

OPTIMALISASI PEMANFAATAN TOGA SEBAGAI ANTIKOLESTEROL MELALUI PEMBERDAYAAN IBU RUMAH TANGGA DI DESA BAKALAN KECAMATAN GROGOL KABUPATEN KEDIRI.

Dyah Aryantini^{1*}, Dyah Ayu Kusumaratni², Indriana³

¹Fakultas farmasi, Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata Kediri

²Program Studi S1 Farmasi, ¹Fakultas farmasi, Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata Kediri

[*dyah.aryantini@iik.ac.id](mailto:dyah.aryantini@iik.ac.id)

ABSTRAK

Tanaman Obat Keluarga (TOGA) merupakan sumber daya alam keanekaragaman hayati yang khasiat dan manfaatnya telah diketahui masyarakat Indonesia secara tradisional. Seiring dengan meningkatnya IPTEK, taraf ekonomi serta pengetahuan tentang obat-obatan, kerap kali masyarakat beralih ke obat-obatan dokter karena mempercayai obat kimia yang teruji khasiatnya secara laboratorium. Dibanding dengan obat tradisional, tidak banyak masyarakat yang tau bahwa telah banyak tanaman herbal yang juga telah teruji secara klinis. Pemberdayaan ibu rumah tangga di Desa bakalan dalam mengoptimalkan pemanfaatan TOGA dikhususkan pada TOGA yang berkhasiat untuk mencegah kolesterol tinggi. Adapun tujuan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan ibu-ibu tentang jenis TOGA antikolesterol dan menambah ketrampilan dalam memanfaatkan TOGA tersebut dalam bentuk jamu dan sebagainya. Hal ini dikarenakan tidak banyak masyarakat yang tahu bahwa TOGA yang selama ini dibudidayakan di pekarangan mereka sebenarnya berpotensi sebagai jamu antikolesterol tinggi. Kegiatan ini menggunakan metode ceramah, demonstrasi dan analisa data dilakukan berdasarkan hasil isian angkat baik sebelum dan sesudah penyuluhan. Hasilnya 62% dari 30 orang peserta telah menguasai materi tentang jenis TOGA antikolesterol tinggi dan hasil demonstrasi menunjukkan antusiasme peserta untuk mengaplikasikan TOGA antikolesterol sebagai jamu untuk mengurangi penggunaan obat kimia.

Kata Kunci: pemberdayaan, tanaman obat keluarga, antikolesterol

OPTIMIZING THE UTILIZATION OF TOGA AS ANTI-CHOLESTEROL THROUGH EMPOWERING HOUSEWIVES IN BAKALAN VILLAGE, GROGOL DISTRICT, KEDIRI REGENCY.

ABSTRACT

Tanaman Obat Keluarga (TOGA) is a natural resource of biological diversity whose properties and benefits have been known to the Indonesian people traditionally. Along with the increase in science and technology, economic levels and knowledge of medicine, people often turn to doctor's medicine because they trust chemical drugs that have been tested for their efficacy in the laboratory. Compared to traditional medicine, not many people know that many herbal plants have also been clinically tested. The empowerment of housewives in the village will optimize the use of TOGA, especially on TOGA which is efficacious to prevent high cholesterol. The purpose of this activity is to increase the knowledge of mothers about the types of anti-cholesterol TOGA and increase their skills in utilizing the TOGA in the form of herbal medicine and so on. This is because not many people know that the TOGA which has been cultivated in their yards has the potential to be a high anti-cholesterol herbal medicine. This activity uses the method of lectures, demonstrations and data analysis based on the results of the questionnaire both before and after counseling. The result was 62% of the 30 participants had mastered the material about the types of high cholesterol TOGA and the demonstration results showed the enthusiasm of the participants to apply the anti-cholesterol TOGA as a herbal medicine to reduce the use of chemical drugs.

Kata Kunci: *Tanaman obat keluarga, empowering, anti-cholesterol*

1. PENDAHULUAN

TOGA (Tanaman Obat Keluarga) merupakan upaya untuk meningkatkan khasiat dan penggunaan tanaman berkhasiat obat. Semakin tingginya biaya pengobatan obat-obat kimia khususnya untuk mengobati penyakit yang berhubungan dengan umur seperti hipertensi, kolesterol tinggi, diabetes mellitus dan sebagainya, serta banyaknya efek samping yang ditimbulkan dengan mengkonsumsi obat-obatan kimia sudah saatnya masyarakat sekarang lebih mengenal dan memanfaatkan lagi tanaman berkhasiat obat yang minim efek samping. Sebagai dasar bahwa tingkat kebutuhan masyarakat terhadap pengobatan semakin besar, tetapi taraf kehidupan masyarakat masih banyak yang kemampuannya di bawah rata-rata sehingga perlu dilakukan strategi pengembangan tanaman berkhasiat untuk mengurangi penggunaan obat-obatan kimia yang ada dan dapat meningkatkan kepercayaan masyarakat akan khasiat dan manfaat dari tanaman obat tersebut khususnya yang dibudidayakan di pekarangan sekitar rumah. Sehingga penggunaan tanaman berkhasiat obat tersebut semakin meningkat.

