tanaman daun salam, bibit tanaman kunyit dan bibit temulawak. Seluruh bibit tanaman tersebut memiliki dampak positif yang signifikan bagi kesehatan masyarakat. Tanaman yang dipilih mudah dicari dan memiliki harga yang murah tetapi memiliki manfaat yang melimpah. Selain itu, tanaman yang dipilih juga bisa dijadikan sebagai bahan untuk membuat jamu. Tanaman TOGA yang dipilih mudah ditanam dan dirawat di dalam pot, dalam polybag atau dapat menggunakan pekarangan di sekitar rumah Peserta kegiatan bersama warga desa bersama – sama membuat kebun kecil di halaman rumah warga. Pada pelaksanaan pembuatan kebun ini tim pengabdian bekerjasama dengan pemerintah desa dan masyarakat,

mengingat untuk pembuatan lahan atau kebun tanaman obat keluarga harus ada persetujuan dari pihak pemilik lahan.

Pembuatan kebun ini dilakukan dengan tujuan untuk mempermudah masyarakat dalam menyatukan tanaman yang bisa dijadikan sebagai obat-obatan sekaligus menunjukkan kepada warga cara melakukan penanaman tanaman obat keluarga agar hasilnya subur. Mengingat potensi kesuburan alamnya yang sangat luar biasa maka tim pengabdian melakukan pembelian tanaman yang mudah untuk tumbuh dan perawatannya juga mudah. Selain itu pembelian tanaman ini juga dilihat dari manfaatnya yang paling banyak di gunakan oleh masyarakat sebagai bahan obat-obatan atau obat pendamping keluarga. Hasilnya pada proses pelaksanaan penanaman, masyarakat Desa Buahhan Kecamatan Payangan turut andil dalam mempraktekkan menanam tanaman yang telah didistribusikan pada kegiatan pengabdian. Kegiatan ini didukung oleh pemerintah desa dengan harapan kedepannya masyarakat desa dapat lebih mandiri terutama dalam hal menjaga kesehatan keluarga.

Kegiatan penanaman tanaman obat keluarga juga dilakukan di wilayah Puspa Aman sebagai sarana edukasi masyarakat Desa. Peningkatan pengetahuan dan keterampilan masyarakat tentang mengenal jenis tanaman obat keluarga beserta manfaatnya merupakan salah satu kegiatan pengembangan pemanfaatan tanaman obat keluarga. Hal ini dilakukan dengan tujuan untuk melestarikan tanaman TOGA dan persediaan obat herbal keluarga. Lokasi ini dapat pula dikembangkan menjadi objek wisata buatan bagi wisatawan asing yang berminat mempelajari jenis tanaman obat yang hanya dapat tumbuh di Indonesia. Wilayah Puspa Aman ini perlu dialokasikan dan ditata kembali untuk menambah kesan kerapian dan estetika. Peningkatan kesadaran dan pengetahuan masyarakat mengenai manfaat tanaman toga, strategi budidaya yang tepat, serta upaya peningkatan akses terhadap varietas tanaman toga yang beragam dapat dilakukan pada wilayah Puspa Aman sehingga wilayah ini dapat menjadi kunci utama dalam mewujudkan keberhasilan program diversifikasi pangan dan wisata alam¹⁶.

Proses pelaksanaan kegiatan ini, masyarakat juga mempunyai andil besar terutama dalam pembuatan sampai penanaman, namun masih ada tahapan terakhir yang harus dilakukan oleh masyarakat, yaitu proses perawatan kebun tanaman obat keluarga. Apabila masyarakat melakukan perawatan yang baik maka tanaman yang ditanam juga akan tumbuh dengan baik sehingga bisa bermanfaat bagi masyarakat secara terus – menerus.

d. Pengolahan jamu

Kegiatan pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) dilakukan dengan mengolah menjadi minuman jamu tradisional. Produksi jamu dilakukan dengan tujuan untuk memberikan masukan cara mengolah tanaman obat sebagai obat alami. Kegiatan ini juga bertujuan untuk mengajak generasi muda yaitu mahasiswa dan masyarakat Desa Buahhan mengubah *mindset* “jamu rasanya pahit” menjadi

menggemari jamu sebagai pilihan minuman enak menyehatkan. Kegiatan ini sekaligus memperkenalkan kepada masyarakat bahwa bahan – bahan alami yang berasal dari tanaman obat keluarga dapat digunakan secara bersamaan dengan mencampurkan beberapa bahan menjadi minuman yang menyegarkan. Pembuatan jamu berasal tanaman obat keluarga dari campuran temulawak, kunyit, akar alang-alang yang dicampurkan jeruk nipis, dan madu.

