

**PEMANFAATAN TANAMAN OBAT KELUARGA
UNTUK PENGOBATAN KELUARGA
DI KELURAHAN KEBUN BUNGA
KECAMATAN SUKARAMI-KOTA PALEMBANG**

Aseptianova

Program Studi Pendidikan Biologi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Muhammadiyah Palembang
Jalan A. Yani No. 13 Palembang
nasepti@yahoo.co.id

ABSTRAK

Seiring dengan perkembangan pengetahuan dan teknologi obat-obatan tradisional telah dibuktikan khasiatnya secara laboratorium dan dijamin aman untuk dikonsumsi serta dapat menyembuhkan penyakit tanpa menimbulkan efek samping. Upaya yang dilakukan masyarakat juga dianjurkan pemerintah dalam peningkatan derajat kesehatan salah satunya pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA). Pengabdian masyarakat dapat kita manfaatkan sebagai bagian dari usaha promosi kesehatan mandiri pada masyarakat. Tujuan dari pengabdian masyarakat ini supaya masyarakat mengetahui manfaat dari tumbuhan sebagai tanaman obat agar masyarakat dapat membudidayakan dan melestarikan berbagai tanaman obat sehingga bisa mengurangi biaya pengobatan. Pengabdian masyarakat ini menggunakan model partisipatif. Hasil dalam pengabdian masyarakat ini menunjukkan bahwa masyarakat telah mulai memanfaatkan dan membudidayakan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) sekaligus sebagai tanaman produktif. Di kecamatan Sukarami lahan kosong sudah dimanfaatkan untuk berbagai tanaman mulai dari jahe, kunyit, kencur, durian, jambu, sirsak, kelengkeng, rambutan, dan nangka.

Kata kunci: Tanaman; obat; masyarakat.

PENDAHULUAN

Tanaman obat sudah banyak sekali digunakan oleh manusia sejak zaman dahulu. Perkembangan zaman juga semakin meningkatnya pengetahuan manusia tentang farmakologi dan ilmu kedokteran masyarakat banyak beralih ke obat-obatan kimia yang telah teruji khasiatnya secara laboratorium. Seiring dengan berjalannya waktu dengan adanya perkembangan pengetahuan dan kesadaran masyarakat terhadap bahaya yang ditimbulkan oleh bahan kimia yang terkandung dalam obat-obatan masyarakat terdorong kembali menggunakan obat-obatan tradisional dengan perkembangan teknologi pula semakin banyak tanaman yang telah dibuktikan khasiatnya secara laboratorium dan dijamin aman untuk dikonsumsi serta menyembuhkan penyakit tanpa menimbulkan efek samping.

Primary Health Care (PHC) merupakan suatu strategi yang ditetapkan oleh pemerintah Indonesia untuk mencapai kesehatan semua

masyarakat. Salah satu unsur penting dalam *Primary Health Care* (PHC) adalah penerapan teknologi tepat guna dan peran serta masyarakat. Peran serta masyarakat dalam menunjang pembangunan kesehatan berdasarkan *Primary Health Care* (PHC) adalah bentuk upaya pengobatan tradisional (Badan Pusat Statistik, 2008).

Peningkatan penyelenggara pembangunan sistem kesehatan nasional yang merupakan penjabaran pola pembangunan nasional dan sebagai petunjuk pelaksanaan pembangunan di bidang kesehatan telah ditetapkan dalam keputusan menteri kesehatan RI No. 13/Menkes/SK/II/2004.

Meningkatnya kesadaran, pola pikir, dan gaya hidup masyarakat diperlukan penyuluhan. Pemerintah melalui kementerian kesehatan bekerja sama dengan Dinas Kesehatan dan Pembinaan Kesejahteraan Keluarga (PKK) secara terus-menerus mensosialisasikan manfaat Tanaman Obat Keluarga (TOGA) serta

memotivasi masyarakat agar menanam tanaman obat-obatan. Tiga tahap keberhasilan sosialisasi pemanfaatan tanaman obat keluarga yang dilakukan oleh Tim Penggerak PKK yakni persiapan, pelaksanaan serta evaluasi dan monitoring (Susanto, 2017).

Keberhasilan sosialisasi dapat meningkatkan minat masyarakat dalam memanfaatkan pengobatan dengan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) hal ini dikarenakan masyarakat merasa pengobatan tersebut berasal dari bahan alami yang lebih murah dan bahan bakunya lebih mudah didapatkan (Nursiyah, 2013).

Pengabdian masyarakat ini dapat kita manfaatkan sebagai bagian dari usaha promosi kesehatan mandiri pada masyarakat, salah satunya di Kelurahan Kebun Bunga Kecamatan Sukarami Kota Palembang yang memiliki luas 750 Ha dengan jumlah penduduk 34.483 jiwa. Kelurahan Kebun Bunga saat ini memiliki 9.536 Kepala Keluarga (KK), dengan jumlah penduduk laki-laki

16.871 Jiwa dan jumlah penduduk perempuan 17.612 Jiwa.

Pengabdian masyarakat ini menggunakan model partisipatif yang melibatkan komponen masyarakat seperti Tokoh masyarakat, Posyandu, Ketua RT, Ketua RW, PKK, Dasawisma, Kader-Kader Jumatik, dan Kader-Kader Lingkungan. Lokasi pengabdian masyarakat ini dikembangkan di posyandu mawar balita, posyandu mawar lansia, posyandu sentra, dan posyandu kasih ibu.

Model partisipatif dapat dimulai dari komponen masyarakat berbagi atau mengumpulkan informasi dan penyebaran dari kegiatan tentang program yang akan direncanakan dalam hal ini kegiatan lebih bersifat satu arah. Pada partisipasi yang lebih dalam lagi terdapat kolaborasi yang merupakan pembuatan keputusan bersama dengan melibatkan pihak yang lebih berkompeten di bidangnya, dengan bertambahnya pengetahuan dan informasi yang didapatkan tujuan masyarakat mandiri yang dapat

menanggulangi sendiri permasalahan yang ada pada masyarakat itu sendiri dengan meningkatkan kemandirian keluarga dan masyarakat dalam bidang kesehatan maka masyarakat akan lebih berperan dalam peningkatan derajat kesehatannya.