Kemajuan di berbagai bidang akibat kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi merupakan tantangan besar bagi perempuan khususnya ibu rumah tangga yang memiliki lebih banyak waktu berada di lingkungan rumah untuk senantiasa mampu memanfaatkan dan mengelola lingkungannya. Oleh karena itu diperlukan adanya berbagai program yang dapat dilakukan perempuan dalam rangka peningkatan kesejahteraan keluarga dengan memanfaatkan dan mengelola lingkungan sekitarnya. Mengingat TOGA sangat bermanfaat bagi kesehatan maka kegiatan yang melibatkan ibu rumah tangga di Desa Bakalan diharapkan mampu mendukung peningkatan kesehatan masyarakat serta mewujudkan kemandirian khususnya dalam pengobatan keluarga di wilayah tersebut yang difokuskan untuk mengoptimalkan pemanfaatan TOGA yang memiliki khasiat sebagai antikolesterol.

Berdasarkan observasi lapangan diketahui bahwa hampir di semua pekarangan rumah warga memiliki TOGA seperti golongan rimpang (empon-empon), sereh, kumis kucing, tapak liman, tempuyung, daun salam, seledri, bawang putih, bawang merah dan banyak lainnya. Sebagian dari ibu-ibu tersebut telah mengetahui khasiat TOGA walaupun belum terfokus pada penyakit kolesterol tinggi dan belum banyak yang memanfaatkan TOGA tersebut sebagai jamu/obat dikarenakan minimnya pengetahuan ilmiah tentang khasiat dan penggunaan TOGA.

2. METODE PENGABDIAN

2.1. Waktu dan Tempat Pengabdian

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat tentang optimalisasi pemanfaatan TOGA khususnya yang berkhasiat sebagai antikolesterol tinggi dengan melibatkan ibu rumah tangga di wilayah Desa Bakalan dilaksanakan oleh tim pengabdian Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata Kediri selama 3 hari pada 24-26 Agustus 2019.

2.2. Metode dan Rancangan Pengabdian

Adapun metode pelaksanaannya adalah terlebih dahulu melakukan observasi lapangan di lingkungan Desa Bakalan tentang adanya TOGA di pekarangan warga dan jenis TOGA yang dibudidayakan. Kegiatan pengabdian ini dilakukan dengan cara sosialisasi presentasi mengenai jenis Tanaman Obat Keluarga (TOGA) bagi kesehatan serta pengadaan beberapa TOGA di beberapa rumah warga. Presentasi kesehatan ini sebagai antikolesterol tinggi dan cara mengolahnya dalam bentuk minuman/jamu menggunakan metode ceramah dengan diskusi dan membawa alat

peraga/ contoh TOGA dalam bentuk herbarium guna menunjang materi yang disampaikan

2.3. Analisa

Tingkat pemahaman peserta sejumlah 30 orang terhadap materi yang disampaikan dinilai dengan membandingkan nilai pretest dan post test. Kemudian hasilnya ditampilkan secara deskriptif. Secara garis besar kegiatan ini dinilai juga dari ketercapaian target jumlah peserta, ketercapaian target materi yang disampaikan dan juga ketercapaian kemampuan peserta dalam menguasai materi. Instrumen yang digunakan untuk menganalisa tingkat pemahaman peserta adalah angket yang terdiri dari 5 pertanyaan. Adapun pertanyaan yang terdapat dalam angket tersebut adalah:

