

Penyuluhan Pemanfaatan dan Optimalisasi Lahan Fasilitas Umum (Fasum) untuk Penghijauan dengan Tanaman Obat sebagai Alternatif Obat Keluarga di Perumahan Taman Harapan Baru, RW 26 Kelurahan Pejuang, Kecamatan Medan Satria, Bekasi Barat

Suherman Jaksa¹, Dihartawan², Rizki Akaputra³, Irna Hasanah⁴

^{1,2,4}Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muhammadiyah Jakarta, ³Program Studi Kedokteran, Fakultas Kedokteran dan Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Jakarta

Jalan KH. Ahmad Dahlan, Cirendeu, Ciputat, Tangerang Selatan 15419

Email: suherman@umj.ac.id

ABSTRAK

Tanaman obat yang dikenal juga biofarmaka adalah jenis-jenis tanaman yang mengandung fungsi, berkhasiat sebagai obat dan dipergunakan untuk penyembuhan ataupun mencegah berbagai penyakit. Berkhasiat obat sendiri mempunyai arti mengandung zat aktif yang bisa mengobati penyakit tertentu atau jika tidak memiliki kandungan zat aktif tertentu tapi memiliki kandungan efek resultan/sinerji dari berbagai zat yang mempunyai efek mengobati. Penggunaan tanaman obat sebagai obat bisa dengan cara diminum, ditempel, dihirup sehingga kegunaannya dapat memenuhi konsep kerja reseptor sel dalam menerima senyawa kimia atau rangsangan tanaman obat (biofarmaka) yang dapat digunakan sebagai obat, baik yang sengaja ditanam maupun tumbuh secara liar. Tanaman obat adalah bahan yang berasal dari tanaman yang masih sederhana, murni, belum diolah. Tanaman obat adalah tanaman atau bagian tumbuhan yang digunakan menjadi bahan obat tradisional atau obat herbal, bagian tanaman yang dipakai untuk bahan pemula bahan baku obat. Tujuan pengabdian ini adalah mengedukasi masyarakat untuk mengenal lebih jauh tanaman obat sebagai kekayaan bangsa ini dan memanfaatkannya sebagai bagian dalam penjagaan Kesehatan. Metode pelaksanaan pengabdian adalah penyuluhan dengan memaparkan jenis tanaman obat yang berpotensi sebagai obat sekaligus melakukan penanaman beberapa jenis tanaman obat di lahan Fasum. Penyuluhan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) di Perumahan Taman Harapan Baru, RW 26 Kelurahan Pejuang, Kecamatan Medan Satria, Bekasi Barat sangat bermanfaat dalam menambah pengetahuan masyarakat, selain itu lahan fasilitas umum berfungsi sebagai kawasan penghijauan dengan tanaman obat yang bisa dimanfaatkan oleh masyarakat sekitarnya.

Kata kunci: *Tanaman obat, penghijauan, Penyuluhan*

ABSTRACT

Medicinal plants, also known as biopharmaceuticals, are types of plants that contain functions, have medicinal properties and are used to cure or prevent various diseases. Medicinal efficacy itself means that it contains active substances that can treat certain diseases or if it does not contain certain active substances, it contains the resultant/synergistic effect of various substances that have a healing effect. The use of medicinal plants as medicine can be done by drinking, sticking or inhaling so that their use can fulfill the concept of the work of cell receptors in receiving chemical compounds or stimuli from medicinal plants (biopharmaceuticals) that can be used as medicine, whether

deliberately planted or growing wild. Medicinal plants are ingredients that come from plants that are simple, pure, and have not been processed. Medicinal plants are plants or parts of plants that are used as ingredients for traditional medicines or herbal medicines, parts of plants that are used as starting materials for medicinal raw materials. The aim of this service is to educate the public to learn more about medicinal plants as the wealth of this nation and to use them as part of health care. The method of implementing the service is counseling by explaining the types of medicinal plants that have the potential to be used as medicine as well as planting several types of medicinal plants on the Fasum land. Family Medicinal Plants Extension (TOGA) at Taman Harapan Baru Housing Complex, RW 26 Pejuang Village, Medan Satria District, West Bekasi very useful in increasing public knowledge, apart from that, public facility land functions as a greening area with medicinal plants that can be used by the surrounding community.

