

## **PENANAMAN OBAT KELUARGA DALAM MENGATASI PENYAKIT DEGENERATIF KHUSUSNYA PENYAKIT HIPERTENSI DAN DIABETES MELITUS DI LAHAN PERCONTOHAN DESA TAROWANG, TAKALAR**

**Muhammad Fitrah A Ramadhan<sup>1)</sup>, Adinda Febriani<sup>2)</sup>, Firda Nurul Fadilah  
Farid<sup>3)</sup>, Hafsa Nur Annisa<sup>4)</sup>, Nurul Nahda<sup>5)</sup>, Vitra Amanda Fardin<sup>6)</sup>,  
Nurzakiah<sup>7)</sup>, Akmal Novrian Syahrudin<sup>8)</sup>**

<sup>1,2,3,4,5,6,7)</sup> Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Hasanuddin,

<sup>8)</sup> Program Studi Kesehatan Masyarakat, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Tamalatea Makassar

*nurzakiahksruh@gmail.com*

### **Abstract**

Family Medical Plants (TOGA) in Tarowang Village is a form of cultivation of ginger, cat whiskers, gotu kola, temulawak, and turmeric as an effort to prevent hypertension and diabetes mellitus through the use of the Toga plant. This activity aims to provide knowledge and public awareness of using the Toga plant with the concept of Ambe A'lamun TOGA Ri Pekarangan Ballatta'. The methods used in this community service activity are socialization, coordination, and planting Toga. This activity was attended by several village officials and local communities to jointly clean and plant TOGA plants on the pilot land that had been prepared by the Tarowang Village Head as an alternative to existing land in Tarowang Hamlet. There are seven types of toga plants planted. The results of this activity have implications for the utilization and cultivation of Toga. It is hoped that the community will have awareness to care for and preserve TOGA as an alternative to preventing hypertension and diabetes mellitus in their respective home pages.

*Keywords: TOGA, Hypertension, Diabetes Mellitus, Planting.*

### **Abstrak**

Penanaman Toga (Tanaman Obat Keluarga) yang dilakukan di Desa Tarowang merupakan bentuk budidaya tanaman jahe, kumis kucing, pegagan, temulawak, serta kunyit sebagai salah satu upaya dalam pencegahan penyakit Hipertensi dan Diabetes Melitus melalui pemanfaatan tanaman Toga. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan serta kesadaran masyarakat memanfaatkan tanaman Toga dengan konsep Ambe A'lamun TOGA Ri Pekarangan Ballatta'. Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah sosialisasi, koordinasi, dan penanaman Toga. Kegiatan ini dihadiri oleh beberapa perangkat desa dan masyarakat setempat untuk bersama-sama membersihkan dan melakukan penanaman tanaman TOGA di lahan percontohan yang telah disiapkan oleh Kepala Desa Tarowang sebagai alternatif lahan yang ada di Dusun Tarowang. Terdapat tujuh jenis tanaman toga yang ditanam. Hasil dari kegiatan ini berimplikasi kepada pemanfaatan dan budidaya Toga. Kegiatan ini sangat diharapkan masyarakat dapat memiliki kesadaran untuk merawat dan melestarikan TOGA sebagai alternatif pencegahan penyakit Hipertensi dan Diabetes Melitus di halaman rumah masing-masing.

*Kata kunci: TOGA, Hipertensi, Diabetes Melitus, Penanaman.*

### **PENDAHULUAN**

Desa Tarowang adalah salah satu desa yang berada di Kecamatan Galesong Selatan, Kabupaten Takalar,

Provinsi Sulawesi Selatan. Desa ini berbatasan langsung dengan Desa Bentang dan Desa Sawakong dan terletak sejauh 16 km dari pusat kota

Takalar. Luas wilayah Desa Tarowang sekitar 1.74 km<sup>2</sup> atau sebesar 6.58% dari total Kecamatan Galesong Selatan yang memiliki 12 Desa. Desa Tarowang memiliki 4 Dusun yaitu Dusun Tarowang, Dusun Madallo, Dusun Bontorea dan Dusun Uweya.

Para warga Desa Tarowang dominan dengan mata pencaharian sebagai petani dan juga pekebun. Hasil pertanian dan perkebunan dapat berupa tanaman pangan seperti padi sawah, padi ladang, jagung, kacang tanah dan juga terong. Selain itu, buah-buahan juga termasuk buah hasil dari perkebunan seperti buah pisang. Secara tidak langsung masyarakat Desa Tarowang sudah ahli dalam melakukan pertanian tetapi minimnya pengetahuan akan khasiat atau manfaat dari Toga belum sepenuhnya dijadikan sebagai salah satu alternatif pencegahan dan pengendalian penyakit. Hal ini disebabkan karena tingkat pendidikan yang masih rendah sehingga kesadaran pentingnya menjaga kesehatan masih rendah.

