

Edukasi untuk Peningkatan Pengetahuan tentang Tanaman Obat Keluarga (TOGA) terhadap Pemanfaatan Tanaman Jahe

Dianita Febrina Leswara¹, Niken Larasati²

^{1,2}Program studi Farmasi, Fakultas Kesehatan, Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta, Indonesia

e-mail: ¹febrina.leswara@gmail.com

ABSTRAK. Bangsa Indonesia secara turun temurun menggunakan tanaman yang dimanfaatkan sebagai obat tradisional untuk menanggulangi masalah kesehatan. Pada umumnya penggunaan obat tradisional dinilai lebih aman daripada penggunaan obat modern. Hal ini disebabkan karena obat tradisional memiliki efek samping yang relatif lebih kecil dibandingkan dengan obat modern. Akan tetapi tetap diperlukan ketepatan penggunaan obat tradisional untuk meminimalisir efek sampingnya. Pemberdayaan masyarakat dalam pemanfaatan dan pengolahan tanaman jahe untuk kesehatan salah satunya dapat digunakan untuk mendukung peningkatan kesejahteraan dan kesehatan keluarga. Untuk itu kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk: meningkatkan pengetahuan tentang khasiat tanaman jahe secara ilmiah, meningkatkan pengetahuan tentang tata cara menanam tanaman jahe, dan meningkatkan keterampilan untuk mengolah tanaman jahe menjadi minuman yang bermanfaat bagi kesehatan. Kegiatan pengabdian dilakukan dengan metode ceramah dan demonstrasi. Metode ceramah untuk menjelaskan tentang khasiat tanaman jahe dan mempraktekkan pengolahan jahe menjadi bahan minuman yang berkhasiat bagi kesehatan. Kegiatan pengabdian secara keseluruhan berjalan dengan baik dan berhasil, dilihat dari keberhasilan target jumlah peserta pelatihan, ketercapaian tujuan pelatihan, ketercapaian target materi yang telah direncanakan, dan kemampuan peserta dalam penguasaan materi memenuhi target yang telah ditetapkan. Program pengabdian masyarakat tentang Edukasi untuk Peningkatan Pengetahuan tentang Tanaman Obat Keluarga (TOGA) terhadap Pemanfaatan tanaman Jahe.

KATA KUNCI : Herbal; Jahe; tanaman obat keluarga (TOGA)

ABSTRACT. The Indonesian people have used plants that are used as traditional medicine for generations to overcome health problems. In general, the use of traditional medicine is considered safer than the use of modern medicine. This is because traditional medicine has relatively fewer side effects compared to modern medicine. However, the correct use of traditional medicine is still needed to minimize its side effects. Community empowerment in the use and processing of ginger plants for health can be used to support the improvement of family welfare and health. For this reason, this service activity aims to: increase knowledge about the benefits of ginger plants scientifically, increase knowledge about the procedures for growing ginger plants, and improve skills to process ginger plants into drinks that are beneficial to health. Service activities are carried out by lecture and demonstration methods. Lecture method to explain the properties of the ginger plant and practice processing ginger into a drink that is beneficial for health. Overall service activities can be said successful, as seen by the success of the target number of training participants, the achievement of training objectives, the achievement of planned material targets, and participants ability to master the material to meet predetermined targets. Community service program on Education for Increasing Knowledge about Family Medicinal Plants (TOGA) towards the Utilization of Ginger Plants.

KEYWORDS: Herbal; Ginger; family medicinal plants

1. Pendahuluan

Kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi merupakan tantangan besar bagi masyarakat untuk senantiasa mampu memanfaatkan dan mengelola lingkungannya. Pemerintah telah mengeluarkan peraturan nomor 460 tahun 2016 tentang Upaya pengembangan kesehatan tradisional melalui asuhan mandiri pemanfaatan taman obat keluarga dan keterampilan. Tujuannya agar terselenggaranya

asuhan mandiri pemanfaatan tanaman obat keluarga dan keterampilan, melalui pembentukan dan pengembangan kelompok asuhan mandiri; kegiatan kelompok asuhan mandiri secara benar dan berkesinambungan; dan pelaksanaan pembinaan asuhan mandiri secara berjenjang[1]. Oleh karena itu diperlukan adanya berbagai program untuk peningkatan kesejahteraan masyarakat dengan memanfaatkan dan mengelola lingkungan sekitarnya. Salah satu program yang dapat dilaksanakan untuk meningkatkan kesejahteraan masyarakat yaitu program pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA).