PEMBAHASAN

Tanaman obat tradisional sering disebut dengan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) yang biasanya ditanam oleh keluarga seperti di kebun juga halaman rumah dengan berbagai jenis tumbuhan yang berkhasiat dan digunakan sebagai kebutuhan pengobatan keluarga. Tumbuhan ini biasanya digunakan sebagai pengobatan untuk pertolongan pertama seperti batuk dan demam. Jenis tanaman yang sering ditanam di kebun dan halaman seperti temulawak, kunyit, sirih, kembang sepatu, sambiloto dan sebagainya. Tumbuhan obat tradisional juga tidak hanya sengaja ditanam masyarakat namun juga sering kali hanya tumbuh liar di sekitar rumah atau jalan-jalan. Olahan yang sering

digunakan masyarakat dalam mengkonsumsi tumbuhan obat adalah jamu (Nursiyah, 2013).

Tanaman obat keluarga sangat berbeda dengan obat kimia yang khususnya untuk mengobati satu jenis penyakit tertentu, tanaman obat memiliki khasiat yang beragam. Misalnya jeruk nipis dapat digunakan untuk pengobatan demam, batuk kronis, flu ringan, kurang darah, menghentikan kebiasaan merokok, bau ketiak yang tidak sedap dan juga mampu melancarkan keluarnya air seni. Setiap jenis tanaman obat keluarga memiliki ciri fisik tanaman, tempat tumbuh tanaman, cara penanaman, khasiat tanaman dan cara meramu tanaman menjadi obat.

Tumbuhan obat adalah tumbuhan yang memiliki khasiat obat dan digunakan sebagai obat dalam penyembuhan maupun pencegahan penyakit, pengetahuan berkhasiat obat adalah mengandung zat aktif tertentu tapi mengandung efek resultan atau

sinergi dari berbagai zat yang berfungsi mengobati (Rahmawati, 2002).

Obat adalah benda atau zat yang dapat digunakan untuk melawan atau mengobati penyakit, membebaskan gejala, dan mengubah proses kimia dalam tubuh. Obat merupakan suatu bahan atau paduan bahan-bahan yang dimaksudkan untuk digunakan dalam menetapkan diagnosis, mencegah, mengurangi, menghilangkan, menyembuhkan penyakit atau gejala penyakit, luka atau kelainan badaniah dan rohaniah pada manusia atau hewan dan untuk memperelok juga memperindah badan juga bagian badan atau hewan dan untuk memperelok atau memperindah badan atau bagian badan manusia (Basri, 2002).

Tanaman obat atau biofarma didefinisikan sebagai jenis tanaman yang sebagian atau keseluruhan bagian tanaman dan eksudat tanaman tersebut dapat digunakan sebagai obat, bahan atau ramuan obat-obatan. Eksudat tanaman adalah isi sel yang secara spontan keluar dari tanaman atau

dengan cara tertentu sengaja dikeluarkan dari sel. Eksudat tanaman dapat berupa zat-zat atau bahan-bahan nabati lainnya yang tertentu dipisahkan atau diisolasi dari tanamannya (Chasanah, 2010). Upaya pelayanan kesehatan tradisional merupakan pelayanan kesehatan yang secara tidak langsung memiliki peranan dalam menunjang pencapaian indikator renstra kementerian kesehatan melalui pemanfaatan pelayanan kesehatan tradisional ramuan dan keterampilan dalam tumbuh kembang balita, kesehatan ibu hamil dan nifas, maupun pijat untuk kesegaran tubuh.

Tumbuhan yang berkhasiat obat sebagian besar memiliki aroma khas dikarenakan adanya kandungan minyak atsiri, sedangkan adanya alkaloid yang tinggi dan kandungan senyawa tanin menjadikan tumbuhan yang mengandung senyawa ini memiliki rasa yang sepat dan pahit. Selain itu, pada akar tumbuhan mengandung banyak air dan serat (Utami, 2010).

Pelayanan kesehatan tradisional sendiri dapat digunakan masyarakat dalam mengatasi gangguan kesehatan secara mandiri (*self-care*), baik untuk pribadi maupun untuk keluarga melalui pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA).

Pengobatan tradisional yang berasal dari tanaman merupakan manifestasi dari partisipasi aktif masyarakat dalam menyelesaikan problematika kesehatan dan telah diakui peranannya oleh berbagai bangsa dalam meningkatkan derajat kesehatan masyarakat. *World Health Organization* (WHO) merekomendasikan penggunaan obat tradisional termasuk obat herbal dalam pemeliharaan kesehatan masyarakat, pencegahan dan pengobatan penyakit, terutama untuk kronis, penyakit degeneratif dan kanker (Agustina, 2016).

Pengetahuan masyarakat lokal dalam memanfaatkan sumber daya tumbuhan akan sangat membantu menjaga kelestarian keanekaragaman

hayati dan usaha domestikasi tanaman obat (Kandari *et al.*, 2012).

Pengetahuan masyarakat dalam memanfaatkan sumber daya tumbuhan dapat dilihat melalui apotik hidup. Apotik hidup merupakan istilah penggunaan lahan yang ditanami tumbuhan yang berkhasiat untuk obat secara tradisional (Syarif *et al.*, 2011).

Pada tingkat rumah tangga pelayanan kesehatan oleh individu dan keluarga memegang peran utama. Pengetahuan tentang obat tradisional dan pemanfaatan tanaman obat merupakan unsur penting dalam meningkatkan kemampuan individu juga keluarga untuk memperoleh hidup sehat.

Di tingkat masyarakat peran pengobatan tradisional termasuk peracik obat tradisional juga jamu mempunyai peranan yang cukup penting dalam pemerataan pelayanan kesehatan untuk mewujudkan derajat kesehatan masyarakat yang optimal.

Pengobatan tradisional secara langsung atau tidak langsung

mempunyai kaitanya dengan upaya pelestarian pemanfaatan sumber daya alam hayati, khususnya tumbuhan obat. Penggunaan obat tradisional secara empirik dan ramuan tradisional ini tidak hanya digunakan sebagai obat saja namun juga dapat digunakan sebagai pemelihara kesehatan (Stefanus, 2011).

