

Revitalisasi Tanaman Obat Keluarga (TOGA) sebagai Bahan Utama Pembuatan Bubuk Jahe Instan di Kelurahan Marang

Sulistyowati¹, Syawaliah², Rika Andriani^{3*}, Mita Nur Safira⁴,
Dinda Ulfa Rosnita⁵, Rofiatul Qodrati⁶, Nurul Asfiah⁷, Muslimah Al Widya⁸,
Nur Khusna⁹, Akhmad Fiqhan¹⁰, Yudistira Prayoga¹¹

¹⁻¹¹ IAIN Palangka Raya

* rikaandrianig96@gmail.com

Abstrak

Keberadaan lahan Demplot Kelompok Wanita Tani (KWT) "PARAWEL" di Kelurahan Marang yang sudah lama tidak digunakan bahkan kondisinya sudah sangat tidak terawat menjadi alasan peneliti untuk menjadikan lahan tersebut sebagai lahan TOGA. Selain itu, belum adanya lahan TOGA bagi masyarakat di kelurahan Marang juga menjadi alasan adanya revitalisasi lahan TOGA dengan tujuan agar lahan tersebut dapat dimanfaatkan oleh masyarakat setempat sebagai tempat menanam tanaman atau mengambil tanaman obat yang diperlukan baik untuk keperluan bumbu masakan maupun kesehatan. Tanaman obat yang di tanam dilahan TOGA salah satunya adalah jahe. Jika biasanya tanaman jahe ini dimanfaatkan menjadi jamu cair yang hanya mampu bertahan sekitar 2-3 harian saja, maka perlu diadakannya pemanfaatan tanaman jahe ini agar mampu bertahan lebih lama sehingga dilakukanlah workshop mengenai "Bubuk Jahe Instan". Tujuan dari diadakannya workshop ini yaitu agar masyarakat dapat mengolah tanaman jahe menjadi bubuk jahe instan yang lebih praktis dan dapat bertahan lebih lama dibandingkan jamu cair. Adapun dalam pelaksanaan kedua kegiatan ini telah melalui serangkaian metode diantaranya wawancara, observasi dan dokumentasi.

Kata Kunci: *revitalisasi, tanaman obat keluarga, jahe, workshop*

Pendahuluan

Indonesia memiliki banyak jenis tanaman obat yang sangat beragam, yang membuatnya kaya akan tanaman obat yang dapat ditanam dan dimanfaatkan sepenuhnya, termasuk tanaman obat keluarga (TOGA). Tanaman obat keluarga atau biasa disebut TOGA sebelumnya tanaman obat keluarga biasa disebut dengan nama apotek hidup (Fardiansyah et al. n.d.). Menurut Wirasisya (2018), tanaman obat keluarga (TOGA) adalah tanaman yang ditanam dan diobati di pasar domestik dan memiliki manfaat kesehatan. Tanaman ini dikembangkan untuk memenuhi kebutuhan keluarga. Obat tradisional yang dapat mereka buat sendiri tanpa bantuan orang lain.

Rumah dengan tanaman obat sangat penting, terutama bagi keluarga yang memiliki kesulitan untuk mendapatkan tempat perawatan kesehatan seperti puskesmas, rumah

<https://madaniya.biz.id/journals/contents/article/view/593>

sakit, atau klinik. Ketika keluarga memiliki pemahaman yang jelas tentang manfaat, sifat, dan varietas tanaman, obat yang ditanam di rumah adalah pilihan terbaik untuk perawatan rutin yang aman (Savitri 2016). Setiap keluarga dapat menanam dan menggunakan tanaman obat mereka sendiri, sehingga prinsip kemandirian dalam perawatan kesehatan keluarga dapat diwujudkan.

Tujuan dari pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) adalah untuk mendapatkan obat tradisional yang memiliki kualitas tinggi, aman digunakan, terbukti secara ilmiah bermanfaat, serta dapat digunakan secara luas, baik untuk keperluan pribadi maupun dalam layanan medis resmi. Selain itu, Tanaman Obat Keluarga (TOGA) juga bisa memiliki manfaat tambahan, seperti menjadi suplemen nutrisi bagi keluarga dan bahan tambahan dalam masakan.

Penggunaan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) dipilih karena meskipun kita berada di zaman yang maju, namun pemahaman publik tentang Tanaman Obat Keluarga (TOGA) sangat minim (Anggraeni dan Suryati 2022). Faktanya, semakin banyak orang yang mengabaikan manfaat obat herbal tradisional dalam mengatasi masalah kesehatan. Revitalisasi Tanaman Obat Keluarga (TOGA) bagi masyarakat Kelurahan Marang merupakan inisiatif baru, meskipun obat-obatan herbal tradisional sudah umum diketahui oleh masyarakat setempat.

