

## Pentingnya Ketersediaan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) Untuk Menghindari Penggunaan Obat Kimia Secara Konsumtif

Misbah Siregar<sup>1</sup>, Divia Aryunda<sup>2</sup>, Anisa Putri<sup>3</sup>, Nurhayati<sup>4</sup>, Sella Agustien Putri Ariga<sup>5</sup>,  
Ahmad Landong<sup>6</sup>

Universitas Muslim Nusantara Al Washliyah

### Email:

[siregarmisbah2@gmail.com](mailto:siregarmisbah2@gmail.com)<sup>1</sup>, [aryundadivia@gmail.com](mailto:aryundadivia@gmail.com)<sup>2</sup>, [anisa22putri99@gmail.com](mailto:anisa22putri99@gmail.com)<sup>3</sup>,  
[nurhayati2512754@gmail.com](mailto:nurhayati2512754@gmail.com)<sup>4</sup>, [sellaariga509@gmail.com](mailto:sellaariga509@gmail.com)<sup>5</sup>, [ahmadlandong@ac.id](mailto:ahmadlandong@ac.id)<sup>6</sup>

### Abstract

*Traditional Medicinal Plants (TOGA) is a type of plant of choice that is efficacious as medicine with easy maintenance and relatively low cost. Traditional medicinal plants are a safe alternative to family medicine because they rarely cause side effects, are easy to process, and easy to consume. Traditional medicinal plants are generally consumed for first aid in cases of minor illnesses such as coughs, fever, to warm the body and increase stamina. The purpose of this activity is to make the people of Serbananti Village aware of the importance of Family Medicinal Plants (TOGA) planted in their surroundings so that the use of chemical drugs can be avoided in cases of minor illnesses. The method used in this activity is to use two stages, namely preparation and implementation with makeshift tools, namely hoes and knives/machetes. The types of plants to be planted have benefits as herbal medicines. Especially plants that have a lot of benefits that are useful to complement medicinal plants in Serbannati Village. This activity was also strongly supported by the village government, because with this activity the people of Serbananti Village could be more independent, especially in terms of maintaining family health. The results of this service activity have a positive impact on the community, where students can share knowledge and help the people of Serbananti Village to be able to develop interesting knowledge so that they can add insight and motivation in a healthy life.*

**Keyword:** TOGA, Chemical Medicine, Consumptive

### Abstrak

*Tanaman Obat Tradisional (TOGA) merupakan jenis tanaman pilihan yang berkhasiat sebagai obat dengan perawatan yang mudah dan biaya juga relative murah. Tanaman obat tradisional menjadi alternatif obat keluarga yang aman karena jarang menimbulkan efek samping, mudah diolah, dan mudah dikonsumsi. Tanaman obat tradisional umumnya dikonsumsi untuk pertolongan pertama pada kasus penyakit ringan seperti batuk, demam, menghangatkan tubuh dan menambah stamina tubuh. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk menyadarkan masyarakat Desa Serbananti bahwa pentingnya Tanaman Obat Keluarga (TOGA) ditanam dilingkungan sekitarnya agar penggunaan obat kimia bisa dihindari pada kasus penyakit ringan. Metode yang digunakan pada kegiatan ini adalah menggunakan dua tahapan yaitu persiapan dan pelaksanaan dengan alat yang seadanya yaitu cangkul dan pisau/parang. jenis tanaman yang akan ditanami mempunyai manfaat sebagai obat- obatan herbal. Terutama tanaman yang sangat banyak manfaatnya yang berguna untuk melengkapi tanaman obat di Desa Serbannati. Pada kegiatan ini juga sangat didukung oleh pemerintah desa, karena dengan adanya kegiatan ini masyarakat Desa Serbananti bisa lebih mandiri terutama dalam hal menjaga kesehatan keluarga. Hasil dari kegiatan*

*pengabdian ini memberikan dampak positif bagi masyarakat, dimana mahasiswa dapat berbagi ilmu dan membantu masyarakat Desa Serbananti untuk dapat mengembangkan ilmu yang menarik agar dapat menambah wawasan dan motivasi dalam kehidupan yang sehat.*

**Kata kunci:** TOGA, Obat Kimia, Konsumtif

## PENDAHULUAN

Desa Serbananti merupakan salah satu desa yang berada di kecamatan sipispis kabupaten serdang bedagai. Jika dilihat berdasarkan letak geografis daerah ini mempunyai potensi dibidang perlahanan yang sangat luas, serta mayoritas mata pencarian masyarakat adalah bertani. Hal ini juga didukung dengan adanya kesuburan tanah di daerah Desa Serbananti, dengan adanya kesuburan tanah tersebut maka cocok untuk dijadikan sebagai wahana bertani. Dengan adanya kesuburan tanah ada beberapa keuntungan yang didapat, salah satunya adalah dukungan dari kepala Desa Serbananti. Dukungan tersebut mengenai tanaman obat keluarga, hal ini sangat di perlukan di Desa Serbananti, karena minimnya pemanfaatan tanaman sekitar untuk dijadikan sebagai obat – obatan seperti kencur, jahe, kunyit, sereh, temulawak dan lain sebagainya.