Pemerintah telah menetapkan kebijaksanaan dalam upaya pelayanan kesehatan yaitu *Primary Health Care* (PHC) sebagai suatu strategi untuk mencapai kesehatan semua pada tahun 2000. Salah satu unsur penting *Primary Health Care* (PHC) antara lain penerapan teknologi tepat guna dan peran serta masyarakat. Salah satu unsur penting dalam *Primary Health Care* (PHC) antara lain penerapan teknologi tepat guna yang potensial untuk menunjang pembangunan kesehatan. Hal ini disebabkan antara lain karena pengobatan tradisional sejak ada sejak dahulu dimanfaatkan oleh masyarakat serta bahan-bahannya banyak terdapat di seluruh pelosok tanah air. Dalam rangka peningkatan

dan pemerataan pelayanan kesehatan masyarakat, obat tradisional perlu dimanfaatkan sebaik-baiknya.

Pemerintah juga berupaya untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat melalui penerapan teknologi tepat guna yang potensial untuk menunjang pembangunan kesehatan. Penerapan praktis dapat dilakukan dengan cara membudidayakan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) yang dapat dimanfaatkan sebagai bahan untuk mengobati anggota keluarga secara mandiri dengan sasaran tepat guna serta terjangkau dari segi jarak pendanaan. Bagi sebagian masyarakat mengkonsumsi tanaman obat sebagai alternatif penyembuhan penyakit dianggap lebih aman bagi tubuh karena tidak menimbulkan efek samping meski dalam dosis tinggi dan juga tidak menimbulkan efek ketergantungan. Isu global "*back to nature*" semakin meningkatkan pemakaian tanaman obat yang lebih dikenal dengan obat tradisional, di tingkat nasional maupun

global. Sejarah pengobatan yang sudah dikenal sejak lama sebagai warisan budaya dan tetap diteruskan kini menjadi potensi dan modal dasar untuk mengembangkan obat-obat tradisional yang berasal dari tanaman. Data dari *World Health Organization* (WHO) menunjukkan sekitar kurang lebih 80% penduduk dunia menggunakan obat-obatan yang berasal dari tanaman. Bahkan banyak obat-obatan modern yang menggunakan tanaman obat sebagai bahan baku pembuatan obat (Kintoko, 2006).

Dalam kebijakan kementerian kesehatan RI, pembinaan dan pengawasan pelayanan kesehatan tradisional dilakukan melalui 3 (tiga) pilar. Pilar pertama adalah regulasi, adapun dukungan regulasi terhadap pelayanan kesehatan tradisional telah dituangkan dalam Undang-Undang RI No. 36 tahun 2009 yang telah disebutkan diatas, SKN tahun 2009 yang menyebutkan bahwa pengobatan tradisional merupakan bagian sub sistem Upaya Kesehatan, Kepmenkes RI

Nomor 1076/Menkes/SK/VII/2003 tentang saintifikasi jamu berbasis pelayanan. Pilar kedua adalah pembina kemitraan dengan berbagai lintas sektor terkait dan organisasi (asosiasi) pengobat tradisional termasuk pengawasan terhadap tenaga pengobat tradisional baik yang asli Indonesia maupun yang berasal dari luar negeri. Pilar ketiga adalah pendayagunaan sentra pengembangan dan penerapan pengobatan tradisional (Sentra P3T) untuk *menapis* metode pelayanan kesehatan tradisional di masyarakat dan melakukan pembuktian melalui pengkajian, penelitian, uji klinik, baik terhadap cara maupun terhadap manfaat dan keamanannya pada saat ini sudah ada 11 Sentra P3T tersebar di 11 Provinsi yaitu Sumatera Utara, Jawa Barat, DKI, Jawa Tengah, Jawa Timur, DIY, Bali, NTB, Maluku, Sulawesi Utara, Sulawesi Tenggara, serta adanya Balai Kesehatan Tradisional Masyarakat (BKTM) di Makasar dan Loka Kesehatan Tradisional Masyarakat (LKTM) di Palembang.

Pembinaan dan pengawasan terhadap pelayanan kesehatan tradisional dilakukan secara berjenjang mulai dari tingkat rumah tangga, masyarakat, pelayanan kesehatan dasar di puskesmas, kabupaten/kota, provinsi dan kementerian kesehatan bersama lintas sektor terkait dan mengikut sertakan asosiasi pengobatan tradisional.

Untuk lebih meningkatkan penyelenggaraan pembangunan kesehatan yang semakin luas dan kompleks dengan keputusan menteri kesehatan RI No.99a/Menkes/SK/III/1982 tanggal 2 maret 1982 telah ditetapkan sistem kesehatan nasional yang merupakan penjabaran pola pembangunan nasional dan sebagai petunjuk pelaksanaan pembangunan di bidang kesehatan. Sistem kesehatan nasional adalah suatu tatanan yang mencerminkan upaya bangsa Indonesia untuk meningkatkan kemampuan mencapai derajat kesehatan yang optimal sebagai perwujudan kesejahteraan umum. Flora

dan Fauna serta mineral yang berkhasiat sebagai *chat* harus dikembangkan dan disebarluaskan agar semaksimal mungkin dapat dimanfaatkan dalam upaya-upaya kesehatan masyarakat khususnya untuk tanaman *chat* penyebar luasannya dapat dilakukan melalui Tanaman Obat Keluarga (TOGA).

Kebijakan Departemen Kesehatan RI tentang pengobatan tradisional seperti tercantum dalam UU No. 23 tahun 1992 pasal 47 tentang pengobatan tradisional dalam kepmenkes No. 1076/SK/VII/2003 tentang penyelenggaraan pengobatan tradisional yang menggunakan tanaman obat-obatan.

Pemerintah juga menetapkan Keputusan Menteri Kesehatan RI No.381/Menkes/III/2007 dalm salah satu sub sistem dari Sistem Kesehatan Nasional. Dalam keputusan Menkes tersebut disebutkan bahwa pengembangan dan peningkatan penelitian uji klinis pemanfaatan obat tradisional ditunjukkan agar diperoleh

obat tradisional yang bermutu tinggi, aman, memiliki khasiat nyata yang teruji secara ilmiah dan dapat dimanfaatkan secara luas, baik digunakan sendiri maupun dalam pelayanan kesehatan formal. Selain itu pemerintah menetapkan Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 9 Tahun 2016 tentang upaya pengembangan kesehatan melalui asuhan mandiri pemanfaatan tanaman obat keluarga dan keterampilan budidaya penolahnannya.

Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 1109/Menkes/Per/IX/2007 menyatakan pengobatan komplementer alternatif dilakukan sebagai upaya pelayanan yang berkesinambungan untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat mulai dari peningkatan kesehatan (promotif), pencegahan penyakit (preventif), penyembuhan penyakit (kuratif) dan pemulihan (rehabilitatif). Pemerintah telah menerapkan dan mensosialisasikan informasi mengenai pemanfaatan

tanaman obat keluarga sebagai alternatif peningkatan kesehatan masyarakat Indonesia.

Peran serta masyarakat pada hakikatnya merupakan suatu proses agar masyarakat makin mampu untuk menyelenggarakan berbagai upaya kesehatan, baik yang dilakukan masyarakat sendiri maupun pemerintah.

Upaya dukungan dari pelayanan kesehatan tradisional dalam mencapai tujuan kesehatan antara lain perawatan ibu setelah bersalin dengan memanfaatkan temulawak dan beras kencur unruk menambah nafsu makan. Jika anak demam dapat diobati dengan memanfaatkan daun sambiloto dan *pule* yang didihkan dengan air kemudian setelah dingin dapat diminum, selain itu dapat memanfaatkan daun dadap serep dan daun kembang sepatu yang diremas-remas dan ditempelkan di kepala anak. Pemanfaatan pijat pada anak yang sudah ada turun menurun di Indonesia untuk memperlancar peredaran darah dan meningkatkan

kebugaran pada anak. Pemanfaatan daun jambu biji yang masih muda dapat digunakan dalam penanggulangan diare pada balita sedangkan untuk mengobati disentri masyarakat memanfaatkan daun sambiloto kering yang direbus atau menggunakan daun patikan cina yang dicampur dengan bawang merah dan pulosari. Tanaman serai dan lavender bisa dimanfaatkan sebagai pengusir nyamuk. Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) untuk memelihara kesehatan berimplikasi pada peningkatan usia harapan hidup seperti daun landep segar dan gandarusa sebagai obat pegel linu dan masih banyak hal-hal lain dari bumi Indonesia yang belum tergali pemanfaatannya untuk kesehatan.

Tanaman Obat Keluarga (TOGA) dapat mengobati suatu penyakit secara umum seperti gejala demam, batuk, gatal, dan sakit perut. Tanaman obat dapat diolah secara tradisional dan cukup sederhana seperti ditumbuk atau direbus. Selain sebagai pemenuhan kebutuhan obat-obatan bagi keluarga

ternyata tanaman obat juga memiliki fungsi dan manfaat bagi halaman rumah keluarga. Penanaman tanaman obat keluarga ini bertujuan untuk membudidayakan jenis tanaman obat yang sudah ditemukan atau langka. Manfaat lain dari penanaman ini sebagai salah satu penghijauan di sekitar area rumah agar terlihat lebih asri (Fitri, 2015).

Lahan perkarangan memiliki fungsi multiguna, lahan yang sempit bisa menghasilkan bahan pangan seperti umbi-umbian, sayuran, buah-buahan, bahan rempah dan obat. Keterbatasan lahan perkarangan yang sempit dapat dimanfaatkan dengan penanaman tanaman obat keluarga di perkarangan. Jenis Tanaman Obat Keluarga (TOGA) yang dapat dikembangkan antara lain kunyit, jahe, temulawak, lengkuas, kumis kucing dan sambiloto. Budidaya Tanaman Obat Keluarga (TOGA) diperuntukkan untuk memenuhi keperluan keluarga sehari-hari agar mudah didapat sewaktu-waktu dibutuhkan sebagai obat bagi

keluarga yang sakit, untuk itu dalam pemenuhan kebutuhan konsumsi keluarga diperlukan teknologi budaya tanaman obat keluarga agar diperoleh hasil yang optimal.

Kelebihan penggunaan obat tradisional yaitu relatif lebih aman dibanding obat konvensional, efek samping yang ditimbulkan relatif rendah, cara memperoleh tumbuhan obat tersebut mudah bahkan dapat dibudidayakan sendiri di rumah, murah, dapat diramu oleh semua orang. Suatu ramuan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) memiliki kandungan yang beranekaragam, memiliki efek sinergis. Ada banyak tumbuhan yang memiliki efek farmakologi lebih dari satu, sesuai terhadap penyakit metabolic dan generative.

Masyarakat Indonesia secara turun temurun telah memanfaatkan keunggulan tanaman obat untuk mengobati penyakit. Bagian tumbuhan yang dapat digunakan sebagai obat di antaranya adalah bagian buah, batang, daun dan akar atau umbi.

Saat ini masyarakat perkotaan telah menyadari pemanfaatan tanaman obat untuk mengobati penyakit degeneratif yang diderita baik oleh dirinya dan keluarga. Salah satu fungsi Tanaman Obat Keluarga (TOGA) adalah sebagai sarana untuk mendekatkan tanaman obat kepada upaya-upaya kesehatan masyarakat yang antara lain meliputi:

1. Upaya preventif (pencegahan)
2. Upaya promotif (meningkatkan derajat kesehatan) yakni sebagai sarana untuk memperbaiki status gizi masyarakat karena banyak dari jenis tanaman obat yang dikenal sebagai tanaman penghasil buah-buahan atau sayur-sayuran misalnya lobak, seledri, pepaya dan lain-lain.
3. Upaya kuratif (penyembuhan penyakit)

Sarana untuk pelestarian alam apabila pembuatan tanaman obat alam tidak diikuti dengan upaya-upaya pembudidayaan kembali, maka sumber bahan obat alam itu

terutama tumbuh-tumbuhan akan mengalami kepunahan.

4. Sarana penyebaran

Gerakan penghijauan untuk menghijaukan bukit-bukit saat ini mengalami penggundulan dapat dianjurkan penyebarluasan penanaman tanaman obat yang berbentuk pohon-pohon misalnya pohon asam, pohon kedaung, pohon trengguli dan lain-lain.