Penggunaan tanaman sebagai alternatif pengobatan juga didorong oleh berbagai jenis tanaman obat yang banyak dipromosikan kepada masyarakat. Terdapat banyak produk herbal yang saat ini semakin populer dan tersedia di pasaran. Karena sifatnya yang alami, obat herbal memiliki sedikit efek samping dibandingkan dengan bahan kimia. Studi ilmiah yang dilakukan pada berbagai jenis obat herbal menunjukkan bahwa mereka mengandung bahan aktif atau senyawa yang telah ditunjukkan untuk memberikan manfaat kesehatan (Maheshwari 2002).

Karena murah dan mudah diakses di sekitar, obat herbal telah menjadi favorit banyak orang di Indonesia (Susanto 2017). Salah satu tujuan dari kegiatan ini adalah untuk memperkuat kesadaran dan pemahaman komunitas Kelurahan Marang tentang tanaman obat keluarga (TOGA), memungkinkan komunitas untuk mendapatkan lebih banyak manfaat dari tanaman yang telah ditanam dan sudah ada di sana.

Selain itu, manfaat tambahan dari kegiatan ini adalah meningkatkan kemampuan masyarakat dalam pemberdayaan diri, sehingga penduduk Kelurahan Marang dapat menjadi lebih mandiri dalam hal perawatan kesehatan keluarga, dengan memanfaatkan tanaman obat dan apotek yang ada di sekitar mereka. Diperkirakan bahwa pengetahuan publik tentang bagaimana menggunakan tanaman di sekitar mereka sebagai obat tradisional akan meningkat sebagai hasil dari upaya ini untuk menghidupkan kembali tanaman obat keluarga. (TOGA).

Metode Pelaksanaan

Kegiatan pengabdian masyarakat mengenai Revitalisasi Tanaman Obat Keluarga (TOGA) yang menjadi bahan dasar pembuatan bubuk jahe instan dilakukan oleh Kelompok KKN 85 IAIN Palangka Raya di Kelurahan Marang. Pelaksanaan ini melibatkan serangkaian tahapan atau metode yaitu wawancara, observasi, revitalisasi, dan workshop.

Wawancara dilakukan bersama salah satu anggota Pemberdayaan Kesejahteraan Keluarga (PKK) yang bertujuan untuk menggali informasi tentang keinginan masyarakat terutama dalam hal penggunaan Tanaman Obat Keluarga (TOGA), serta mendata jenis tanaman apa saja yang dapat dijadikan sebagai tanaman obat-obatan di lokasi TOGA tersebut.

Observasi dilakukan untuk mengetahui bagaimana keadaan lahan yang nantinya akan dijadikan sebagai lahan penanaman Tanaman Obat Keluarga (TOGA). Hal ini berkaitan dengan luas lahan, kesuburan tanah, dan tanaman apa saja yang cocok di tanam di lahan tersebut.

Revitalisasi Tanaman Obat Keluarga (TOGA) dilakukan karena Demplot atau lahan TOGA sebelumnya sudah lama tidak aktif dan bahkan kondisinya sudah tidak terawat, sehingga perlu adanya revitalisasi TOGA di lahan tersebut. Revitalisasi atau penghidupan kembali TOGA ini berlokasi di Demplot Kelompok Wanita Tani (KWT) "PARAWEI" Kelurahan Marang. Pelaksanaan kegiatan ini pada tanggal 07 Agustus 2023. Revitalisasi Tanaman Obat Keluarga (TOGA) juga dipusatkan disalah satu tempat agar pengawasan dan perawatannya menjadi lebih mudah, sehingga masyarakat dapat mengambil manfaat dari tanaman-tanaman yang telah ditanam.

Wokshop "Bubuk Jahe Instan". *Wokshop* ini berkaitan tentang bagaimana pengolahan tanaman jahe agar menjadi bubuk jahe instan yang lebih praktis dan dapat bertahan lama dalam penggunaannya. Sasaran utama dari *wokshop* ini yaitu masyarakat Kelurahan Marang khususnya anggota ibu-ibu PKK. Tujuan dari kegiatan *wokshop* ini adalah untuk menambah pengetahuan dan pemahaman kepada masyarakat tentang cara memanfaatkan tanaman yang ada, khususnya dalam hal pemanfaatan tanaman jahe bagi kesehatan

