

PENINGKATAN PENGETAHUAN MASYARAKAT DESA PULAU PELAPIS MELALUI TANAMAN OBAT KELUARGA (TOGA) UNTUK MENDUKUNG KESEHATAN DAN KESEJAHTERAAN KELUARGA

Adityo Raynaldo*, Robin Saputra, Zan Zibar, Etha Marista, Riza Linda, Sofi Siti Shofiyah

Program Studi Ilmu Kelautan, Fakultas MIPA, Universitas OSO, Pontianak, Kalimantan Barat

E-mail: adityoraynaldo@oso.ac.id

*Koresponden penulis

Info Artikel

Diajukan: 22-2-2024

Diterima: 27-2-2024

Diterbitkan: 29-2-2024

Keyword:

Pulau Pelapis village;
Education; Health; Nutrition;
TOGA

Kata Kunci:

Desa Pulau Pelapis;
Edukasi; Kesehatan; Nutrisi,
TOGA

Abstract

Health is a primary human need to be able to carry out life activities perfectly. Fulfillment of health can be achieved by fulfilling adequate and balanced nutrition. One of the nutrients that must be met is the need for carbohydrates, protein and vitamins. These elements can be obtained from animals and plants. Obtaining a nutritional source that is very cheap, easy to obtain and can provide greenery and aesthetic value around the yard of the house is by making Toga. Education to the community about family medicinal plants (Toga) in Pulau Peputar Village is very necessary considering that Pulau Peputar Village is one of the tourist villages. Pelalu Island Village, Karimata District, North Kayong Regency. The method used in this activity is in the form of counseling, including conveying theory and discussion. Participants will get theories about the importance of health, especially fulfilling balanced nutrition through making Toga and the importance of greenery and beauty in supporting village government programs, namely increasing human resources in ecotourism villages. The stages of this activity include preparation and extension activities. The counseling contains an introduction to the types of medicinal plant species and their uses. Demonstrations regarding the potential and use of medicinal plants in the community in Pulau Pelapis Village were carried out at the village office/school building. The aim of this community service activity program is to improve the health of family members through a program of using family medicinal plants as family herbal medicine. Socialization about Toga apart from supporting health, also provides environmental beauty, preserves plants and can provide family welfare. The results of this activity show an increase in participants' knowledge of potential plant species that have medicinal properties.

Abstrak

Kesehatan merupakan kebutuhan utama manusia untuk dapat menjalankan aktivitas kehidupan. Pemenuhan kesehatan dapat dilakukan dengan pemenuhan gizi yang cukup dan seimbang. Salah satu gizi yang harus dipenuhi adalah kebutuhan terhadap karbohidrat, protein, dan vitamin. Unsur-unsur tersebut dapat diperoleh dari hewan dan tumbuhan. Perolehan sumber nutrisi yang sangat murah, mudah diperoleh dan dapat memberikan penghijauan dan nilai estetika pada sekitar pekarangan rumah adalah dengan cara pembuatan Toga. Edukasi kepada masyarakat tentang tanaman obat keluarga (Toga)

di Desa Pulau Pelapis sangat perlu dilakukan mengingat Desa Pulau Pelapis salah satu desa wisata. Desa Pulau Pelapis Kecamatan Karimata Kabupaten Kayong Utara Metode yang digunakan pada kegiatan ini berupa penyuluhan, meliputi penyampaian teori dan diskusi. Peserta akan mendapatkan teori tentang penyuluhan pentingnya kesehatan terutama pemenuhan gizi seimbang melalui pembuatan Toga dan pentingnya penghijauan dan keindahan dalam mendukung program pemerintahan desa yaitu peningkatan sumber daya manusia di desa ekowisata. tahapan-tahapan kegiatan ini dari persiapan dan kegiatan penyuluhan. Penyuluhan berisikan pengenalan jenis spesies tanaman obat dan pemanfaatannya. Demonstrasi tentang potensi dan pemanfaatan tumbuhan obat yang ada pada lingkungan masyarakat di Desa Pulau Pelapis dilakukan di kantor desa/ Gedung sekolah. Tujuan program kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah peningkatan kesehatan anggota keluarga melalui program pemanfaatan tanaman obat keluarga sebagai jamu keluarga. Sosialisasi tentang Toga selain penunjang kesehatan, juga memberikan keindahan lingkungan, pelestarian tanaman serta dapat memberikan kesejahteraan keluarga. Hasil kegiatan ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta terhadap jenis-jenis tumbuhan yang berpotensi dan memiliki khasiat obat.

