

Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) & Ramuan Bertuah Di Kampung Terih Nongsa Kota Batam

**Habibie Deswilyaz Ghiffari¹, Roza Erda², Tommy Julianto³, Sri Hainil⁴, Sri
Budiasih⁵, Desy Maniarti Gusmali⁶, Ayu Amelia⁷, Rury Trisa Utami⁸**

^{1,2,3,4,5,6,7,8} Institut Kesehatan Mitra Bunda Batam, Indonesia

Corresponding Author

Nama Penulis: Habibie Deswilyaz Ghiffari

E-mail: habibiedeswilyaz@gmail.com

Abstrak

Kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) di Kampung Terih dilaksanakan dengan fokus pada pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) melalui program TOGA dan Ramuan Bertuah. Latar belakang kegiatan ini adalah hasil survei yang menunjukkan bahwa meskipun masyarakat sudah banyak menanam TOGA, khususnya sereh, namun pemanfaatannya sebagai ramuan herbal masih terbatas. Sebagian besar masyarakat lebih memilih obat modern ketika sakit, padahal sebagai masyarakat pesisir mereka membutuhkan stamina tubuh yang kuat untuk menunjang aktivitas sehari-hari. Tujuan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai manfaat TOGA, memberikan keterampilan dalam mengolah tanaman herbal menjadi ramuan kesehatan, serta memperluas variasi tanaman obat yang dimiliki warga melalui pembagian bibit. Metode pelaksanaan kegiatan meliputi edukasi, demonstrasi pengolahan ramuan herbal berbahan jahe, temulawak, dan sereh, serta pembagian bibit TOGA kepada masyarakat.

Kata kunci - TOGA, ramuan herbal, kuliah kerja nyata, kampung Terih

Abstract

The Community Service (KKN) activities in Terih Village are carried out with a focus on the utilization of Family Medicinal Plants (TOGA) through the TOGA and Medicinal Formula program. The background for this activity is based on surveys showing that although the community has planted many TOGA, especially lemongrass, its use as herbal remedies is still limited. Most people prefer modern medicine when sick, even though as a coastal community, they need strong stamina to support their daily activities. The objective of this activity is to increase community knowledge about the benefits of TOGA, provide skills in processing herbal plants into health formulas, and expand the variety of medicinal plants owned by residents through the distribution of seedlings. The implementation methods include education, demonstrations of processing herbal remedies made from ginger, temulawak, and lemongrass, as well as distributing TOGA seedlings to the community.

Keywords - TOGA, herbal medicines, community service program, kampung Terih

PENDAHULUAN

Menurut Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 9 Tahun 2016 (23) tanaman obat keluarga (TOGA) adalah sekumpulan tanaman berkhasiat obat untuk kesehatan keluarga yang ditata menjadi sebuah taman dan memiliki nilai keindahan, TOGA biasanya ditanam di pekarangan rumah atau di halaman rumah, TOGA merupakan salah satu kearifan lokal yang perlu dilestarikan (Menteri Kesehatan, 2016). Tanaman obat keluarga berkhasiat sebagai obat yang dimanfaatkan dalam upaya peningkatan kesehatan, seperti minuman kebugaran, ramuan gangguan kesehatan ringan berdasarkan gejala, ramuan khusus untuk lansia, memelihara kesehatan ibu, dan meningkatkan gizi anak (Harjono, H., Rahayu, N., & Wulandari, 2017).

Penggunaan tumbuhan obat bagi masyarakat perlu diketahui khasiat dan manfaat dari tumbuhan tersebut, jika tidak maka banyak sekali dijumpai tumbuhan yang berkhasiat obat diabaikan oleh masyarakat atau tidak dimanfaatkan, sehingga khasiat dari tanaman obat tersebut menjadi rendah dikarenakan masyarakat belum memahami meramu tanaman obat tersebut untuk digunakan sebagai obat penyebut pada bagian-bagian yang sakit (Lestari D. Mohammad J. & Isnaina, 2017). Ramuan jahe, kunyit, temulawak dapat dibuat menjadi teh herbal melalui bahan yang diproses dengan perebusan ataupun dibuat menjadi teh celup. Teh celup dibuat dengan cara bahan dibersihkan, dirajang, dikeringkan, lalu diblender, hasil yang didapat dikemas dalam bungkus teh 10 gram (Ningsih AW, Nisak A, 2020).