Penyakit degeneratif merupakan penyakit yang menyebabkan penurunan fungsi tubuh dan dapat mengakibatkan kerusakan. Hal ini dapat disebabkan oleh usia yang semakin bertambah ataupun dikarenakan oleh gaya hidup yang kurang sehat. (Faoziyah et al., 2019). Tanaman Obat Keluarga yang ditanam dapat memberikan manfaat buat kesehatan. Tanaman Obat Keluarga (TOGA) adalah tanaman yang berasal dari keperluan bumbu dapur dan dapat digunakan sebagai obat. Tanaman obat yang tergolong rempah-rempah atau bumbu dapur, tanaman pagar, tanaman buah, atau tanaman sayur, dapat dikelola di lahan sekitar rumah sebagai toga. TOGA (Tanaman Obat Keluarga) diklaim dapat menyembuhkan dan mencegah timbulnya suatu penyakit (Karamina et

al., 2020).

Budidaya tanaman TOGA sangatlah mudah dan tidak diperlukan adanya perawatan khusus. Keunggulan lainnya adalah bibit yang mudah didapatkan, mudah tumbuh serta bermanfaat bagi Kesehatan. (Sunawan et al., 2022).

Beberapa jenis TOGA yang sering ditemui adalah Tanaman kumis kucing (*Orthosiphon Aristatus*) bermanfaat bagi kesehatan diantaranya adalah sebagai obat rematik, meredakan batuk, mengobati gusi bengkak, menurunkan tekanan darah tinggi, serta mengurangi gatal karena alergi. Tanaman temulawak (*Curcuma Xathrriza*) selain digunakan sebagai bahan masakan temulawak memiliki khasiat yang banyak khususnya dalam kesehatan diantaranya adalah dapat mengatasi masalah sistem pencernaan, mengatasi osteoarthritis, sebagai obat anti radang, anti spasmodik dan mencegah penyakit diabetes (Herman et al., 2019).

Berdasarkan hasil observasi di Desa Tarowang, Kabupaten Takalar bahwa permasalahan kesehatan khususnya penyakit Hipertensi dan Diabetes Melitus masih banyak ditemukan. Hipertensi ditandai dengan tingginya tekanan darah seseorang yaitu sistolik lebih dari 140 mmHg dan atau diastolik lebih dari 90 mmHg sementara Diabetes Melitus atau penyakit gula merupakan kondisi dimana kadar gula darah tinggi dan berdampak pada penurunan fungsi insulin (Faoziyah et al., 2019). Kami melihat bahwa masalah ini perlu diatasi dengan melakukan pengenalan TOGA (Tanaman Obat Keluarga) seperti kunyit, jahe, temulawak, kumis kucing dan pegagan. Rencananya Toga yang akan ditanam dikhususkan untuk dapat mencegah timbulnya suatu penyakit seperti Hipertensi dan Diabetes

Melitus.

Dalam kegiatan ini bertujuan untuk memberikan pemahaman dan pengetahuan TOGA kepada masyarakat Desa Tarowang sebagai bentuk pencegahan penyakit Hipertensi dan Diabetes Melitus serta kesadaran masyarakat untuk melakukan penanaman TOGA di halaman masing-masing (Ambe A'lamun TOGA Ri Pekarangan Ballatta'). Adapun lahan percontohan yang telah disiapkan oleh Kepala Desa Tarowang dapat dipergunakan sebagai lahan budidaya atau pembibitan TOGA.

## **METODE**

**Tempat dan Waktu.** Kegiatan penanaman Toga ini berlangsung selama 1 hari pada tanggal 3 Juli 2022 di Desa Tarowang, Kecamatan Galesong Selatan, Kabupaten Takalar tepatnya di Dusun Tarowang sebagai lahan percontohan Toga.

**Khalayak Sasaran.** Khalayak Sasaran sebagai mitra dalam kegiatan penanaman TOGA ini adalah setiap kepala dusun yang ada, perangkat desa, beserta warga Desa Tarowang, Kecamatan Galesong Selatan, Kabupaten Takalar.

**Metode Pengabdian.** Kegiatan ini didukung oleh perangkat desa setempat. Dengan adanya dukungan dari perangkat desa diharapkan dapat mencapai tujuan yang ingin dilakukan. Adapun metode pelaksanaannya yaitu tahap persiapan, tahap perencanaan, tahap pelaksanaan.

**Indikator Keberhasilan.** Indikator keberhasilan dalam kegiatan penanaman TOGA sebagai berikut :

1. Meningkatnya pengetahuan masyarakat mengenai tanaman-tanaman yang dapat

digunakan sebagai obat khususnya penyakit hipertensi dan diabetes melitus.