Key words: Medicinal plants, reforestation, Extension

1. PENDAHULUAN

Indonesia merupakan Negara tropis megabiodiversity, yang memiliki kekayaan sumber daya alam yang sangat melimpah termasuk tumbuhan yang berkhasiat obat. Lingkungan sekitar kita sebenarnya telah melindungi kita dari berbagai macam penyakit dengan menyediakan tanaman berkhasiat obat. Kearifan budaya tradisional salah satunya budaya adat dayak yang kehidupannya tidak terlepas dari alam sekitarnya merupakan potensi yang sangat besar untuk tanaman obat keluarga (TOGA). Namun dengan semakin berkembangnya pertumbuhan jumlah penduduk, lingkungan dan lahan pemukiman semakin tertekan akibatnya kepedulian terhadap sesama semakin terabaikan.

Budidaya pengembangan TOGA memiliki peluang bisnis yang sangat besar, apalagi pada saat ini di masyarakat sedang berkembang "Trend" Kembali ke alam (Back to Nature). Disamping adanya trend tersebut, penggunaan tumbuhan obat semakin banyak dinikmati masyarakat, karena pengaruh kondisi perekonomian yang sedang mengalami krisis sehingga banyak masyarakat yang memilih obat-obatan alami yang harganya relative murah, aman dan mudah mendapatkannya.

Tanaman obat keluarga (TOGA) pada dasarnya adalah tanaman yang ditanam di halaman rumah, kebun ataupun sebidang tanah atau ditanam didalam pot yang dimanfaatkan sebagai budidaya tanaman yang berkhasiat sebagai obat

dalam rangka memenuhi kebutuhan keluarga akan obat-obatan. Tanaman obat keluarga juga berfungsi sebagai pemanfaatan lingkungan disekitar rumah dan kebun. Di era sekarang semakin banyak keluarga yang sadar manfaat dari tanaman obat itu sendiri.

Tujuan utama budidaya tanaman obat keluarga (TOGA) yaitu untuk melindungi dan meningkatkan kesejahteraan masyarakat serta melestarikan kekayaan alam melalui tanaman yang ada disekitar kita. Manfaat tanaman obat keluarga (TOGA) sangat beragam tergantung subjektivitas kita memandangnya, dan beberapa manfaat tanaman obat keluarga antara lain :

1. Sebagai pelengkap obat-obatan keluarga yang bersifat tradisional
2. Bernilai tambah estetika bila ditata dengan apik dan rapi
3. Memberi contoh cara pemanfaatan lingkungan pekarangan
4. Menambah nilai keasrian dan kesejukan halaman pekarangan rumah
5. Tentunya bila dikelola dengan baik maka akan menghasilkan pendapatan tambahan

Fungsi tanaman obat keluarga (TOGA) yaitu:

1. Sebagai sarana untuk mendekatkan tanaman obat kepada upaya-upaya kesehatan masyarakat yang antara lain meliputi; Upaya Preventif (pencegahan), Upaya Promotif (Meningkatkan derajat kesehatan) dan Upaya Kuratif (Penyembuhan Penyakit).