Ramuan tradisional etnis Makassar dan Toraja yang digunakan sebagai imunomodulator menggunakan bahan Temulawak - Jahe/Jahe merah - Sereh - gula aren (opsional) dengan cara pembuatannya yaitu : Temulawak 1-2 ruas dipipihkan, jahe/jahe merah 2-3 ruas dipipihkan, daun sereh 2-3 lembar, dicuci bersih, kemudian di iris-iris direbus dengan 2 gelas air sampai mendidih. disaring, diminum hangat-hangat 2 kali sehari (Noena, M., & Base, 2021).

Hasil survei menunjukkan bahwa meskipun masyarakat Kampung Terih banyak menanam TOGA, pemanfaatannya sebagai ramuan herbal masih sangat terbatas. Sebagian besar warga lebih memilih obat modern ketika sakit, padahal masyarakat pesisir membutuhkan stamina tubuh yang kuat. Oleh karena itu, perlu adanya upaya untuk mengenalkan serta mengembangkan pemanfaatan TOGA, khususnya jahe, temulawak, dan sereh, sebagai ramuan herbal penunjang kesehatan.

METODE

Program KKN di Kampung Terih dilaksanakan dengan fokus pada pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) melalui kegiatan TOGA dan Ramuan Bertuah. Metode kegiatan ini dirancang dengan memberikan edukasi, praktik langsung, serta pendampingan kepada masyarakat agar lebih memahami manfaat TOGA, mampu mengolahnya menjadi ramuan kesehatan, dan meningkatkan kesadaran akan pentingnya menjaga stamina tubuh secara alami.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan program KKN melalui kegiatan *TOGA dan Ramuan Bertuah* di Kampung Terih mendapat antusiasme yang tinggi dari masyarakat. Berdasarkan pengamatan, masyarakat mengikuti kegiatan dengan serius, mulai dari sesi edukasi hingga praktik pengolahan ramuan herbal. Ramuan herbal berbahan jahe, temulawak, dan sereh disajikan dalam jumlah yang cukup, bahkan beberapa masyarakat meminta tambahan hingga dua sampai tiga kali. Hal ini menunjukkan bahwa ramuan yang dihasilkan tidak hanya dapat diterima dari sisi pengetahuan, tetapi juga dari sisi cita rasa dan pengalaman langsung.

Dalam aspek pembagian bibit, mahasiswa memilih bibit TOGA yang belum banyak dimiliki warga, seperti jahe dan temulawak, agar masyarakat tidak hanya bergantung pada sereh yang sudah umum ditanam. Dengan demikian, keberagaman tanaman obat keluarga di pekarangan dapat

meningkat. Secara umum, hasil kegiatan menunjukkan bahwa tujuan untuk meningkatkan pengetahuan, keterampilan, serta kesadaran masyarakat dalam memanfaatkan TOGA telah tercapai. Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian (Sari, D., Lestari, P., & Nugroho, 2020), yang menyebutkan bahwa pemberdayaan masyarakat melalui edukasi dan praktik langsung pengolahan TOGA mampu meningkatkan kesadaran masyarakat dalam memanfaatkan sumber daya lokal untuk kesehatan.

Jahe, temulawak, dan serih terbukti memiliki khasiat farmakologis yang signifikan, seperti meningkatkan imunitas, memperbaiki pencernaan, serta memberikan efek anti-inflamasi (Syamsul, 2020). Hal ini mendukung keberhasilan kegiatan di Kampung Terih, karena masyarakat tidak hanya diberi teori, tetapi juga pengalaman langsung yang memperkuat pemahaman.

Selain itu, distribusi bibit yang disesuaikan dengan kebutuhan masyarakat mendukung prinsip penyuluhan pertanian menurut (Sutrisno et al., 2021), yang menegaskan bahwa ketersediaan sarana tepat guna berperan penting dalam mempercepat adopsi inovasi. Kehadiran bibit jahe dan temulawak membuat masyarakat tidak hanya memperoleh manfaat sesaat berupa ramuan siap konsumsi, tetapi juga keuntungan berkelanjutan melalui tersedianya bahan baku langsung dari pekarangan rumah.