PENDAHULUAN

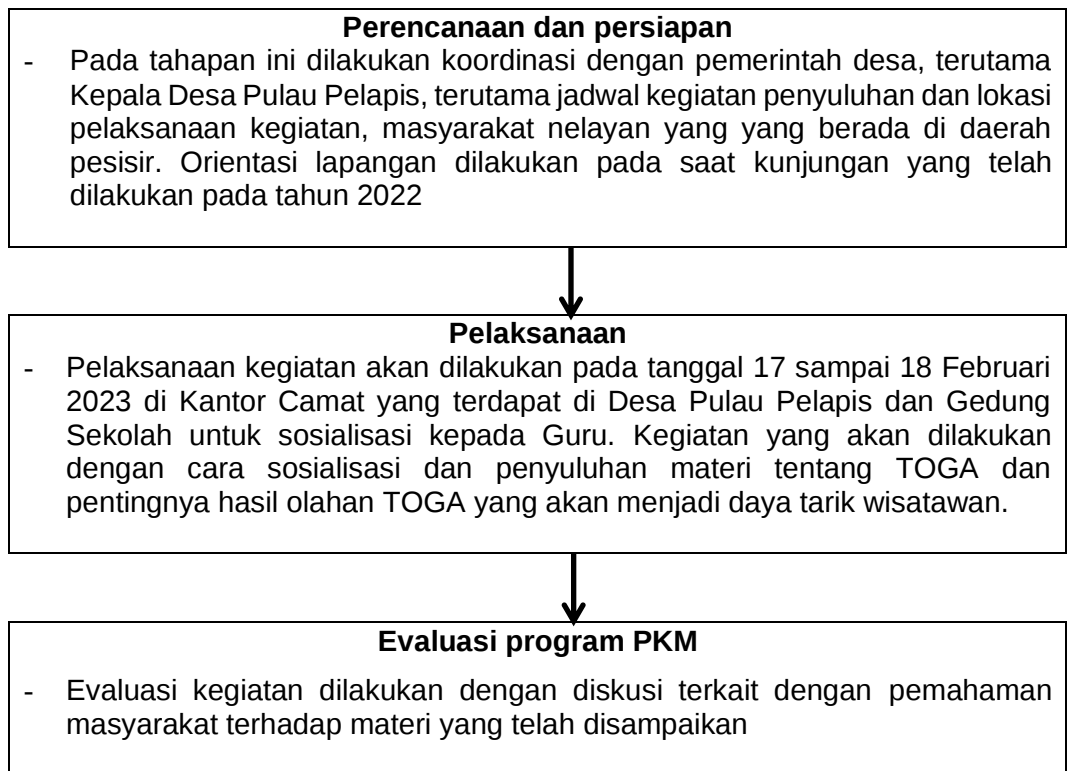
Kekayaan alam khususnya keanekaragaman tumbuhannya di Kalimantan sangat tinggi. Pemanfaatan tumbuhan untuk tanaman obat telah dilakukan oleh masyarakat namun belum banyak dibudidayakan. Sebagian besar masyarakat membudidayakan tanaman untuk keperluan sumber pangan, sementara tanaman obat sangat sedikit, hal ini disebabkan masih minimnya pengetahuan dan pemahaman masyarakat dalam membudidayakan tanaman tersebut dalam bentuk tanaman obat keluarga.

Pada orientasi, kami melakukan pengamatan tentang desa tersebut, dan melakukan konservasi lingkungan yang merupakan kegiatan untuk bertujuan baik untuk mencapai lingkungan yang sehat. Kedua, kami melakukan koordinasi dengan kepala desa. Khususnya untuk mengatasi fenomena tersebut perlu diadakan pemberitahuan sehingga dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang tanaman obat keluarga (Toga)

Desa Pulau Pelapis Masyarakat desa ini masih memegang teguh pengetahuan tradisional warisan leluhurnya. Masyarakat Suku Melayu merupakan mayoritas di Desa Pulau Pelapis. Karena jarak ke kota sangat jauh dan membutuhkan waktu yang lama, maka masyarakat masih mempertahankan pengetahuan pengobatan yang telah diwarisi secara turun temurun. Cara menjaga kesehatan dan mengobati penyakit masih dipengaruhi oleh pengetahuan yang diperoleh dari leluhurnya dengan memanfaatkan tanaman yang ada di sekitar lingkungan masyarakat. Tanaman obat keluarga tidak dijual belikan hanya untuk konsumsi keluarga, sehingga sangat perlu dilakukan sosialisasi tanaman obat keluarga agar kearifan lokal masyarakat dalam menjaga kesehatan melalui tanaman obat dapat dipertahankan