2. Terpasangnya papan wicara di lahan percontohan sebagai sumber informasi terkait manfaat tanaman obat keluarga yang ditanam.

**Metode Evaluasi.** Evaluasi dilakukan dengan melihat tanaman obat keluarga masih tertanam dengan baik dan dapat tumbuh serta dimanfaatkan oleh warga sekitar.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Penanaman Toga yang dilakukan di Desa Tarowang, Kecamatan Galesong Selatan, Kabupaten Takalar sebagai bentuk intervensi dan rekonstruksi kegiatan mata kuliah Pengalaman Belajar Lapangan III Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin yang beranggotakan 6 orang mahasiswa. Kegiatan ini dilakukan karena berdasarkan evaluasi kegiatan Pengalaman Belajar Lapangan II yang sebelumnya belum memenuhi target indikator keberhasilan. Dimana pada saat intervensi fisik yang dilakukan yaitu dengan membagikan tanaman obat keluarga di masing-masing dusun menggunakan polybag sehingga tanaman yang dibagikan tidak tumbuh dengan maksimal.

Oleh karena itu, kegiatan penanaman obat keluarga dialihkan ke lahan percontohan di Dusun Tarowang yang berkonsep Ambe A'lamun TOGA Ri Pekarangan Ballatta' adalah sebagai upaya untuk mengajak masyarakat untuk menanam Toga di halaman sekitar rumah serta memberikan pemahaman kepada masyarakat Desa Tarowang bahwa tanaman obat keluarga mampu mengendalikan berbagai macam

penyakit yang diderita khususnya penyakit Hipertensi dan Diabetes Mellitus. Pemanfaatan Lahan dan penanaman Toga merupakan bagian dari Kearifan lokal. Adapun beberapa metode pelaksanaan penanaman TOGA sebagai berikut :

#### 1. Tahap Persiapan

Melakukan koordinasi dan diskusi dengan Kepala Desa Tarawang untuk memberikan izin memakai lahan percontohan yang selama ini tidak dirawat untuk di tata kembali dan ditanam berbagai tanaman obat keluarga seperti, jahe, kunyit, temulawak, kumis kucing dan pegagan.



**Gambar 1** Suasana diskusi dengan Kepala Desa Tarawang

Tanaman tersebut diyakini dapat mencegah dan mengendalikan berbagai penyakit terutama penyakit hipertensi dan diabetes mellitus. Dari hasil diskusi yang dilakukan bahwa lahan percontohan tersebut adalah lahan non aktif akan tetapi setelah melakukan advokasi maka lahan tersebut dapat digunakan sebagian untuk ditanami Toga. Advokasi Kesehatan sendiri merupakan salah satu upaya untuk memperoleh dukungan dan komitmen dari pemangku kepentingan (Khumairah et al., 2022)

#### 2. Tahap Perencanaan

Setelah melakukan koordinasi dan diskusi dengan Kepala Desa

Tarawang kemudian dilanjutkan dengan pencarian bibit tanaman obat keluarga di beberapa Dusun di Desa Tarawang adapun tanaman yang di dapatkan yaitu kunyit putih di Dusun Uweya, kumis kucing, pegagan, dan temulawak di Dusun Tarawang. Adapun bibit jahe ditemukan di pasar terdekat.

#### 3. Tahap Pelaksanaan

Pada tahap pelaksanaan dimulai dengan membersihkan dan melakukan kerja bakti bersama perangkat desa, Kepala Dusun Tarawang serta masyarakat untuk membersihkan dan menata kembali lahan percontohan Toga, selanjutnya dilakukan penanaman jahe, kumis kucing, kunyit, temulawak, pegagan adapun tanaman yang ada di lahan percontohan yang tersedia yaitu bawang dayak, dan sereh. Kegiatan selanjutnya yaitu memasang papan wicara terkait manfaat tanaman obat keluarga yang ditanam.

Isi konten dari papan wicara tersebut yaitu, pegagan untuk melancarkan peredaran darah, anti-infeksi dan anti- hipertensi, jahe untuk mencegah kanker dan risiko penyakit jantung, kumis kucing untuk penurunan tekanan darah dan peluruh kencing, kunyit untuk penurunan kolestrol dan pembersih darah, seledri untuk mengatasi asam urat dan menurunkan gula darah, temulawak untuk meningkatkan daya tahan tubuh.