Dari sisi kesehatan masyarakat, kegiatan ini mendukung literatur yang menyatakan bahwa pengembangan dan pemanfaatan tanaman obat tradisional dapat menjadi strategi promotif dan preventif kesehatan, terutama di daerah pesisir yang memiliki aktivitas fisik tinggi dan memerlukan stamina lebih (Depkes RI, 2018).



Gambar 1.
Pembagian bibit kepada masyarakat



Gambar 2.
Masyarakat mencicipi ramuan

KESIMPULAN

Kesimpulan :

Kegiatan toga dan ramuan bertuah berjalan dengan lancar dan mendapat sambutan positif dari masyarakat. Ramuan yang disajikan terbukti disukai, terlihat dari banyaknya masyarakat yang mencoba bahkan meminta tambahan. Hal ini menunjukkan bahwa minat terhadap pemanfaatan tanaman herbal sebagai minuman kesehatan cukup tinggi, serta masyarakat dapat menerima dengan baik edukasi yang diberikan.

Saran :

Saran dari kegiatan ini dapat dipertimbangkan pengembangan produk ramuan herbal kemasan sederhana untuk meningkatkan nilai ekonomi bagi masyarakat. Diharapkan masyarakat terus menanam dan merawat tanaman TOGA di lingkungan rumah agar ketersediaan bahan selalu ada. Kepada mahasiswa sebaiknya membuat ramuan dalam bentuk botol kemasan agar Masyarakat bisa membawa pulang, tidak hanya mencicipi pada saat demonstrasi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Suhelma Wahyuni, Nadia Halusa, Rika Wanillia, Raja Nashiba Miftahul Jannah, Tiara Putri, Nazifah Salsabila, Najla Ramita Ardelia, Nurul Nityasa, Mohd. Taufiq Rahman, Shindy Maulidya Azhara mengucapkan terima kasih kepada masyarakat Kampung Terih, Kelurahan Sambau, Kecamatan Nongsa, yang telah berpartisipasi aktif dalam kegiatan ini, serta kepada Institut Kesehatan Mitra Bunda Batam atas dukungan dan bimbingannya selama pelaksanaan KKN.

DAFTAR PUSTAKA

- Harjono, H., Rahayu, N., & Wulandari, E. (2017). Tanaman obat keluarga (TOGA) sebagai upaya peningkatan kesehatan masyarakat. *Jurnal Abdimas*, 21(1), 45–52.
- Lestari D. Mohammad J. & Isnaina. (2017). Kajian Pemanfaatan Tanaman Sebagai Obat Tradisional di Desa Toloi Kecamatan Torue Kabupaten Parigi Moutong.
- Menteri Kesehatan. (2016). Upaya Pengembangan Kesehatan Tradisional Melalui AsuhanMandiri Pemanfaatan Taman Obat Keluarga dan Keterampilan. *Berita Negara Republik Indonesia*, 450. www.peraturan.go.id
- Ningsih AW, Nisak A, F. (2020). Pengolahan Minuman Teh Herbal Peningkat Imunitas dengan Komposisi Jahe-Kunyit-Temulawak Di Desa Jembul Kecamatan Jatirejo Kabupaten Mojokerto. *Prosiding Seminar Nasional Abdimas Ma Chung*, 288–295.
- Noena, M., & Base, R. (2021). Ramuan tradisional etnis Makassar dan Toraja sebagai imunomodulator. *Jurnal Fitofarmaka Indonesia*, 8(2), 123–130.
- RI, D. K. (2018). Pemanfaatan tanaman obat keluarga (TOGA) untuk kesehatan masyarakat. *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*.
- Sari, D., Lestari, P., & Nugroho, A. (2020). Edukasi pemanfaatan tanaman obat keluarga dalam meningkatkan kesehatan masyarakat. *Jurnal Abdimas Sehat*, 2(1), 55–62.
- Sutrisno, J., Agustono, A., Fajarningsih, R. U., Khairiyakh, R., Ulfa, A. N., & Nurhidayati, I. (2021). Intensifikasi Pekarangan dengan Tanaman Obat sebagai Ecotherapy dan Peningkat Imunitas. *AgriHealth: Journal of Agri-Food, Nutrition and Public Health*, 2(1), 45. <https://doi.org/10.20961/agrihealth.v2i1.52719>
- Syamsul, A. (2020). Khasiat farmakologis tanaman herbal: Jahe, temulawak, dan sereh. *Jurnal Farmasi Indonesia*, 11(3), 201–210.