Tanaman obat keluarga atau biasa disebut TOGA sebelumnya tanaman obat keluarga biasa disebut dengan nama apotek hidup. Tanaman obat keluarga merupakan beberapa jenis tanaman obat pilihan yang dapat ditanam dipekarangan rumah atau lingkungan rumah. Tanaman obat yang dipilih biasanya tanaman yang dapat dipergunakan untuk pertolongan pertama atau obat-obatan ringan seperti demam dan batuk. Keberadaan tanaman obat di lingkungan rumah sangat penting, terutama bagi keluarga yang tidak memiliki akses mudah ke pelayanan medis seperti klinik, puskesmas ataupun rumah sakit. Dengan memahami manfaat dan khasiat dan jenis tanaman tertentu, tanaman obat menjadi

pilihan keluarga dalam memilih obat alami yang aman (Siska Mayang Sari et al., 2019).

Penyediaan tanaman yang berfungsi sebagai obat-obatan ini juga bisa mengatasi permasalahan minimnya infrastruktur penunjang seperti apotik, rumah sakit terdekat dan lain-lain. Selain itu hal ini juga bisa sebagai salah satu alternative dalam mengatasi lemahnya daya beli masyarakat dan melambungnya harga obat-obatan modern yang memaksa masyarakat dan pemerintah mencari upaya mengatasi keadaan ini dengan cara kembali ke alam (Atmojo & Darumurti, 2021). Ini merupakan salah satu cara yang paling efisien dalam mengatasi permasalahan kesehatan di lingkungan masyarakat dan menghindari penggunaan obat kimia secara konsumtif.

Adanya penemuan-penemuan kodekteran yang berkembang pesat menyebabkan pengobatan tradisional berkesan kampung dan ketinggalan zaman. Padahal banyak obat-obat modern yang dibuat dari tanaman obat, hanya saja peracikannya dilakukan secara klinis laboratoris sehingga berkesan modern. Berbeda dengan obat kimia yang khusus mengobati satu penyakit, tanaman obat memiliki khasiat yang sangat beragam. Minsalnya, jahe dapat digunakan untuk batuk, pegal-pegal, kepala pusing, rematik, sakit pinggang, masuk angin, bronchitis, nyeri lambung, nyeri otot, vertigo, mual saat hamil, osteoarthritis gangguan sistem pencernaan, rasa sakit menstruasi, kanker, sakit jantung, fungsi otak terganggu, penyakit infeksi, asma, produksi air susu ibu rendah, gairah seksual rendah dan stamina tubuh rendah (Andriani et al., 2021).

Beberapa faktor yang memungkinkan terjadinya pengolahan tanaman obat yang kurang baik, antara lain: minimnya pengetahuan masyarakat, terbatasnya buku atau sumber literatur yang dimiliki masyarakat, serta kurangnya sosialisasi dari pemerintah dan instansi terkait tentang pengolahan tanaman obat beserta manfaatnya. Beberapa cara mengolah tanaman obat, antara lain (1) memeras; bahan yang digunakan adalah bahan yang masih segar. Bahan tersebut dihaluskan dengan ditambahkan sedikit air kemudian diperas hingga  $\frac{1}{4}$  cangkir. Jika kurang, air matang ditambahkan pada ampas kemudian diperas lagi, (2) merebus; tanaman obat direbus agar zat-zat yang berkhasiat dalam tanaman larut ke dalam air (air bersih). Pada awal perebusan digunakan api besar hingga mendidih, setelah mendidih api dkecilkan dan dibiarkan selama kurang lebih 5 menit, dan (3) menyeduh; bahan yang telah diramu diseduh dengan air panas dan dididihkan selama kurang lebih lima menit kemudian hasil seduhan disaring (Puspitasari et al., 2021).

## METODE

Pelaksanaan kegiatan KKN yang dilakukan di Desa Serbananti harapannya akan membawa dampak positif bagi masyarakat. Kegiatan ini dibagi dua tahapan yaitu persiapan dan pelaksanaan. Uraian dari masing masing kegiatan tersebut, meliputi :

1. Persiapan
  - Melakukan komunikasi dengan mitra dalam hal ini kepala Desa Serbananti
  - Melakukan pencarian lokasi atau lahan penanaman TOGA
  - Melakukan pencarian bibit tanaman TOGA
2. Pelaksanaan

- Pembukaan kegiatan
- Melakukan kegiatan pembersihan lahan dari rumput rumput liar
- Mencangkul tanah agar mudah ditanami
- Melakukan penanaman bibit TOGA sesuai jenisnya
- Melakukan Peletakkan batu di sekeliling lahan penanaman
- Menyiram tananam TOGA
- Melakukan peletakkan plang bertulisan TOGA ( Tanaman Obat Keluarga )
- Penutupan kegiatan

Dalam pelaksanaan kegiatan ini menggunakan alat - alat kerja seperti cangkul dan pisau/parang.