5. Sarana pemerataan pendapatan

Tanaman obat keluarga disamping berfungsi sebagai sarana untuk menyediakan bahan obat bagi keluarga dapat pula berfungsi sebagai sumber penghasilan bagi keluarga.

6. Sarana keindahan

Dengan adanya Tanaman Obat Keluarga (TOGA) bila ditata dengan baik hal ini akan keindahan namun juga diperlukan perawatan terhadap tanaman yang ditanam terutama yang ada di pekarangan rumah.

Sosialisasi pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) yang dilakukan di posyandu mawar balita, posyandu mawar lansia, posyandu sentra, dan posyandu kasih ibu untuk memberikan pemahaman masyarakat di kelurahan kebun bunga setelah diberikan sosialisasi mengenai pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) dan pemanfaatan lahan perkarangan sebagai media untuk budidaya tanaman obat oleh masyarakat di kelurahan kebun bunga kecamatan sukarami kota Palembang.



Gambar 1 . Sosialisasi Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) dan Pembagian tanaman di Posyandu Balita Kasih Ibu

Sumber: Dokumentasi Pribadi, 2018.



Gambar 2. Sosialisasi Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) dan Pembagian tanaman di Posyandu Melati

Sumber: Dokumentasi Pribadi, 2018.



Gambar 3. Sosialisasi Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) dan Pembagian tanaman di Posyandu Mawar

Sumber: Dokumentasi Pribadi, 2018.

Seiring dengan bertambahnya usia, pengetahuan dan pengalaman dalam penggunaan tanaman obat akan membuat seseorang semakin membaik pengetahuannya dan percaya jika tanaman obat dapat mengobati penyakit. Pengetahuan yang tinggi membuat masyarakat dapat lebih menerapkan *smart living* dalam pemanfaatan tanaman obat, di perkotaan telah terlaksana melalui penerapan *smart goverment* (program pemerintah) yang memanfaatkan lahan perkarangan sebagai media untuk budidaya tanaman obat. Masyarakat mengenal jamu sebagai salah satu bentuk pemanfaatan tanaman obat. Jamu meliputi segala bahan alam yang diolah atau diracik, menurut cara tradisional manfaat dari jamu sendiri adalah untuk memperkuat tubuh manusia, mencegah penyakit atau menyembuhkan manusia yang menderita penyakit. Biasanya jamu digunakan dalam pengobatan komplementer alternatif yaitu pengobatan non konvensional yang bertujuan untuk upaya preventif,

promotif, dan kuratif dalam meningkatkan derajat kesehatan masyarakat perkotaan dan pedesaan (Ahmad, 2012).

Tumbuhan obat dan obat tradisional sejak zaman dahulu memiliki peran penting dalam menjaga kesehatan, mempertahankan stamina dan mengobati penyakit. Ada beberapa cara penggunaan tanaman obat. Tanaman obat diolah dengan direbus (jamu godok) telah banyak digunakan untuk pengobatan karena manfaatnya sudah dirasakan dan efek samping yang ringan, serta mudah didapatkan. Cara pemanfaatan lainnya secara turun temurun yang dilakukan masyarakat dengan dimakan langsung (dilalap), direbus, dibuat teh, jus (Hadi *et al*, 2015). Hal ini karena masyarakat meyakini bahwa tanaman obat yang mengandung senyawa kimia alami, memiliki efek farmakologis dan bioaktivitas yang penting terhadap penyakit infeksi sampai penyakit degeneratif.

Upaya dukungan dari pelayanan kesehatan tradisional dalam mencapai

tujuan kesehatan antara lain perawatan ibu setelah bersalin dengan memanfaatkan temulawak dan beras kencur juga bisa dimanfaatkan sebagai penambah nafsu makan. Jika anak demam dapat diobati dengan memanfaatkan daun sambiloto dan pule yang didihkan dengan air kemudian diminum, selain itu dapat memanfaatkan daun dadap serep dan daun kembang sepatu yang diremas-remas dan ditempelkan di kepala anak. Pemanfaatan pijat pada anak yang sudah turun temurun di Indonesia untuk memperlancar peredaran darah dan meningkatkan kebugaran pada anak. Pemanfaatan daun jambu biji yang masih muda dapat digunakan dalam penanggulangan diare pada balita sedangkan untuk mengobati disentri bisa memanfaatkan daun sambiloto kering yang direbus atau menggunakan daun patikan cina yang dicampur dengan bawang merah dan pulosari. Tanaman serai dan lavender bisa dimanfaatkan sebagai pengusir nyamuk. Pemanfaatan Tanaman Obat

Keluarga (TOGA) untuk memelihara kesehatan yang berimplikasi pada peningkatan usia harapan hidup seperti daun ladep seger dan gandarusa sebagai obat pegal linu dan masih banyak hal-hal lainnya dari bumi Indonesia yang belum tergali pemanfaatannya untuk kesehatan.

Menurut Balai penelitian tanaman obat dan rempah (2008) menyatakan dibandingkan obat modern. Obat tradisional memiliki kelebihan berupa efek samping yang relatif kecil, dan komponen dalam satu bahan memiliki efek yang saling mendukung.

Beberapa jenis Tanaman Obat Keluarga (TOGA) dan juga sebagai tanaman produktif yang telah dimanfaatkan oleh masyarakat di Kelurahan kebun bunga kecamatan sukarami kota Palembang seperti jambu biji (*Psidium guajava* L.) untuk obat disentri, durian (*Durio zibethinus*) sebagai anti oksidan, menjaga kadar lemak dan mengurangi resiko ketidaksuburan pada wanita usia produktif, jambu jamaika (*Sygyzium*

malacenccis) baik untuk kesehatan mata, melancarkan pencernaan dan meredakan sariawan, sirsak (*Annona muricata* L.) dapat digunakan menyembuhkan nyeri, membunuh parasit, membersihkan saluran pencernaan, meningkatkan sistem kekebalan tubuh dan mencegah penyakit kanker, kelengkeng (*Dimocarpus longan*) kaya vitamin C, baik untuk mata dan menyembuhkan luka, Nangka (*Artocarpus heterophyllus*) mengandung protein yang tinggi, mengatasi gangguan pencernaan, menyehatkan rambut, sebagai antioksidan, serta mampu mengontrol detak jantung dan tekanan darah. Tanaman Obat Keluarga (TOGA) yang ada di Kelurahan Kebun Bunga Kecamatan Sukarami Kota Palembang berdasarkan jenis penyakitnya dapat dilihat pada tabel 1, tabel 2, tabel 3, tabel 4 dan tabel 5.