Hasil dan Pembahasan

Tujuan dari kegiatan yang didedikasikan untuk masyarakat adalah untuk memperluas pengetahuan publik dan pemahaman tentang manfaat dan penggunaan TOGA, serta pentingnya menanam tanaman obat keluarga, seperti di rumah atau di lingkungan rumah. Hal ini didasarkan pada hasil penelitian (Luthfiana Aini 2017) yang menyatakan bahwa tujuan sosialisasi yang mencoba mengubah kesadaran orang, kepribadian, dan gaya hidup sangat dibutuhkan. Dalam rangkaian kegiatan pengabdian ini, terdapat dua kegiatan utama, yaitu Revitalisasi Tanaman Obat Keluarga (TOGA) dan *Workshop* "Bubuk Jahe Instan". Tujuan dari kegiatan tersebut adalah untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat Kelurahan Marang tentang beragam tanaman obat, manfaatnya, serta cara memanfaatkannya sebagai bahan obat-obatan.

Pada kegiatan *workshop* di Kelurahan Marang, fokus utamanya mengenai manfaat kesehatan yang ditawarkan oleh tanaman jahe. Peserta *workshop* ini adalah warga Kelurahan Marang, dan ibu-ibu yang mewakili kader PKK. Hasil dari *workshop* mengenai Tanaman Obat Keluarga (TOGA) menunjukkan bahwa pemahaman dan kesadaran masyarakat mengenai manfaat dan pengolahan TOGA masih terbatas, hanya sebagian yang memiliki pengetahuan tentang beragam manfaat dari berbagai jenis tanaman. Melalui *workshop* ini, diharapkan masyarakat Kelurahan Marang dapat meningkatkan pemahaman mereka tentang berbagai jenis tanaman yang dapat digunakan sebagai obat

pendamping keluarga, terutama jahe dan cara pengolahannya agar dapat bertahan lebih lama.



Gambar 1. Workshop Bubuk Jahe Instan

Kegiatan *wokshop* ini dilakukan setelah pelaksanaan Revitalisasi Tanaman Obat Keluarga (TOGA) yang berlokasi di Demplot Kelompok Wanita Tani (KWT) “PARAWEI” Kelurahan Marang.



Gambar 2. Revitalisasi Tanaman Obat Keluarga (TOGA)

Tanaman yang ditanam dipilih berdasarkan dua kriteria utama: pertama, tanaman-tanaman yang tumbuh di sekitar masyarakat namun belum dimanfaatkan sepenuhnya; kedua, tanaman-tanaman yang paling sering dimanfaatkan oleh masyarakat sebagai bahan obat atau obat pendamping. Akhirnya, dipilihlah enam jenis tanaman, yaitu serai, daun pandan, kunyit, laos, jahe, dan kencur.



Gambar 3. Revitalisasi Tanaman Obat Keluarga (TOGA)

Jahe memiliki berbagai manfaat yang meliputi sifat anti-inflamasi yang dapat meredakan peradangan, membantu mengatasi masalah pencernaan seperti mual dan muntah, dan digunakan sebagai bumbu penyedap dan pengharum dalam masakan. Selain itu, jahe juga berperan sebagai antioksidan yang melindungi sel-sel tubuh dari kerusakan akibat oksidasi dan penuaan, serta dapat membantu mengatur kadar gula darah dan meningkatkan sensitivitas insulin. Selain itu, jahe juga memiliki manfaat untuk perlindungan jantung dengan menurunkan risiko penyakit jantung dan meningkatkan profil lipid.

Keberhasilan dari kegiatan ini akan dinilai berdasarkan pencapaian target jumlah peserta, dengan minimal 75% peserta hadir dalam *workshop*. *Workshop* ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan kepada masyarakat tentang cara memanfaatkan jahe untuk menghasilkan produk berupa bubuk jahe instan yang dapat bertahan kurang lebih selama 2 minggu lamanya.

Setelah pelaksanaan *wokshop*, pengetahuan akan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) mengalami peningkatan, sehingga Tanaman Obat Keluarga (TOGA) ditanam di halaman atau pekarangan rumah dan digunakan sebagai obat tradisional sangat disukai oleh masyarakat. Dalam Revitalisasi Tanaman Obat Keluarga (TOGA), masyarakat harus memainkan peran penting, terutama dalam proses penanaman tanaman obat. Namun, masyarakat setempat masih perlu merawat kebun Tanaman Obat Keluarga (TOGA).