2. Sarana untuk memperbaiki gizi masyarakat, sebab banyak tanaman obat yang dikenal sebagai tanaman penghasil buah-buahan atau sayur-sayuran
3. Sarana untuk pelestarian alam dan sarana penyebaran gerakan penghijauan

Beberapa jenis-jenis tanaman obat keluarga (TOGA) seperti jenis tanaman obat keluarga yang dimanfaatkan daunnya serta khasiatnya :

1. Daun Dewa ; Menyembuhkan muntah darah dan payudara bengkak
2. Seledri ; Menyembuhkan tekanan darah tinggi
3. Belimbing Wuluh ; Menyembuhkan tekanan darah tinggi
4. Kelor ; Mengobati panas dalam dan demam
5. Daun Bayam Duri ; Mengobati kurang darah
6. Saga (Abrus Precatorius) ; Menyembuhkan batuk dan sariawan
7. Pacar Cina ; Menyembuhkan penyakit gonorrhoe / Penyakit Kelamin
8. Landep ; Menyembuhkan reumatik
9. Miana ; Menyembuhkan wasir
10. Sirih ; Menyembuhkan batuk, antiseptik dan obat kumur

Jenis tanaman obat keluarga yang dimanfaatkan batangnya dan khasiatnya :

1. Kayu manis ; Mengobati penyakit batuk dan sesak nafas, nyeri lambung
2. Brotawali ; Mengobati demam, sakit kuning, kudis dan diabetes
3. Delima ; Sebagai anti cacing pita
4. Kemukus ; Obat radang selaput lendir saluran kemih
5. Pulasari ; obat perut kembung

Jenis tanaman obat keluarga yang dimanfaatkan akarnya dan khasiatnya :

1. Pepaya ; Obat Cacing
2. Aren ; Obat diuretik
3. Pule Pandak ; Obat tekanan darah tinggi

Jenis tanaman obat keluarga yang dimanfaatkan umbinya (rimpang) dan khasiatnya :

1. Temulawak ; Mengatasi sembelit dan memperbanyak ASI
2. Jahe ; Menghangatkan badan, Asma, nyeri otot dan sakit pinggang
3. Kencur ; Menyembuhkan sakit kepala dan mengeluarkan dahak
4. Kunyit ; Menyembuhkan diare, hepatitis dan kejang-kejang
5. Lempuyung ; Obat pelangsing, penambah nafsu makan dan diare
6. Lengkuas ; Mengobati panu serta bersifat anti bakteri
7. Temu giring ; Obat anti cacing dan obat sakit perut
8. Alang-alang ; obat memperlancar air seni (diuretik)
9. Bangle ; Menyembuhkan sakit kepala dan susah buang air besar

Jenis tanaman obat keluarga yang di manfaatkan bijinya dan khasiatnya :

1. Kecubung ; Menyembuhkan penyakit asma, bisul dan anus turun (hernia)
2. Pinang ; tepung biji pinang sebagai obat antelmentika terutama cacing pita
3. Kedawung ; Obat sakit perut, mulas, diare dan bersifat astringensia
4. Pala ; Mengatasi perut kembung dan sebagai stimulansia terhadap pencernaan
5. Jamblang ; bahan obat untuk menyembuhkan diabetes

Jenis tanaman obat keluarga yang di manfaatkan buahnya dan khasiatnya :

1. Jeruk Nipis ; Menyembuhkan demam, batuk kronis, menghilangkan bau badan
2. Cabai Merah ; Obat gosok untuk reumatik dan masuk angin
3. Belimbing Wuluh ; Melegakan nafas dan mencairkan dahak karena batuk
4. Mengkudu ; Mengatasi penyakit radang usus, lever, amandel

Dengan adanya TOGA dan bila ditata dengan baik di lahan fasilitas umum perumahan maka hal ini akan menghasilkan keindahan bagi orang/masyarakat yang ada disekitarnya. Untuk menghasilkan keindahan diperlukan perawatan terhadap tanaman yang ditanam. Warga merasa memiliki dan bertanggung jawab dalam pemeliharannya.

2. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian ini diawali dengan sosialisasi berupa penyuluhan kepada masyarakat di lingkungan perumahan Taman Harapan Baru terutama kepada ibu-ibu PKK kemudian memberikan penjelasan berkaitan dengan manfaat dan jenis-jenis tanaman obat yang berpotensi digunakan dalam pengobatan. Selanjutnya sesi tanya jawab berkaitan materi penyuluhan. Kemudian mengajak bersama-sama turun ke lokasi penanaman di sekitar pasum perumahan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Manusia dan tumbuh-tumbuhan sangat erat kaitannya dalam kehidupan. Banyak sekali nilai manfaat yang didapatkan oleh manusia dari tumbuh-tumbuhan namun masih banyak pula tumbuh-tumbuhan yang ada di sekitar kita yang belum diketahui manfaatnya. Keberadaan tumbuh-tumbuhan merupakan berkah dan nikmat Allah SWT yang diberikan kepada seluruh makhlukNya. Allah SWT berfirman dalam QS Abasa (80): 27-32 yang artinya: *“Lalu Kami yang tumbuhkan biji-bijian di bumi itu, anggur dan sayur-sayuran, zaitun dan kurma, kebun-kebun yang lebat, dan buah-buahan serta rumput-rumputan untuk kesenanganmu dan binatang ternakmu”*.

Hasil Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan berupa penyuluhan tentang pengenalan tanaman obat keluarga untuk meningkatkan pengetahuan, pemanfaatan dan keterampilan menanam tanaman yang umumnya digunakan sebagai bumbu masakan dan menjadi menu tambahan sebagai lalapan segar. Diharapkan dengan meningkatnya pengetahuan mengenai TOGA dapat meningkatkan derajat Kesehatan masyarakat yang berada di wilayah Perumahan Taman Harapan Baru, RW 26 Kelurahan Pejuang, Kecamatan Medan Satria, Bekasi Barat.

Penyuluhan ini memberikan motivasi kepada warga bagaimana mengoptimalkan lahan fasilitas umum perumahan untuk dijadikan lahan hijau yang bermanfaat bagi masyarakat sekitarnya terutama tanaman yang

berfungsi sebagai tanaman obat yang sudah secara empiris turun temurun dijadikan obat dalam bentuk sebagai bumbu masakan, lalapan dan hidangan selingan disela-sela istirahat keluarga.

Selain itu pokok bahasan yang juga disampaikan adalah jenis-jenis tanaman obat, bagian yang dimanfaatkan sebagai obat dan khasiat dari tanaman obat tersebut. Adapun jenis tanaman obat yang potensial berfungsi sebagai obat yang pemanfaatannya dari daun antara lain; daun dewa (menyembuhkan muntah darah dan payudara bengkak), seleri (menyembuhkan tekanan darah tinggi), belimbing wuluh (menyembuhkan tekanan darah tinggi), kelor (mengobati panas dalam dan demam), daun bayam duri (mengobati kurang darah), daun saga (menyembuhkan batuk dan sariawan), pacar cina (menyembuhkan penyakit gonorrhoe), landep (menyembuhkan reumatik), miana (menyembuhkan wasir), sirih (menyembuhkan batuk, antiseptik dan obat kumur).

Sedangkan jenis tanaman obat yang potensial berfungsi sebagai obat yang pemanfaatannya dari kulit batang antara lain; kayu manis (mengobati penyakit batuk dan sesak nafas, nyeri lambung), brotowali (mengobati demam, sakit kuning, kudis dan diabetes), kemukus (obat radang selaput lendir saluran kemih).

Jenis tanaman obat yang potensial berfungsi sebagai obat yang pemanfaatannya dari akarnya antara lain; pepaya (obat cacing), aren (obat diuretic), pule pandak (obat tekanan darah tinggi). Sementara jenis tanaman obat yang potensial berfungsi sebagai obat yang pemanfaatannya dari rimpahnya antara lain; temulawak (mengatasi sembelit dan memperbanyak air susu ibu), jahe (menghangatkan badan, asma, nyeri otot dan sakit pinggang), kencur (menyembuhkan sakit kepala dan mengeluarkan dahak), kunyit (enyembuhkan diare, hepatitis dan kejang-kejang), lempuyung (obat pelangsing, penambah nafsu makan dan diare), lengkuas (mengobati panu serta bersifat anti bakteri), temu giring (obat anti cacing dan obat sakit perut), alang-alang (obat memperlancar air seni (diuretik), bangle

(menyembuhkan sakit kepala dan susah buang air besar).