Tabel 1. Jenis Tanaman Obat Keluarga yang digunakan untuk Penyakit Kencing Manis dan Cara Penggunaannya

No.	Nama Tanaman	Cara Pengelolaan
1.	Cengkokak (<i>Solanum rubeanum</i>)	10-15 gr tanaman direbus lalu diminum airnya
2.	Tapak Dara (<i>Catharanthus roseus</i>)	15 gr tapak dara direbus minum
3.	Belimbing Manis (<i>Averrhoa carambola</i> L.)	3-5 buah belimbing digodok air sedukan ke dalam madu lalu diminum

Hal| 17

Tabel 2. Jenis Tanaman Obat Keluarga yang digunakan untuk Penyakit Darah Tinggi dan Cara Penggunaannya

No.	Nama Tanaman	Cara Pengelolaan
1.	Daun Suji (<i>Pleomele angustifolia</i> N.E Brown)	Segengam daun suji direbus dan diminum airnya
2.	Daun Mindi (<i>Melia azedarach</i> L.)	Digodok atau dijadikan bubuk
3.	Mengkudu (<i>Morinda citrifolia</i>)	Mengkudu masak diremas-remas lalu airnya ditambah dengan asam, gula merah dan garam secukupnya diminum dan daunnya sebagai lalap.
4.	Belimbing Wulu (<i>Averrhoa bilimbi</i> L.)	Daun belimbing hulu direbus dengan air sebanyak 3 gelas hingga airnya menjadi 1 gelas diminum.
5.	Belimbing Manis (<i>Averrhoa carambola</i> L.)	3-5 buah belimbing digodok air sedukan kemadu lalu diminum.
6.	Calincing (<i>Oxalis corniculata</i>)	30-60 gram direbus diminum
7.	Sambiloto (<i>Andrographis paniculata</i> nees)	Sambiloto 20 gr, kumis kucing 15 gr, temulawak 20 gr, kemuning 15 gr, rumput mutiara 15 gr, jinten 5 gr. Cuci bersih bahan kemudian dimasukkan kepanci enamel/kuali tanah, takaran 3 gelas air, rebus hingga setengahnya. Saring, kemudian diminum pagi dan malam. Bisa ditambahkan madu
8.	Mahkota Dewa (<i>Phaleria macrocarpa</i>)	Ambil 5-7 irisan buah mahkota dewa kering, diseduh dengan air panas hingga 1 gelas (200 ml). Bila tidak

		mengidap penyakit gula (diabetes) dapat ditambahkan gula jawa atau gula pasir secukupnya. Minum teratur pagi dan sore masing-masing 1 gelas
--	--	---

Tabel 3. Jenis Tanaman Obat Keluarga yang digunakan untuk Penyakit Diare dan Cara Penggunaannya

No.	Nama Tanaman	Cara Pengelolaan
1.	Lidah Mertua (<i>Sansevieria trifasciata</i>)	15-30 gr daun lidah mertua digondok lalu diminum
2.	Kemangi (<i>Ceinum cannum</i>)	Daunya secukupnya dimakan sebagai lalap. 50 helai daun dicuci, kunyah-kunyah sampai halus 2-3 menit, telan kemudian minum air hangat
3.	Belimbing Manis (<i>Averrhoa carambola</i> L.)	3-5 buah belimbing digodok air sedukan kemadu lalu diminum.
4.	Melati (<i>Jasminum officinale</i>)	Akar dicuci bersih lalu digiling dan diminum.
5.	Calincing (<i>Oxalis corniculata</i>)	30-60 gram direbus diminum

Tabel 4. Jenis Tanaman Obat Keluarga yang digunakan untuk Batuk dan Cara Penggunaannya

No.	Nama Tanaman	Cara Pengelolaan
1.	Cengkokak (<i>Solanum rubepernum</i>)	10-15 gr tanaman direbus lalu diminum airnya
2.	Jahe Merah (<i>Zingiber officinale</i>)	Ambil jahe merah dan dibuat jus lalu campur dengan 1 sendok makan madu, minum 3 kali sehari.
3.	Sirih (<i>Piper betle</i> L.)	Daun sirih+gambir+pinang dikunyah
4.	Mengkudu (<i>Morinda citrifolia</i>)	Mengkudu masak diremas-remas lalu airnya ditambah dengan asam, gula merah dan garam secukupnya diminum dan daunnya sebagai lalap.
5.	Belimbing Manis (<i>Averrhoa carambola</i> L.)	Melancarkan kencing batu: 3-5 buah belimbing digodok air sedukan kemadu lalu diminum.
6.	Patiakan Kebo (<i>Euphorbia hirta</i> L.)	Ambilah patikan kebo 1,2 g, jahe 48 g, manis jagan 4,8 g, kapulogo 1,2 g, cengkeh 4,8 g, sirih 14,4 g, saga 2,4 g, poko 1,3 g, gula 78 g, air 120 ml. Patikan kebo, jahe, sirih, saga

		dan poko dipotong – potong, lalu rebuslah sampai mendidih. Saring. Manisjangan dipotong – potong juga, kapulogo ditumbuk, cengkeh, rebuslah ketiga bahan tersebut dengan air saringan tadi hingga mendidih, terus saring dan gunakan air saringan tersebut untuk merebus gula hingga mendapat 120 ml sirup. Diminum untuk dewasa: 3x sehari 1- 2 sdm, untuk anak – anak: 3x sehari 1 -2 sdt.
7.	Seri/Talok (<i>Muntingia calabura</i>)	20 gram daun segar seri, dicuci dan direbus dengan 3 gelas air sampai air rebusannya tinggal setengah, digunakan lalu disaring. Hasil saring diminum tiga kali sehari sama banyak.