Tanaman obat keluarga (Toga) merupakan tumbuhan yang memiliki khasiat obat dan menjadi bagian penting dalam pengobatan tradisional. Pemanfaatannya telah berkembang sebagai pengobatan alternatif alami dan berkelanjutan[2]. Pemanfaatan TOGA umumnya untuk pengobatan gangguan kesehatan ringan seperti demam panas, batuk, sakit perut, dan gatal-gatal[3]. Dalam pemanfaatan TOGA, masyarakat tidak hanya dituntut untuk mengetahui penanaman dan pemanfaatan tanaman obat saja, tetapi juga harus mengetahui bagaimana cara mengolah tanaman obat yang baik[4].

Salah satu tanaman yang berkhasiat untuk kesehatan adalah tanaman jahe. Tanaman jahe merupakan tanaman yang mudah dibudidayakan di pekarangan sekitar rumah. Banyak penelitian tentang kasiat tanaman ini. Salah satunya kegiatan edukasi pemanfaatan tanaman jahe sebagai minuman herbal untuk meningkatkan imunitas tubuh ini berhasil meningkatkan kesadaran dan pengetahuan masyarakat tentang manfaat jahe [5]. Melalui edukasi tersebut masyarakat memiliki pengetahuan tentang manfaat jahe, cara pengolahannya, hingga menghasilkan nilai ekonomis. Selain itu hasil penelitian yang dilakukan oleh Subhaktiyasa, P.G., dkk (2024) mengindikasikan terdapat peningkatan pengetahuan peserta melalui penerapan metode yang digunakan. Data menunjukkan bahwa sebelum pelaksanaan kegiatan, 50% peserta memiliki pengetahuan pada kategori cukup. Sedangkan setelah pelaksanaan kegiatan mayoritas atau 67% peserta memiliki pengetahuan baik [6]. Manfaat jahe sudah teruji dan dapat juga untuk menangani penyakit infeksi saluran pernapasan akut pada anak-anak dengan pembuatan ramuan jahe madu[7].

Tanaman jahe telah lama digunakan sebagai rempah-rempah dan bahan obat tradisional. Jahe memiliki berbagai manfaat kesehatan, termasuk kemampuannya untuk meredakan mual, mengurangi peradangan, dan meningkatkan sistem kekebalan tubuh. Selain itu, jahe juga dapat digunakan dalam berbagai olahan, seperti jahe segar untuk teh, jahe kering untuk bumbu masakan, atau jahe dalam bentuk kapsul sebagai suplemen kesehatan.

Pengolahan tanaman jahe juga dapat dilakukan dengan berbagai metode, mulai dari pengeringan hingga ekstraksi minyak jahe. Melalui edukasi yang tepat, masyarakat dapat memanfaatkan tanaman jahe secara maksimal untuk kesehatan mereka. Selain itu, pengetahuan tentang cara menanam jahe juga penting untuk memastikan pasokan jahe yang berkualitas dan berkelanjutan.

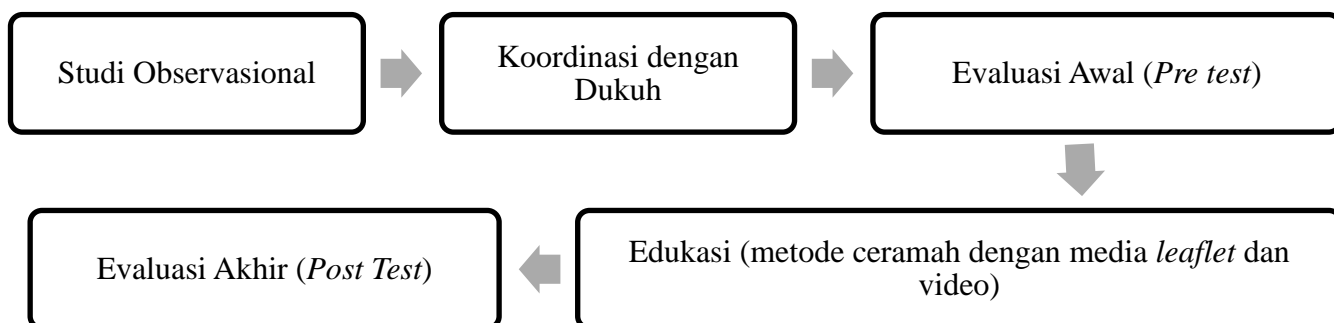
Padukuhan Medelan terdiri dari 4 RT (Rukun Tetangga) dan merupakan salah satu padukuhan dari 17 wilayah Desa Sumberagung yang terletak di Kecamatan Jetis Kabupaten Bantul Daerah Istimewa Yogyakarta. Penduduk dusun Medelan mencapai 600 jiwa yang mayoritas berkerja di bidang pertanian dan usaha kecil menengah (UKM). Dengan pemahaman yang benar mengenai manfaat dan pengolahan tanaman jahe, diharapkan masyarakat dapat memanfaatkannya secara optimal untuk kesehatan dan kesejahteraan mereka.