Cara pembuatan jamu alami ini dilakukan mula – mula temulawak, kunyit, akar alang – alang dicuci bersih dan dikupas kulitnya. Temulawak, kunyit, akar alang – alang dibakar hingga tercium aroma terbakar, kemudian di tumbuk kasar menggunakan mortar. Bagi warga desa yang tidak memiliki mortal dapat menggunakan alat tumbuk lain (lesung) dengan cacatan lesung sudah dicuci bersih. Ramuan jamu kemudian direbus dengan air secukupnya hingga mendidih. Air rebusan ramuan jamu yang sudah matang kemudian disaring hingga bersih dari ampas. Ramuan jamu didiamkan selama beberapa menit hingga ramuan tidak panas lagi untuk dikonsumsi. Bagi masyarakat yang menyukai minuman hangat dapat langsung mengkonsumsi ramuan jamu tersebut. Apabila ramuan jamu sudah dingin, dapat ditambahkan madu untuk menambah cita rasa manis. Ramuan jamu juga dapat diisi perasan jeruk nipis sesuai selera untuk menambah kesegaran ramuan jamu. Hasilnya, generasi muda khususnya mahasiswa bersedia mencicipi jamu hasil olahan Tanaman Obat Keluarga dan menyukai cita rasa jamu tersebut. Diharapkan jamu dapat menjadi pilihan utama bagi generasi muda sebagai obat alami yang aman dikonsumsi.

Ramuan jamu campuran temulawak, kunyit, akar alang-alang, jeruk nipis dan madu ini sangat berkhasiat untuk meningkatkan imun tubuh, cocok dikonsumsi saat pergantian musim. Temulawak dan kunyit dikenal sebagai peningkat nafsu makan. Komponen dalam temulawak yang diduga berkontribusi pada peningkatan nafsu makan adalah minyak atsirinya. Temulawak dan kunyit mengandung senyawa kurkumin yang juga berperan dalam merangsang nafsu makan¹⁷. Manfaat lainnya

adalah sebagai antibakteri, antioksidan, antiinflamasi, antikanker, penurun gula darah dan imunomodulator. Ramuan jamu ini juga dapat mengatasi sakit flu, demam dan batuk akibat perubahan cuaca yang sering terjadi di Bali.



Gambar 3. Pengolahan Tanaman Obat Keluarga menjadi Jamu

Ramuan jamu temulawak, kunyit dan akar alang – alang ini juga dapat dijadikan peluang bisnis apabila dilakukan uji klinis dan dikemas dalam kemasan higienis dan menarik perhatian konsumen. Pelaksanaan program produksi ramuan jamu ini dapat dikembangkan lebih lanjut.

IV. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pelaksanaan yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa TOGA merupakan sumber daya kesehatan yang berharga dan mudah diakses oleh masyarakat. Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga apabila digunakan secara optimal dapat meningkatkan kesehatan keluarga dan mendukung pelestarian budaya pengobatan tradisional. Kegiatan ini sangat bermanfaat bagi masyarakat Desa Buah, Kecamatan Payangan, Kabupaten Gianyar. Kegiatan ini juga sangat bermanfaat bagi peserta yang terdiri dari dosen dan mahasiswa. Adapun manfaat yang dapat diperoleh adalah meningkatkan pengetahuan terkait jenis, manfaat, metode penanaman TOGA yang baik dan benar serta cara mengolah tanaman TOGA sebagai obat untuk mengatasi penyakit. Adapun kegiatan yang dilakukan, diantaranya pertama, sosialisasi jenis dan manfaat tanaman obat keluarga kegiatan ini dilakukan guna meningkatkan pengetahuan maupun pengalaman ibu-ibu PKK dalam memanfaatkan tanaman sebagai bahan obat-obatan. Kedua, dilakukan sosialisasi SDG's menargetkan perangkat desa setempat untuk mengembangkan program budidaya Tanaman Obat Keluarga secara berkelanjutan demi meningkatkan perekonomian warga Desa Buah Kecamatan Payangan, Gianyar. Ketiga, melakukan penanaman secara langsung sebagai upaya tindakan awal untuk menginspirasi warga Desa Buah melakukan penanaman tanaman TOGA di rumah masing-masing. Penanaman tanaman obat keluarga dilakukan dengan pembentukan kebun - kebun kecil di pekarangan rumah warga sekaligus membuka lahan di rumah warga khusus untuk tanaman obat keluarga. Keempat, melakukan kegiatan pengolahan tanaman TOGA menjadi jamu tradisional. Kegiatan ini mengedukasi sekaligus meningkatkan minat warga desa dan peserta untuk

mengonsumsi obat-obatan alami dalam upaya memelihara kesehatan tubuh. Kegiatan ini tentunya

V. UCAPAN TERIMA KASIH

Terlaksananya kegiatan ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak. Ucapan terimakasih diucapkan kepada Tim VIRAL Universitas Pendidikan Nasional yang telah memberikan *support* untuk melaksanakan kegiatan pengabdian ini. Selain itu, ucapan terimakasih juga disampaikan kepada Pemerintah Desa Buahon, Kecamatan Payangan, Kabupaten Gianyar, Bali yang telah memberi kesempatan untuk melaksanakan pengabdian dan berinteraksi dengan masyarakat desa, dan juga ucapan terimakasih kepada masyarakat Desa Buahon yang telah berpartisipasi dalam kegiatan pengabdian sehingga kegiatan pengabdian dapat berjalan lancar. Hal ini sekaligus memberikan pengalaman dan pengetahuan terkait bersosialisasi dengan masyarakat luas.