Tabel 5. Jenis Tanaman Obat Keluarga yang digunakan untuk Flu dan Cara Penggunaannya

No.	Nama Tanaman	Cara Pengelolaan
1.	Lidah Mertua(<i>Sansevieria trifasciata</i>)	15-30 gr daun lidah mertua digondok lalu diminum
2.	Belimbing Manis (<i>Averrhoa carambola</i> L.)	Melancarkan kencing batu: 3-5 buah belimbing digodok air sedukan kemadu lalu diminum.
3.	Melati (<i>Jasminum officinale</i>)	Akar dicuci bersih lalu digiling dan diminum
4.	Calincing (<i>Oxalis corniculata</i>)	30-60 gram direbus lalu diminum

Widyawati dan rizal (2015) menyebutkan jenis tanaman obat tradisional yang terdapat dipekarangan masyarakat perkotaan dan dapat direkomendasikan menjadi tanaman obat keluarga karena memiliki khasiat antara lain kunyit (*Curcuma domestica*),

temulawak (*Curcuma xanthorrhiza* Roxb.), kencur (*Kaempferia galanga* L.), jahe (*Zingerber officinale*), lengkuas (*Alpina galanga*), daun salam, mengkudu, kumis kucing, mahkota dewa, asoka (*Saraca indica*), melati (*Jasminum officinale*), pepaya (*Carica papaya* L.), cocor bebek (*Kalanchoe*

pinnata Syn.), jambu biji (*Psidium guajava* L.), belimbing buah belimbing (*Averrhoa carambola*), sirih (*Piper betle*), pare, jeruk nipis (*Citrus aurantifolia*), katuk, kunir putih, lidah buaya (*Aloe vera* L.), alang-alang, belimbing wuluh (*Averrhoa belimbi* L.), temu giring (, ubi jalar, dan beluntas.

Beberapa jenis tanaman obat yang sering dimanfaatkan oleh masyarakat Indonesia antara lain kunyit (*Curcuma domestica*), temulawak (*Curcuma xanthorrhiza* Roxb.), kencur (*Kaempferia galanga* L.), jahe (*Zingiber officinale*), lengkuas (*Alpinia galanga*), salam (*Syzygium polyanthum*), pace, pyanghong, kumis kucing (*Orthosiphon aristatus*), asoka (*Saraca indica*), belimbing (*Averrhoa carambola*), sirih (*Piper betle*), meniran (*Phyllanthus urinaria*), kecubung (*Datura metel*), kemlanding, kangkung lumut (*Ipomea reptans*), kunir putih, kayu manis, pegagan, alang-alang dan tapak dara putih (*Catharanthus roseus*) (Syarif et al., 2011)

Beberapa tumbuhan herba yang memiliki zat pahit seperti brotowali (*Tinospora crispa*), dan juga tumbuhan herba berbau aromatik seperti sirih (*Piper betle*) merupakan tumbuhan herba yang berkhasiat obat (Kurdi, 2011). Contoh tumbuhan herba lain yang familiar dan ternyata memiliki khasiat sebagai obat adalah kumis kucing (*Orthosiphon aristatus*), ceplukan (*Physalis angulata*), pegagan (*Centella asiatica*), dan babandotan (*Ageratum conyzoides*). Masing-masing herba mengandung zat yang memiliki potensi sebagai obat antara lain sebagai anti bakteri, anti inflamasi, analgesik, anti hiperglikemi, anti virus, dan mampu menetralkan racun (Aspan, dkk. 2008).

Selain menjadi sumber pemenuhan gizi keluarga, pemanfaatan perkarangan juga dapat menjadi alternatif pengembangan kegiatan ekonomi produktif dalam meningkatkan pendapatan dan kesejahteraan keluarga. Kenyataan yang ada menunjukkan bahwa luasan lahan perkarangan di Kelurahan kebun bunga

mengisyaratkan masih terbukanya peluang dalam optimalisasi potensi lahan perkarangan dengan penanaman berbagai jenis tanaman hortikultura yang bernilai ekonomi tinggi sekaligus sebagai penunjang kebutuhan nutrisi dan kesehatan keluarga juga berperan sebagai penunjang kebutuhan nutrisi dan kesehatan keluarga, jenis tanaman hortikultura seperti sayuran, Tanaman Obat Keluarga (TOGA) tidak membutuhkan areal yang luas dalam penanamannya serta perawatannya cukup mudah, sehingga sangat sesuai untuk dikembangkan di lahan perkarangan. Upaya ini akan berlangsung efektif jika dilaksanakan secara intensif dan berkelanjutan.

Potensi yang besar pada tanaman obat inilah dapat dijadikan peluang usaha tani yang meningkatkan perekonomian bagi masyarakat, tidak hanya sebatas peluang usaha yang dijalankan dalam skala kecil namun tanaman obat bisa dijadikan komoditas ekspor sebagai contoh, ekspor jahe Indonesia rata-rata meningkat 32,75%

per tahun sedangkan bangsa pasar jahe indonesia terhadap pasar dunia 0,8%, berarti peluang Indonesia masih sangat besar untuk meningkatkan ekspor jahe (Ermiami, dkk. 2006).

Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) sangat membantu persoalan-persoalan yang menyangkut kesehatan, kini masyarakatpun telah mampu mengatasi masalah-masalah tersebut dengan cara yang lebih alami. Hal ini menunjukkan bahwa obat yang berasal dari sumber bahan alam khususnya tanaman telah memperlihatkan peranannya dalam penyelenggaraan upaya-upaya kesehatan masyarakat. Budidaya Tanaman Obat Keluarga (TOGA) juga dapat memacu usaha kecil dan menengah di bidang obat-obatan herbal sekalipun dilakukan secara individual. Setiap keluarga dapat membudidayakan tanaman obat secara mandiri dan memanfaatkannya sehingga akan terwujud prinsip kemandirian dalam pengobatan keluarga.