Di dusun Mendelan, gangguan kesehatan yang sering dialami penduduknya adalah penyakit yang bersifat ringan sampai sedang. Penggunaan tanaman obat sebagai alternatif pengobatan masih sangat kurang dikarenakan kurangnya pengetahuan masyarakat tentang pengolahan tanaman obat sebagai obat tradisional. Oleh sebab itu, perlu adanya edukasi kepada warga dusun Mendelan agar masyarakat dapat meningkatkan kualitas hidupnya dan juga dapat membantu perekonomian keluarga melalui pemanfaatan tanaman obat keluarga khususnya tanaman jahe.

2. Metode

Kegiatan ini dilaksanakan secara langsung (tatap muka) yang dihadiri warga dusun Mendelan sebanyak 18 orang. Diawali dengan tahap pra pelaksanaan (koordinasi dengan pihak desa lokasi pengabdian, penetapan waktu pelatihan, penentuan sasaran/target peserta pelatihan, dan perencanaan materi pelatihan). Pelaksanaan kegiatan pengabdian ini terdiri dari *pretest*, ceramah, diskusi, dan tahap evaluasi (*post test*). Penyampaian materi pada pengabdian ini dilakukan dengan metode ceramah dan demonstrasi menggunakan media *leaflet* dan video. Pada tahap terakhir dilakukan monitoring dan evaluasi guna mengukur parameter keberhasilan kegiatan PkM, dasar pertimbangan keberlanjutan program, serta penyelesaian laporan kegiatan.

Proses kegiatan pengabdian tercantum pada Gambar 1.



Gambar 1. Proses Kegiatan Pengabdian

3. Hasil dan Pembahasan

Semakin bertambah usia akan semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya, sehingga pengetahuan yang diperoleh semakin membaik [8]. Tingkat pengetahuan seseorang, akan bertambah seiring bertambahnya usia, pengalaman hidup, pengetahuan, emosi, daya tangkap serta pola pikir atau kematangan pikiran seseorang. Akan tetapi pada usia tertentu bertambahnya proses perkembangan mental ini tidak secepat seperti ketika berusia belasan tahun [8]. Bertambahnya umur seseorang dapat berpengaruh pada penambahan pengetahuan yang diperolehnya.

Dari hasil pengolahan data, didapatkan data demografi yang menunjukkan distribusi usia rata-rata peserta berusia 31–40 tahun (sesuai yang tertera pada Tabel 1) dengan keseluruhan peserta adalah ibu rumah tangga. Berdasarkan rentang usia, mayoritas peserta kegiatan berada pada rentang usia dewasa. Usia mempengaruhi daya tangkap dan pola pikir seseorang.

Tabel 1. Demografi Usia Peserta

| Demografi | Kategori | Persentase (%) |
|-----------|-------------|----------------|
| Usia | 20-30 tahun | 5,56 |
| | 31-40 tahun | 38,89 |
| | 41-50 tahun | 27,78 |
| | 51-60 tahun | 11,11 |
| | >61 tahun | 16,67 |

Pada Tabel 2 menunjukkan tingkat pendidikan dari seluruh peserta yang hadir. Mayoritas peserta yang hadir (50%) memiliki tingkat Pendidikan SMA/ sederajat.

Tabel 2. Tingkat Pendidikan Peserta

| Tingkat Pendidikan | Persentase (%) |
|--------------------|----------------|
| SMA/Sederajat | 50,00 |
| SMP | 27,78 |
| SD | 22,22 |

Tingkat pengetahuan peserta sebelum dan setelah pemaparan materi edukasi menunjukkan adanya peningkatan. Hal tersebut diukur dari nilai *pretest* dan *posttest* peserta. Pada pertanyaan terkait dengan pengetahuan bahwa jahe memiliki efek samping yang tidak baik bagi kesehatan, menunjukkan 50% peserta menjawab benar pada saat *pretest* dan meningkat menjadi 100% setelah pemaparan materi. Pada umumnya peserta beranggapan bahwa jahe aman dikonsumsi dalam jumlah berapapun. Pertanyaan lainnya mengenai manfaat jahe untuk kesehatan terjadi peningkatan pengetahuan antara sebelum dan setelah pemberian materi sebesar 27,8%. Terjadi peningkatan pengetahuan sebesar 16,7% mengenai cara pemanfaatan jahe yang baik untuk kesehatan. Mayoritas dari peserta yang hadir pernah mengkonsumsi jahe untuk memelihara kesehatan tubuh hingga untuk mengobati beberapa keluhan seperti mengurangi rasa mual, sakit perut, batuk, dan kembung, hanya saja dalam pemanfaatannya pada umumnya tidak bervariasi.