## HASIL

Kegiatan dilaksanakan di lahan kosong milik kepala Desa Serbananti dengan melibatkan peserta KKN.



**Gambar 1** Penanaman Bibit TOGA

Pada saat pembuatan kebun tim KKN bekerjasama untuk membuat kebun tanaman obat keluarga secara bersama sama. Hal ini dilakukan dengan tujuan supaya masyarakat juga merasa memiliki tanaman obat keluarga

tersebut, sehingga meminimalisir penggunaan obat kimia secara konsumtif.



Gambar 2 Tanaman Obat Keluarga

Kebun atau lahan yang telah disiapkan akan ditanami berbagai jenis tanaman yang mempunyai manfaat sebagai obat- obatan herbal. Terutama tanaman yang sangat banyak manfaatnya guna melengkapi tanaman obat di Desa Serbannati. Mengingat potensi kesuburan alamnya yang sangat luar biasa maka kami sebagai tim pengabdian melakukan pembuatan TOGA sebagai obat obatan dan obat pendamping keluarga. Pada kegiatan ini juga sangat didukung oleh pemerintah desa, harapannya dengan adanya kegiatan ini masyarakat Desa Serbananti bisa lebih mandiri terutama dalam hal menjaga kesehatan keluarga.

Tabel 1 Jenis Tanaman Yang di Tanam di Kebun Obat Keluarga

No	Jenis Tanaman	Manfaat
1	Temulawak	Mengatasi masalah sistem pencernaan
2	Jahe	Mengatasi masalah sistem pencernaan

		terutama mengurangi mual
3	Kunyit	Meningkatkan daya tahan tubuh
4	Kencur	Menurunkan kolestrol dalam darah, meningkatkan nafsu makan, menyembuhkan batuk dan lain lain
5	Sereh	Mengatasi kembung, mengatasi diare, menurunkan kolestrol dan dapat menghangatkan tubuh
6	Daun Kumis Kucing	Anti hipertensi, anti jamur, anti bakteri, anti inflamasi dan diuretik

Sumber: diolah oleh tim KKN

## KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang diselenggarakan oleh mahasiswa Universitas Muslim Nusantara Al Washliyah Medan Terlaksanakan dengan baik berkat kerjasama dengan pihak Desa Serbananti Kecamatan Sipispis Kabupaten Serdang Bedagai. Kegiatan pengabdian ini memberikan dampak positif bagi masyarakat. Dimana mahasiswa dapat berbagi ilmu dan membantu masyarakat untuk dapat mengembangkan ilmu yang menarik agar dapat menambah wawasan dan motivasi dalam kehidupan yang sehat.

## REFERENSI

- Andriani, M., Putri, E. R., Fatta, A. K., Meriza, A. S., Sari, D. P., Anandita, N., Nolasari, R., Rizki, S. P., & Astari, W. (2021). PEMANFAATAN TANAMAN OBAT KELUARGA JAHE (*Zingiber Officinale*) SEBAGAI PENGGANTI OBAT KIMIA DI DUSUN TANJUNG ALE DESA KEMENGGING DALAM KECAMATAN TAMAN RAJO. *Martabe : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), 14. <https://doi.org/10.31604/jpm.v4i1.14-19>
- Atmojo, M., & Darumurti, A. (2021). Pemberdayaan Masyarakat Melalui Tanaman Obat Keluarga (TOGA). *Jurnal Abdimas BSI: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), 100–109. <https://doi.org/10.31294/jabdimas.v4i1.8660>
- Puspitasari, I., Sari, G. N. F., & Indrayati, A. (2021). Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) sebagai Alternatif Pengobatan Mandiri. *Warta LPM*, 24(3), 456–465. <https://doi.org/10.23917/warta.v24i3.11111>
- Siska Mayang Sari, Ennimay, & Tengku, A. R. (2019). Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) Pada Masyarakat. *Dinamisia : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3, 1–7. <https://doi.org/10.31849/dinamisia.v3i2.2833>
- Alqomari, M., Br Kabeakan, N. M., & Yusuf, M. (2021). Pelatihan Pembuatan Pupuk Organik Dari Limbah Baglog Untuk Peningkatan Pendapatan Pada Kelompok Tani Jamur Tiram Di Kelurahan Medan Denai Kecamatan Medan Denai. *Ihsan: Jurnal Pengabdian Masyarakat*. Yusuf, M., Fitria, & Alridiwirsyah. (2021). Pelatihan Budidaya Anggrek Untuk Meningkatkan Pendapatan Nasyyiatul Aisyiyah Di Dusun I Desa Pantai Gemi Kecamatan Stabat Kabupaten Langkat. *Ihsan: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 103-106.