Tabel 1. Pertanyaan Dalam Angket

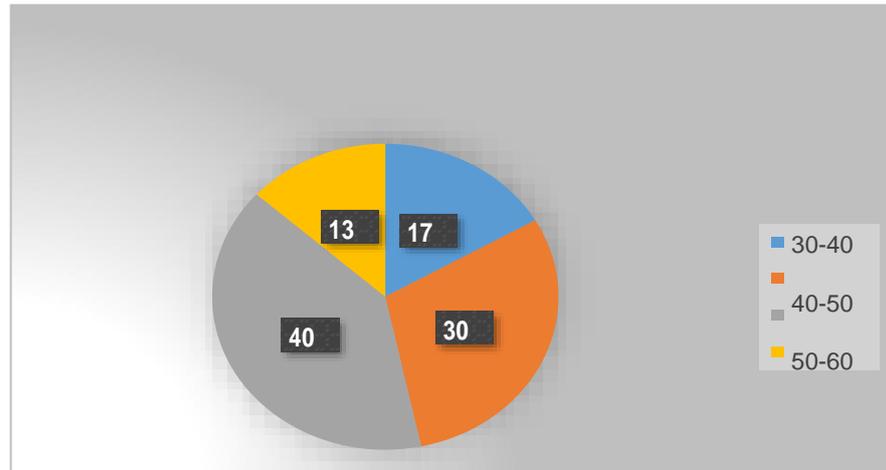
NO	Pertanyaan	Jawaban Ya/tidak
1	Apakah di pekarangan anda ada TOGA	
2	Apakah anda mengetahui manfaat TOGA dipekarangan anda	
3	Apakah anda dan keluarga mengkonsumsi TOGA dalam bentuk jamu/ yang lainnya	
4	Apakah anda mengetahui bahwa TOGA juga terdapat jenis yang bermanfaat sebagai antikolesterol tinggi	
5	Apakah seledri, bawang putih, bengele dan temulawak bermanfaat sebagai jamu antikolesterol	

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

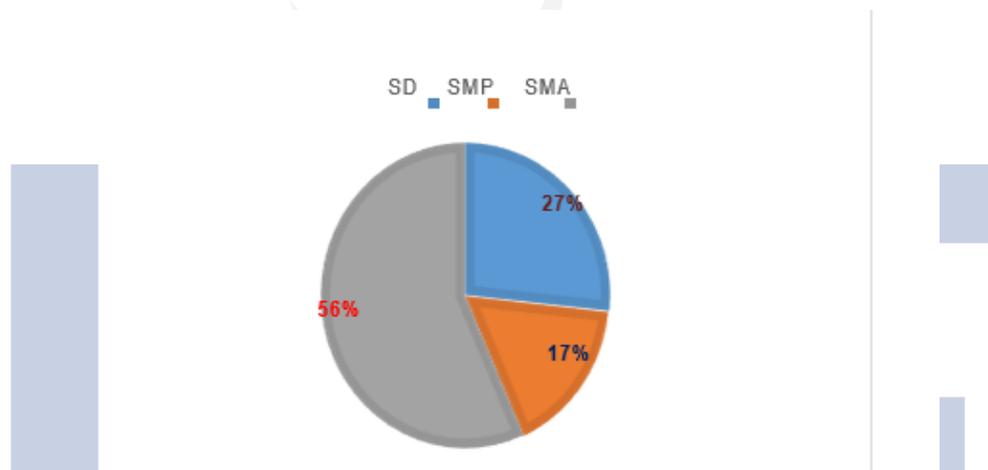
3.1. Hasil

1) Berdasarkan Target Peserta

Target peserta yang diharapkan hadir adalah 50 peserta yang berasal dari observasi lapangan pada rumah warga yang memiliki varian jenis TOGA minimal 5 jenis TOGA. Sedangkan peserta yang hadir adalah 30 warga, artinya ketercapaian peserta mencapai 60%. Ketercapaian tersebut dimungkinkan karena kegiatan tersebut dilaksanakan pada hari kerja. Peserta yang hadir terdiri dari 6 peserta pria dan 24 peserta wanita. Dengan rentang usia peserta yang terdiri dari 5 orang berusia 30-40 tahun, 12 orang berusia 51-60 tahun dan 4 orang berusia 61-lansia. Adapun profil dari peserta disajikan, pada gambar 1 berdasarkan rentang usia dan pada gambar 2 berdasarkan latar belakang pendidikan.



Gambar 1. Profil Peserta Berdasarkan Usia



Gambar 2. Profil Peserta Berdasarkan Latar Belakang Pendidikan

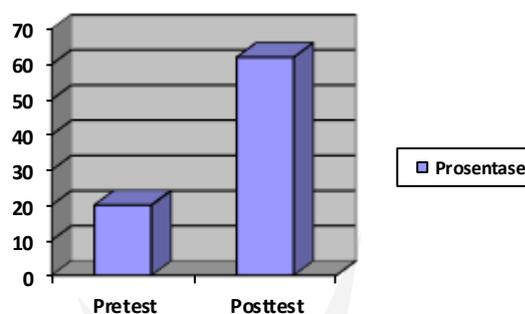
2) Berdasarkan Target Materi Yang Disampaikan