Rencana kegiatan penyuluhan tanaman obat di Desa Pulau Pelapis Kecamatan Kepulauan Karimata sebagai upaya mengembangkan pemahaman dan pengetahuan masyarakat pentingnya kesehatan, penghijauan dan keindahan. Kegiatan penyuluhan ini tidak hanya untuk mengisi waktu luang, akan tetapi juga dengan tujuan supaya masyarakat mendapatkan kesehatan, memberikan pelayanan yang terbaik baik diri dan keluarga serta masyarakat, sehingga dapat meningkatkan kehidupan dan kesejahteraan, kebahagiaan serta kinerja yang berkualitas (Supini, 2021).

METODE PELAKSANAAN



HASIL DAN PEMBAHASAN

Program Studi Ilmu Kelautan pada tanggal 15 Februari 2023 tiba di Pulau Pelapis, kegiatan dimulai dengan menemui Camat/Kepala Desa, dilanjutkan dengan kegiatan Praktikum Lapangan. Pada 17 - 18 Februari 2023 tim melakukan koordinasi terkait pelaksanaan program PKM serta melaksanakan program PKM baik di kantor camat dan di Gedung sekolah yang ada di Pulau

Pelapis. Kegiatan dilakukan dengan informal, narasumber dari tim dosen bergantian memberikan penjelasan sekaligus diskusi terkait dengan TOGA kepada masyarakat serta menggali seberapa luas pengetahuan masyarakat terkait dengan TOGA. Tim dosen terdiri dari Adityo Raynaldo, S.Si., M.Si., Zanzibar, S.Pi., M.Si dan Dr. Sofi Siti Shofiyah bergantian melakukan paparan terkait dengan Apa itu TOGA, Tujuan TOGA, Mengapa TOGA perlu dimanfaatkan dan Contoh TOGA.

Kegiatan berjalan mengalir dan diselingi diskusi dengan masyarakat Desa Pulau Pelapis. Masyarakat pertama diberikan informasi mengenai apa itu TOGA, TOGA sendiri merupakan tumbuhan yang ditanam oleh keluarga di sekitar lingkungan rumah yang mempunyai khasiat penyembuhan sebagai apotek hidup Yang dimanfaatkan oleh keluarga secara sederhana. Pokok bahasan ketiga yang disampaikan yakni mengenai mengapa TOGA perlu dimanfaatkan, terutama oleh masyarakat Desa Pelapis. TOGA perlu dimanfaatkan karena Pada umumnya TOGA relatif lebih murah, efek samping yang ditimbulkan oleh obat tradisional sangat kecil dibandingkan dengan obat sintetik dan kandungan unsur kimia yang terkandung di dalam obat tradisional sebenarnya menjadi dasar pengobatan kedokteran modern. Setelah itu masyarakat dikenalkan dengan beberapa contoh tanaman TOGA.



Gambar 1. Warga antusias menyimak dan berpartisipasi dalam materi praktik pemanfaatan Toga

Diskusi dilakukan antar tim dosen, mahasiswa dan masyarakat Desa, beberapa hal materi dirasakan cukup menarik bagi masyarakat. Masyarakat Desa Pelapis melalui hasil diskusi juga telah memiliki pengetahuan terkait obat tradisional sebelumnya yang diketahui secara turun-temurun. Beberapa diantaranya seperti Bawang Putih yang digunakan Umbinya sebagai peluntur darah kotor, Jeruk Nipis yang digunakan buahnya untuk melepaskan tali pusar bayi, Kunyit yang digunakan umbinya untuk melancarkan menstruasi dan mengharumkan badan, dan lain sebagainya. Namun melalui kegiatan PKM ini

masyarakat mendapatkan pengetahuan baru serta meningkatkan kesadaran kembali akan pentingnya TOGA.