Dari peningkatan pengetahuan ini diharapkan adanya peningkatan dari segi perilaku dalam hal pemanfaatan tanaman jahe dalam kehidupan sehari-hari. Dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini peserta sangat antusias mengikuti kegiatan, dilihat dari banyaknya pertanyaan yang diajukan maupun mengajukan pertanyaan pada saat diskusi berlangsung. Pengabdian ini dapat meningkatkan minat dan pengetahuan masyarakat dalam pemanfaatan tanaman obat keluarga sebagai salah satu upaya dalam hal promotif, preventif dan kuratif.

4. Kesimpulan

Program pengabdian masyarakat mengenai Edukasi Pemanfaatan dan Pengolahan Tanaman Jahe Untuk Kesehatan di Dusun Medelan, Bantul, Yogyakarta ini merupakan salah satu tanggungjawab institusi pendidikan dalam membantu untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat. Dari kegiatan pengabdian ini dapat meningkatkan minat dan pengetahuan masyarakat dalam pemanfaatan tanaman obat keluarga sebagai salah satu upaya dalam hal promotif, preventif dan kuratif.

5. Saran

Berdasarkan pelaksanaan dan hasil yang dicapai, maka disarankan sebagai berikut:

- 5.1. Kegiatan pengabdian ini mendapat sambutan hangat dari masyarakat karena merasa sangat terbantuan dan merupakan kegiatan tepat sasaran, sehingga program pengabdian masih perlu dilanjutkan dan diperluas ke lokasi lainnya.
- 5.2. Perlu tidak lanjut dan *follow up* dari kegiatan pengabdian yang telah dilaksanakan ini, sehingga kebermanfaatannya dari pengabdian yang dilakukan dapat terus berlanjut. Pengabdian pada Dusun Medelan ini dapat ditingkatkan seperti menjadikan pemanfaatan tanaman jahe ini menjadi produk rumahan yang dapat meningkatkan nilai jual sehingga dapat meningkatkan kesejahteraan masyarakat.

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Dukuh Dusun Medelan yang telah memfasilitasi kegiatan ini, serta warga Dusun Medelan yang antusias dalam kegiatan pengabdian masyarakat yang telah dilaksanakan. Terima kasih pula kepada Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta atas dukungan pendanaan dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

Daftar Pustaka

- [1] Kementerian Kesehatan RI, “Permenkes No 9 tahun 2016 tentang Upaya Pengembangan Kesehatan Tradisional Melalui Asuhan Mandiri Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga dan Keterampilan,” no. 879, pp. 2004–2006, 2016.
- [2] L. Agustina, S. Santhyami, P. Agustina, E. P. A. N. Tyas, M. G. Wicaksono, and M. R. Andika, “Utilization of family medicinal plants for health in Ngasem Village,” *Community Empower.*, vol. 8, no. 6, pp. 787–792, 2023, doi: 10.31603/ce.8219.
- [3] Ridwan, *Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga*. Jakarta: Pusat Pembukuan Departemen Pertanian, 2007.
- [4] Supriyanto, *Proses Pengolahan Tanaman Obat*. Jakarta: Tim Lentera, 2006.
- [5] F. Qonitah, Suwardi, Ariastuti, and D. A. Lestari, “Edukasi Pemanfaatan Tanaman Jahe Sebagai Minuman Herbal Untuk Meningkatkan Imunitas Tubuh,” *J. Sidoluhur*, vol. 04, no. 01, pp. 386–390, 2024.
- [6] P. G. Subhaktiyasa, N. Komang, S. Andini, and N. K. Citrawati, “Pemberdayaan Masyarakat Melalui Tanaman Obat Keluarga Jahe Merah : Potensi Kewirausahaan Dan Kemandirian Kesehatan,” vol. 5, no. 2, pp. 113–120, 2024, doi: 10.23960/jpkmt.v5i2.157.
- [7] D. Handayani, E. Kusuma, R. A. H. Puspitasari, and A. D. Nastiti, “Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (Jahe) sebagai Terapi Komplementer Infeksi Saluran Pernapasan Akut pada Balita di Desa Wonotoro Kecamatan Sukapura,” *J. Peduli Masy.*, vol. 5, no. 4, pp. 1097–1104, 2023.
- [8] S. Notoatmodjo, *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta, 2010.