Jenis tanaman obat yang potensial berfungsi sebagai obat yang pemanfaatannya dari bijinya antara lain; kecubung (menyembuhkan penyakit asma, bisul dan anus turun (hernia), pinang (tepung biji pinang sebagai obat cacung pita, kedawung (obat sakit perut, mulas, diare), pala (mengatasi perut kembung dan sebagai stimulan terhadap pencernaan), jambang (bahan obat untuk menyembuhkan diabetes).

Ada juga tanaman obat yang potensial berfungsi sebagai obat yang pemanfaatannya dari buahnya yaitu; jeruk nipis (menyembuhkan demam, batuk kronis, menghilangkan bau badan), cabai merah (obat gosok untuk reumatik dan masuk angin), belimbing wuluh (melegakan nafas dan mencairkan dahak karena batuk), mengkudu (mengatasi penyakit radang usus, lever, amandel serta kapulaga (obat anti kembung).

Paparan penyuluhan juga menjelaskan kategori obat hebal yang berasal dari tanaman obat yang beredar di masyarakat yaitu;

1. Jamu

Jamu adalah ramuan bahan tumbuhan, bahan hewan, bahan mineral, sediaan sarian (galenik) atau campuran dari bahan tersebut yang secara turun temurun telah digunakan untuk pengobatan. Jamu merupakan jenis obat tradisional yang paling sederhana, dimana pembuktian ilmiah atas khasiat dan keamanannya didasarkan pada bukti-bukti secara empiris atau turun temurun. Jamu merupakan Jenis obat tradisional yang paling banyak beredar di Indonesia (puluhan ribu produk), contoh Obat Tradisional Jamu antara lain ; ambeven (membantu meringankan Wasir atau Ambeien), CURCUMA FCT (membantu memelihara kesehatan fungsi hati), STOP-RE (membantu meringankan diare).

2. Obat Herbal Terstandar (OHT)

Obat Herbal Terstandar (OHT) merupakan sediaan obat bahan alam atau obat tradisional yang telah dibuktikan keamanan dan khasiatnya secara ilmiah dengan uji praklinik dan bahan bakunya

telah di standarisasi. Jamu dapat naik tingkat menjadi obat tradisional dengan melakukan standarisasi pada bahan baku yang digunakan dan melakukan uji toksisitas dan farmakodinamik secara pre-klinik. Standarisasi bahan baku dilakukan dengan kontrol kualitas melalui serangkaian pengujian ataupun kegiatan yang memastikan kandungan aktif dari bahan baku tersebut selalu sama sehingga khasiat dan keamanannya selalu sama, misalkan dengan melakukan pengujian kadar quercetin dari ekstrak jambu biji. Setelah distandarisasi, sediaan OHT dibuktikan khasiat dan keamanannya dengan dilakukan uji khasiat dan toksisitas secara pre-klinik pada hewan uji seperti menci atau kelinci, misalkan uji-preklinik efek penurunan frekuensi BAB dari ekstrak daun jambu biji. Sediaan OHT antara lain; Lelap (membantu meringankan gangguan tidur), Diapet (membantu menurunkan frekuensi BAB), Tolak angin (membantu meringankan gejala masuk angin).