KESIMPULAN

Dalam kesimpulan, kegiatan Program Kreativitas Mahasiswa (PKM) yang dilaksanakan di Pulau Pelapis pada tanggal 15-18 Februari 2023 berhasil memberikan dampak positif yang signifikan. Melalui penyuluhan dan diskusi yang dilakukan oleh tim dosen kepada masyarakat Desa Pelapis, kesadaran dan pengetahuan tentang Tanaman Obat Keluarga (TOGA) telah meningkat secara substansial.

Dari kegiatan ini, dapat disimpulkan bahwa:

1. Terjadi peningkatan pemahaman masyarakat Desa Pelapis tentang definisi, manfaat, dan pentingnya penggunaan TOGA dalam menjaga kesehatan dan kesejahteraan keluarga.
2. Melalui diskusi yang interaktif, masyarakat dapat mengidentifikasi dan mengapresiasi keberagaman manfaat TOGA, termasuk penggunaan tradisional yang telah diwariskan secara turun-temurun.
3. Interaksi antara tim dosen, mahasiswa, dan masyarakat Desa Pelapis memperkuat ikatan sosial dan keterlibatan aktif dalam upaya memahami dan memanfaatkan TOGA secara optimal.
4. PKM ini memberikan kontribusi positif dalam meningkatkan kesadaran akan kearifan lokal dan pentingnya melestarikan pengetahuan tradisional dalam pengobatan dan perawatan kesehatan.
5. Diharapkan bahwa pemahaman dan pemanfaatan TOGA akan terus berkembang di masyarakat Pulau Pelapis, memberikan dampak positif dalam upaya menjaga kesehatan dan keberlanjutan lingkungan.

Dengan demikian, keberhasilan PKM ini menjadi tonggak penting dalam memperkuat kesehatan masyarakat dan menjaga kelestarian lingkungan di Pulau Pelapis melalui pemanfaatan sumber daya alam secara bijaksana.

DAFTAR PUSTAKA

- Balai Besar Litbang SDLP (Balai Besar Penelitian dan Pengembangan Sumber Daya Lahan Pertanian. 2008. Laporan Tahunan 2008, Konsorsium Penelitian dan Pengembangan Perubahan Iklim pada Sektor Pertanian. Balai Besar Penelitian dan Pengembangan Sumber Daya Lahan Pertanian, Bogor
- Direktorat Buah dan Florikultura. 2020. Standart Operasional Prosedur (Seri Dendrobium). Kementerian Pertanian. Jakarta
- Hikmat, A., Zuhud, E. A., Sandra, E., & Sari, R. K. 2011.Revitalisasi konservasi tumbuhan obat keluarga (toga) guna meningkatkan kesehatan dan

- ekonomi keluarga mandiri di desa Contoh Lingkar Kampus IPB Darmaga Bogor. *Jurnal Ilmu Pertanian Indonesia*. 16(2):71-80
- Karo-Karo, U. (2010). Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga di Kelurahan Tanah 600, Medan. *Kesmas: National Public Health Journal*, 4(5), 195-202.
- Mirza, M., Amanah, S., & Sadono, D. (2017). Tingkat Kedinamisan Kelompok Wanita Tani dalam Mendukung Keberlanjutan Usaha Tanaman Obat Keluarga di Kabupaten Bogor, Jawa Barat. *Jurnal Penyuluhan*. 13(2):181-193
- Kurniati, S, 2011, Ekologi dan Distribusi Zingiberaceae di Kawasan Hutan Aek Nauli Kabupaten Simalungan, Tesis, Fakultas MIPA Universitas Sumatra Utara, Medan
- Nurjanah, S. R., Nurazizah, N. N., Septiana, F., & Shalikhah, N. D. (2019). Peningkatan Kesehatan Masyarakat Melalui Pemberdayaan Wanita dalam Pemanfaatan Pekarangan dengan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) di Dusun Semawung. *Community Empowerment*. 4(1): 20-25
- Sugito, S., Susilowati, S., & Al Kholif, M. 2017. Strategi Pemanfaatan Lahan Pekarangan Untuk Budidaya Tanaman Obat Keluarga (TOGA). *Jurnal Penamas Adi Buana*. 2(2):1-8
- Supini, E. 2021. 10 Contoh Pelatihan Guru Agar Menjadi Profesional, <https://blog.kejarcita.id/10-contoh-pelatihan-guru/>. Diakses Tanggal 29 Maret 2022
- Yuliana, Y. (2018). Pemberdayaan Masyarakat Berbasis Kearifan Lokal untuk Mendukung Ekonomi Keluarga. *AMALIAH: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 237-241.