**Gambar 2 Penanaman Toga**

Selain pemanfaatan sebagai bumbu dapur, beberapa tanaman sering dipergunakan sebagai pengobatan herbal dan biasanya dalam bentuk jamu-jamuan seperti Tanaman jahe yang dapat meningkatkan imun tubuh dan mencegah masuk angin (Andriani et al., 2021). Begitu pula dengan tanaman kencur yang mempunyai efek antiinflamasi dan efektif pada pencegahan osteoarthritis (Taslim et al., 2019)



**Gambar 1 Pembuatan papan wicara bersama warga dan perangkat desa**



**Gambar 2 Pemasangan papan wicara**

Adapun evaluasi kegiatan ini dilakukan secara observasi langsung untuk melihat apakah tanaman tersebut tumbuh dan mengajak masyarakat sekitar untuk melestarikan tanaman tersebut serta dimanfaatkan dengan baik dalam hal pencegahan penyakit degeneratif khususnya penyakit hipertensi dan diabetes mellitus.

## **SIMPULAN**

Penanaman TOGA yang dilakukan di Desa Tarowang untuk meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya tanaman TOGA sebagai obat tradisional serta mengajak masyarakat untuk menanam tanaman obat keluarga di rumah masing-masing. Selain itu, tanaman TOGA ini diharapkan dapat dimanfaatkan baik bukan hanya sebagai bumbu dapur tetapi dapat digunakan sebagai obat tradisional yang sifatnya mencegah serta mengendalikan penyakit degeneratif khususnya penyakit hipertensi dan diabetes melitus.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Ucapan terima kasih atas terlaksananya Pengalaman Belajar Lapangan (PBL) II disampaikan kepada Universitas Hasanuddin sebagai institusi yang membantu dan memberi wadah dalam pelaksanaan Pengalaman Belajar Lapangan (PBL) ini, Tokoh Masyarakat Desa Tarowang, Kecamatan Galesong Selatan, serta Supervisor

PBL dan berbagai pihak yang telah membantu sehingga terlaksananya kegiatan ini dengan lancar

#### DAFTAR PUSTAKA

- Andriani, M., Putri, E. R., Fatta, A. K., Meriza, A. S., Sari, D. P., Anandita, N., Nolasari, R., Rizki, S. P., & Astari, W. (2021). Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga Jahe (*Zingiber Officinale*) Sebagai Pengganti Obat Kimia Di Dusun Tanjung Ale Desa Kemengking Dalam Kecamatan Taman Rajo. *Martabe : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), 14–19. <http://jurnal.um-tapsel.ac.id/index.php/martabe/article/view/1821>
- Faoziyah, A. R., Rahmah, N. N., & Febriani, L. (2019). Pemanfaatan Tanaman Obat Sebagai Obat Tradisional sebagai Alternatif Pengobatan Herbal Pasien Hipertensi dan Diabetes Mellitus. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Al-Irsyad (JPMA)*, 1(2), 63–71. <https://ejournal.stikesalirsyadclp.ac.id/index.php/jpma/article/view/216>
- Herman, Murniati, & Syaffitri, N. A. (2019). Inventarisasi Tanaman Obat Tradisional Untuk Penderita Diabetes Melitus Dan Hipertensi Di Desa Minanga Kecamatan Bambang Kabupaten Mamasa. *Jurnal Farmasi Sandi Karsa*, 5(1), 26–32. <https://doi.org/10.36060/jfs.v5i1.37>
- Karamina, H., Supriyadi, S., Yasin, D. D. F., Kamhar, M. Y., & Astuti, F. K. (2020). Pemanfaatan dan Penanaman Tanaman Obat Keluarga (TOGA) Menuju Keluarga Sehat Pada Ibu Pemberdayaan Kesejahteraan Keluarga (PKK). *Jurnal Inovasi Hasil Pengabdian Masyarakat (JIPEMAS)*, 3(2), 120–127. <https://doi.org/10.33474/JIPEMAS.V3I2.6416>
- Khumairah, P. V., Anggraeni, R., & Darwis, D. (2022). ADVOKASI KESEHATAN. *Jurnal Kesehatan USIMAR*, 1(1), 1–13. <http://journal.iaialmawar.ac.id/index.php/JKUSIMAR/article/view/317>
- Sunawan, S., Amalia, F. P., Wulandari, W., & Oktaviani, N. P. (2022). Penanaman Tanaman Obat Keluarga (TOGA) untuk Meningkatkan Imunitas Tubuh sebagai Pencegahan Covid-19. *Jurnal Pembelajaran Pemberdayaan Masyarakat (JP2M)*, 3(1), 21–24. <https://doi.org/10.33474/JP2M.V3I1.13368>
- Taslim, N. A., Djide, M. N., Rifai, Y., Syahrudin, A. N., Rampo, Y. R., Mustamin, M., & Angriawan, S. (2019). Double-Blind Randomized Clinical Trial Of Kaempferia Galanga L Extract As An Anti-Inflammation (Prostaglandin E2 And Tumor Necrosis Factor Alpha) On Osteoarthritis. *Asian Journal of Pharmaceutical and Clinical Research*, 12, 63–66. <https://doi.org/10.22159/AJPCR.2019.V12I5.31777>