Semua materi yang direncanakan telah tersampaikan secara keseluruhan (100%) yang terdiri dari 12 slide power point dengan durasi waktu 50 menit presentasi dan disertai 20 menit diskusi. Setelah materi presentasi disampaikan dilanjutkan dengan demonstrasi dengan alokasi waktu 45 menit yang ternyata dirasakan kurang oleh peserta. Hal ini dibuktikan dengan tingginya antusiasme peserta dalam bertanya pada sesi demonstrasi dibandingkan dengan saat sesi presentasi indoor. Hal ini kemungkinan saat presentasi pemateri hanya menggunakan peraga herbarium. Sedangkan pada saat sesi demonstrasi pemateri menggunakan media peraga TOGA asli yang dipinjam dari pekarangan warga.

3) Berdasarkan Kemampuan Pemahaman Materi

Kemampuan peserta dalam menguasai materi yang disampaikan dinilai dengan membandingkan nilai pretest dan post test. Pada pre test pemahaman peserta terhadap jenis TOGA antikolesterol mencapai nilai 20% sedangkan

saat post test meningkat sebanyak 62%. Hasil penilaian tersebut disajikan dalam gambar 3. Sejumlah 56% peserta memiliki latar belakang pendidikan SLTA/ sederajat, diduga hal itu yang menjadi dasar adanya peningkatan nilai dari pretest sehingga mampu menyerap informasi dan pengetahuan baru relatif cepat dalam waktu yang singkat.



Gambar 3. Penilaian Pemahaman Materi Melalui Angket



Gambar 4. Foto-Foto Kegiatan

4. SIMPULAN, SARAN, DAN REKOMENDASI

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dalam bentuk presentasi *indoor* dan demonstrasi *outdoor* tentang optimalisasi pemanfaatan TOGA yang berkhasiat sebagai antikolesterol tinggi berjalan lancar dan mendapat antusiasme positif dari peserta. Presentasi yang dilaksanakan memberikan dampak berupa peningkatan pemahaman peserta dari 20% (6 orang) menjadi 62% (19 peserta) dari keseluruhan 30 peserta yang merupakan ibu rumah tangga. Simpulan dari kegiatan ini adalah bahwa mayoritas ibu rumah tangga di wilayah Desa Bakalan telah menanam TOGA, memanfaatkan TOGA dan mengolah TOGA secara umum namun belum terfokus pemanfaatannya untuk jenis-jenis penyakit tertentu dan masih terbatas untuk menjaga kesehatan saja.

Diharapkan setelah kegiatan ini berlangsung warga Desa Bakalan khususnya ibu-ibu rumah tangga mengoptimalkan pemanfaatan TOGA dan menambah jenis TOGA yang ada di pekarangan. Perlu pula dilakukan keberlanjutan program serupa dengan durasi waktu yang lebih panjang dengan menambah materi cara membudidayakan

TOGA yang difokuskan untuk pengobatan penyakit tertentu khususnya penyakit yang berhubungan dengan umur.

5. UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kepada Yayasan Bhakti Wiyata yang memberikan hibah internal pengabdian kepada masyarakat serta Pusat Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat atas fasilitas serta saran dan masukan selama proses perijinan hingga pelaksanaan program.

6. DAFTAR PUSTAKA

- Jennifer, H dan Saptutyingsih. (2015). Preferensi Individu Terhadap Pengobatan Tradisional di Indonesia. *Jurnal Ekonomi dan Studi Pembangunan*, 16 (1), 26-41.
- Nurfitriani dan Fatmawati, T.Y. (2019). Pemberdayaan Kelompok Dasawisma Dalam Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) di Kelurahan Kenali Asam Bawah. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*. 1 (3), 223-227.
- Nurmayulis dan Hermita, N. (2015). Potensi tumbuhan Obat Dalam Upaya Pemanfaatan Lahan Pekarangan Oleh Masyarakat Desa Cimenteng Kawasan Taman Nasional Ujung Kulon. *Jurnal Agrologia*, 4 (1), 1-7.
- Patola, E dan Martana. (2018). Pelatihan Pendampingan Budidaya Tanaman Obat Keluarga di Pekarangan. *Adiwidya; Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2 (2), 185-190.
- Permatasari, P dan Hardy, F.R. (2019). Pemberdayaan Ibu Rumah Tangga di Kelurahan Cinere Dalam Penanaman dan Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA). *Jurnal Bhakti Masyarakat Indonesia*, 2 (1), 129-134.
- Susanto, A. (2017). Komunikasi Dalam Sosialisasi Tanaman Obat Keluarga (TOGA) di Kecamatan Margadana. *Jurnal Para Pemikir*, 6 (1).