Tanaman yang ditanam dengan perawatan yang baik akan tumbuh dengan baik dan dapat bermanfaat bagi masyarakat secara keseluruhan, terutama bagi penduduk Kelurahan Marang. Kegiatan ini mendapatkan dukungan yang besar dari kader PKK karena telah menyediakan lahan Demplot Kelompok Wanita Tani (KWT) "PARAWEL" di Kelurahan Marang untuk dijadikan lahan Tanaman Obat Keluarga (TOGA). Dengan revitalisasi dan *workshop* ini, diharapkan masyarakat Kelurahan Marang dapat menjadi lebih mandiri, terutama dalam hal menjaga kesehatan keluarga.

Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan diatas dapat disimpulkan bahwa Tanaman Obat Keluarga (TOGA) sangat diperlukan baik digunakan sebagai bumbu masakan maupun obat tradisional. Tanaman Obat Keluarga (TOGA) juga perlu dilestarikan oleh masyarakat agar tidak tertinggal oleh zaman, karena pada saat ini Tanaman Obat Keluarga (TOGA) diperlukan di setiap keluarga untuk kebutuhan sehari-hari, misalnya tanaman jahe, kunyit, kencur, dan serai yang biasa digunakan di dapur sebagai pelengkap bumbu masakan dan bisa juga dimanfaatkan sebagai obat alami. Revitalisasi Tanaman Obat Keluarga (TOGA) dan Wokshop "Bubuk Jahe Instan" di Kelurahan Marang merupakan program unggulan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat karena melalui kegiatan tersebut diharapkan masyarakat dapat mengetahui berbagai jenis tanaman TOGA, manfaat maupun cara pemanfaatan tanaman-tanaman tersebut khususnya tanaman jahe yang dapat diolah menjadi bubuk jahe instan sehingga dapat bertahan lebih lama dibandingkan dalam bentuk pengolahan menjadi cair/jamu. Setelah pelaksanaan kegiatan Revitalisasi Tanaman Obat Keluarga (TOGA) dan Wokshop "Bubuk Jahe Instan", pengetahuan masyarakat akan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) mengalami peningkatan, terlihat dari masyarakat yang sangat antusias untuk menanam Tanaman Obat Keluarga (TOGA) di halaman atau pekarangan rumah mereka, serta memanfaatkan sebagai obat tradisional disamping bumbu masakan. Sehingga dapat disimpulkan bahwa kegiatan "Revitalisasi Tanaman Obat Keluarga (TOGA) sebagai Bahan Pembuatan Bubuk Jahe Instan di Kelurahan Marang" dikatakan berhasil.

Ucapan Terimakasih

Kami mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada Bapak Widikdo, S. Pkp selaku kepala desa di Kelurahan Marang atas dukungan yang diberikan dalam pelaksanaan kegiatan ini. Kami juga ingin mengucapkan terimakasih kepada Demplot Kelompok Wanita Tani (KWT) "PARAWEL" dan Ibu-Ibu PKK atas kerjasama yang baik dalam melaksanakan program ini. Tak lupa juga kami sampaikan terimakasih kepada seluruh Bapak/Ibu dan adik-adik Kelurahan Marang yang telah ikut serta membantu dalam melaksanakan kegiatan ini.

Referensi

- Anggraeni, & Suryati. (2022). Pengaruh Pemanfaatan Aktifasi 'Pojoy Toga' Terhadap Peningkatan Hasil Belajar Dan Peduli Lingkungan Siswa Kelas IV SDN Benowo 1 Surabaya. *JP-GSD*, 08(01), 67–68.
- Fardiansyah, A., Saputra, M. H., Yuniarti, A. M., Syurandhari, D. H., Mahmudah, A. L. (n.d.). Prosiding Seminar Nasional Revitalisasi Lahan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) Sebagai Upaya Peningkatan Kesehatan Dan Kesejahteraan Keluarga.
- Luthfiana Aini, N. (2017). Proses Komunikasi Dalam Sosialisasi Pemanfaatan Taman Obat Keluarga (TOGA) (Analisis Deskriptif Kualitatif Tentang Proses Komunikasi Dalam Sosialisasi Tim Penggerak PKK Desa Ngunut Mengenai Pemanfaatan TOGA Kepada Masyarakat di Desa Ngunut, Kecamatan Juma.
- Maheshwari, H. (2002). *Pemanfaatan Obat Alami: Potensi Dan Prospek Pengembangan*.

Savitri, A. (2016). *Tanaman Ajaib Basmi Penyakit Dengan TOGA (Tanaman Obat Keluarga) Mengenal Ragam Dan Khasiat TOGA Meramu Jamu Tradisional/ Herbal Dengan TOGA*. Bibit Publisher.

Susanto, A. (2017). Komunikasi Dalam Sosialisasi Tanaman Obat Keluarga (Oga) Di Kecamatan Margadana. *Para Pemikir*, 6(1).