3. Fitofarmaka

Fitofarmaka merupakan sediaan obat bahan alam atau obat tradisional yang telah dibuktikan keamanan dan khasiatnya secara ilmiah dengan uji praklinik dan uji klinik, bahan baku dan produk jadinya telah di standarisasi. Tambahan mutu dan bukti ilmiah dari Fitofarmaka dibandingkan OHT adalah standarisasi produk jadi dan uji klinik. Sama halnya dengan standarisasi bahan baku, standarisasi produk jadi dilakukan dengan kontrol kualitas melalui serangkaian pengujian ataupun kegiatan yang memastikan kandungan aktif dari bahan baku tersebut selalu sama sehingga khasiat dan keamanannya selalu sama, misalkan dengan melakukan pengujian kadar senyawa aktif dari herba meniran. Setelah distandarisasi, sediaan Fitofarmaka dibuktikan khasiat dan keamanannya dengan dilakukan uji khasiat dan toksisitas secara pre-klinik pada hewan uji seperti menci atau kelinci dan uji klinik pada manusia, misalkan uji-preklinik efek peningkatan respon imun dari ekstrak meniran pada mencit serta toksisitasnya. Bila lolos uji pre-klinik, maka dilakukan uji klinik pada manusia. Sediaan Fitofarmaka

di Indonesia antara lain ; Stimuno (membantu merangsang dan mengaktifkan sistem kekebalan tubuh), Diabetadex (menurunkan kadar gula darah).

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian masyarakat yang telah dilakukan disimpulkan bahwa:

1. Penyuluhan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) di Perumahan Taman Harapan Baru, RW 26 Kelurahan Pejuang, Kecamatan Medan Satria, Bekasi Barat sangat bermanfaat dalam menambah pengetahuan masyarakat di lingkungan pengabdian.
2. Lahan fasilitas umum yang dimanfaatkan sebagai lokasi penanaman tanaman obat ini sudah berfungsi sebagai kawasan Penghijauan di lingkungan Perumahan.
3. Kegiatan ini dapat bermanfaat dalam mempererat silaturahmi warga karena lahan penanaman tanaman obat setiap minggunya dilakukan pembersihan dan penyiraman secara bergantian oleh warga perumahan ini.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih disampaikan kepada kepada Rektor UMJ, LPPM UMJ atas pendanaan dan fasilitasnya. Terima kasih juga kepada pimpinan fakultas dan mitra dalam pengabdian ini yaitu Ketua RW 26 Perumahan Taman Harapan Baru, Pejuang, Medan Satria, Bekasi atas dukungan fasilitasnya sehingga pengabdian masyarakat ini berjalan dengan baik.



Gambar 1. Pemaparan materi penyuluhan dihadapan Warga Perum Taman Harapan Baru, RW 26, Bekasi



Gambar 2. Dokumentasi Bersama Warga Perum Taman Harapan Baru, RW 26, Bekasi

DAFTAR PUSTAKA

- Agusria L, Gusmiatun, Adawiyah, D. (2021). Penyuluhan Pemanfaatan Tanaman Sebagai Alternatif Obat Keluarga di Kelurahan Talang Jambe Kota Palembang. *Altifani Journal: International Journal of Community Engagement*, 1(2): 90-95
- Alfia KBN, Sukmawati, Haikal. MH, Hariyadi (2023). Penyuluhan Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) Sebagai Alternatif Pengobatan di Desa Selaparang. *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA*, 2023, 6 (1): 221-224
- Badan POM. (2005). Peraturan Kepala Badan Pengawas Obat Dan Makanan Republik Indonesia Nomor: HK.00.05.41.1384 Tentang Kriteria Dan Tata Laksana Pendaftaran Obat Tradisional, Obat Herbal Terstandar Dan Fitofarmaka. Jakarta Kementerian Kesehatan
- Harjono Y, Yusmaini H, Meiskha Bahar M. (2023). Penyuluhan Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga dan Penanaman Tanaman Obat Keluarga di Kampung Mekar Bakti 01/01, Desa Mekar Bakti, Kabupaten Tangerang. *JPM Ruwa Jurai Vol 3*: 16-23
- Kementerian Kesehatan RI. (2012). Pedoman Penilaian Pengelolaan dan Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA). Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.