VI. DAFTAR PUSTAKA

- Atmojo, Muhammad & Awang Darumurti, “Pemberdayaan Masyarakat Melalui Tanaman Obat Keluarga (TOGA)” (2021) 4:1 J Abdimas BSI J Pengabdi Kpd Masy 100–109.
- Fadhil, Muhammad Faris et al, “Penyuluhan dan Pembuatan Pondok Tanaman Obat Keluarga di RT 06 Desa Bunglai Provinsi Kalimantan Selatan sebagai Upaya Pencegahan dan Pengobatan Hipertensi” (2024) 2:1 Inov J Pengabdi Masy 117–124.
- Fadhillah, Maya et al, “Budidaya Tanaman Obat Keluarga untuk Mengaktualisasi Program Go Green di SMA Plus Cendikia Cikeas” (2024) 3:1 J Pengabdi Masy Indones 211–216.
- Harefa, Darmawan, “Pemanfaatan Hasil Tanaman Sebagai Tanaman Obat Keluarga (TOGA)” (2020) 2:2 Madani Indones J Civ Soc 28–36.
- Lugrayasa, I N, I M Ardaka & I P A H Wibawa, “Eksplorasi Tanaman Usada dan Upakara di Kabupaten Gianyar dalam Rangka Mendukung Pengembangan Kebun Raya Gianyar” 13:1 J Widya Biol.
- Mardudi, Mardudi, Eka Selviyanti & Adi Bejo Suwardi, “Etnobotani Tanaman Obat Keluarga di Desa Ujong Gunong Rayeuk, Kota Bahagia, Aceh Selatan” (2021) 2:1 Semin Nas Peningkatan Mutu Pendidik 137–144.
- Martono, Yohanes, Andreas Setiawan & Slamet Widodo, “Family medicinal plant cultivation facility (SABDA TOGA: Sarana Budidaya Tanaman Obat Keluarga) for urban areas in RT 04 and RT 06 RW 07, Tegalrejo Salatiga” (2018) 1:1

- Berdikari J Pengabdi Masy Indones 1–10.
- Raniawati, Ruri Arifah Nor et al, “Pemanfaatan Pekarangan Rumah Melalui Kegiatan Menanam Tanaman Obat Keluarga di Dusun 4 Tegalsari Weru Sukoharjo” (2024) *War LPM* 90–101.
- Rembet, Ignatia Yohana & Meylani Dewi Wowor, “MANFAAT JAHE (ZINGIBER OFFICINALE ROSCOE) UNTUK MENURUNKAN KADAR GULA DARAH PADA PENYAKIT DIABETES MELITUS TIPE 2” (2024) *2:2 Watson J Nurs* 51–65.
- Rohma, Sefia Tri et al, “Sosialisasi dan Penanaman Tanaman Obat Keluarga (TOGA) di Sepanjang Jalan Dusun Ngaglik, Desa Soronalan, Kabupaten Magelang” (2024) *2:1 JGEN J Pengabdi Kpd Masy* 41–44.
- Samudera, Raga et al, “PEMBERDAYAAN MASYARAKAT MELALUI PENGOLAHAN DAN PENGEMASAN PRODUK MINUMAN TANAMAN OBAT KELUARGA ‘BUBUK JAHE DAN KUNYIT’ DI DESA BERINGIN” (2024) *10:1 J Pengabdi AL-IKHLAS Univ ISLAM KALIMANTAN MUHAMMAD ARSYAD AL BANJARY*, online: <https://ojs.uniska-bjm.ac.id/index.php/AIJP/article/view/12890>.
- Sari, Novita & Thomas Calvin Andjasmara, “Penanaman Tanaman Obat Keluarga (TOGA) untuk Mewujudkan Masyarakat Sehat” (2023) *5:1 J Bina Desa* 124–128.
- Sari, Siska Mayang, Ennimay & Tengku Abdur Rasyid, “PEMANFAATAN TANAMAN OBAT KELUARGA (TOGA) PADA MASYARAKAT” (2019) *3 Din J Pengabdi Kpd Masy*, online: <https://journal.unilak.ac.id/index.php/dinamisia/article/view/2833>.
- Sumarawati, Titiiek et al, “Penyuluhan bagi Kader PKK Desa Banjardowo tentang Potensi Tanaman Kemangi (*Ocinum Sanctum Linn*) terhadap Kesehatan” (2024) *3:1 J Pengabdi Masy Kedokt* 33–38.
- Wiguna, Putu Aditya Dharma Arya & I Nyoman Sukma Arida, “Identifikasi Potensi Desa Wisata Kerta Payangan, Kabupaten Gianyar, Bali” (2019) *7:2 J Destin PARIWISATA* 261–268.