SIMPULAN

Pengabdian masyarakat dimanfaatkan sebagai usaha promosi kesehatan mandiri pada masyarakat dalam memanfaatkan sumber daya tumbuhan sehingga meningkatkan minat masyarakat untuk memanfaatkan tanaman obat-obatan (*Smart living*) yang pada akhirnya meningkatkan kesehatan masyarakat. Masyarakat Kelurahan Kebun Bunga Kecamatan Sukarami Kota Palembang telah mulai memanfaatkan dan membudidayakan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) sekaligus sebagai tanaman produktif lahan kosong sudah dimanfaatkan untuk berbagai tanaman mulai dari jahe, kunyit, kencur, durian, jambu, sirsak, kelengkeng, rambutan, dan nangka.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada LPPM Universitas Muhammadiyah Palembang dan semua pihak yang telah membantu. Hal | 22

KEPUSTAKAAN

- Agustina setiawati, 2016. The inhibitor of Typhonium Flagelliforme Lodd Blume leaf extract on COX-2 expression of WiDr colon cancer cells. 6,3 February Elsevier No: 2221-1691, DOI: 10.1016/j.apjtb.2015.12.012. *Asian Pasific Journal of Trofical Biomedicine*.
- Aspan, Ruslan, Sherley dan Napitupulu. 2008. *Taksonomi Koleksi Tanaman Obat Kebun*. Tanaman Obat. Bidang Biologi LIPI. Citeureup Hal 44-46.
- Bahan Pusat Statistik Indonesia (BPS), 2008. National Family Planning Coordinating Board, Ministry of Health, ORC Macro. Indonesia Demographic and Health Survey

2007. Calverton, Maryland: BPS and ORC Macro. Indonesia: Badan Pusat Staistik-Statistics Indonesia.
- Basri, 2002. *Definisi Obat*. (Online), (<http://nurhikmaalbasir.blogspot.co.id/>), diakses pada 05 Oktober 2018.
- Chasanah. 2010. *Pemanfaatan Tumbuhan Obat Tradisional*. (Online), (<http://pemanfaatantumbuhanobattradisional.artikel/2010kandungan-tumbuhan-obat-html>, diakses tanggal 4 oktober 2018).
- Ermiami, Chasimila dan Ratna. 2006. Kelayakan Usha Tani Beberapa Tanaman Obat. Balai Penelitian Tanaman Obat dan Aromatik. *Prosiding Penguatart Inovasi Mendukung Kemandirian Usaha Tani Perkebunan Rakyat* 87-88.
- Fitri. 2015. *Pengaruh Jenis Substrat terhadap Kelimpahan Tanaman Lamun di Pantai Karapyak Kabupaten Pangandaran Jawa Barat*. Skripsi Program Pendidikan Biologi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan. Universitas Pasundan Bandung: Tidak diterbitkan.
- Hadi, E.E.W., Widyastuti, S.M., & Wahyuono, S. 2015. *Keanekaragaman dan Pemanfaatan Tumbuhan Bawah pada Sistem Agroforesti di Perbukitan Menoreh, Kabupaten Progo*. *Jurnal Manusia dan Lingkungan*, 23 (2), 206-215.
- Kandari, L.S., Phondani, P.C., Payal, K.C. Rao, K.S. & Maikhuri, R.K. 2012. *Etnobotani Study Toward Conservation of Medicinal and Aromatic Plant in Upper Ctchmments of Dhauli Ganga in the Central Himalaya*. *Jurnal of Mountain Science*, 9, 286-296.
- Kandowango, N., Solang, M., & Ahmad, J. 2011. *Kajian Etnobotani Tumbuhan Obatoleh Masyarakat Kabupaten Bonebolango Provinsi Gorontalo*. Laporan Penelitian Etnobotani Tanaman Obat. Jurusan Biologi FMIPA. Universitas Negeri Gorontalo. Gorontalo: Universitas Negeri Gorontalo.

- Kementerian Kesehatan. 2007. *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 1109/Menkes/Per/IX/2007*. Jakarta: Kementerian Kesehatan.
- Kementerian Kesehatan. 2016. *Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 9 Tahun 2016*. Jakarta: Kementerian Kesehatan.
- Keputusan Menteri Kesehatan. 2004. *Keputusan Menteri Kesehatan RI No. 131/Menkes/SK/III/2004*. Jakarta: Keputusan Menteri Kesehatan.
- Kintoko. 2006. *Potensi Pengembangan Tanaman Obat*. Fakultas Sains dan Teknologi Universiti Kebangsaan Malaysia. *Prosiding Persidangan Antarbangsa Pembangunan Aceh* (181).
- Kurdi, Aserani. 2010. *Bagian dari Tanaman yang Digunakan untuk Obat*. Skripsi. Fakultas Pertanian. Universitas Muhammadiyah Malang. Malang.
- Litbang Depkes. 2007. *Riset Kesehatan Dasar 2007*. (Online), (<http://www.litbang.depkes.go.id/download/Bukulaporan/LApnas-Riskesdas-2007/Indonesia.zip>., diakses 19 Oktober 2018).
- Nursiyah. 2013. *Studi Deskriptif Tanaman Obat Tradisional yang Digunakan Orang Tua untuk Kesehatan Anak Usia Dini di Gugus Melati Kecamatan Kalikajar Kabupaten Wonosobo*. Semarang: UNNES.
- Rahmawati, Hapsoh. 2002. *Agronomi Tanaman Obat*. (Online), (<http://tanamanobat.pdf/2002/agronomi-tanaman-obat-fak-pertanianpd>), diakses 18 Oktober 2018).
- Stefanus, dkk. 2011. Implementasi Kebijakan Pelayanan Kesehatan Masyarakat Miskin Nonkuota (JAMKESDA dan SPM). *Jurnal Administrasi Publik* (JAP), Vol.1, No.6, Hal.1195-1202.
- Susanto, A. 2017. Komunikasi dalam Sosialisasi Tanaman Obat Keluarga (TOGA) di Kecamatan Margadana. *Jurnal Para Pemikir*, 6(1).

Utami, Asmaliyah. 2010. *Potensi Pemanfaatan Tumbuhan Obat di Kabupaten Lampung Barat dan Kabupaten Tanggamus, Provinsi Lampung*. Balai Penelitian Kehutanan Palembang. Palembang. (Online), (<http://tumbuhanobatdilampung/2010/teknologi-sri-utami-n-asmaliyah.pdf>), diakses 4 Oktober 2018).

Widyawati, A. & Rizal, M. 2015. *Upaya Pemberdayaan Apotik Hidup di Perkotaan Melalui Deskripsi dan Manfaat Obat*. Surakarta: UNS.