

**EDUKASI PEMANFAATAN TANAMAN OBAT KELUARGA (TOGA)
SEBAGAI PENINGKAT SISTEM IMUN TUBUH PADA MASA PANDEMI COVID-19 DI
KELURAHAN PALASARI KECAMATAN LEGOK TANGERANG**

Winana Kartika Dewi, Andri Prasetyo

Universitas Pancasila

winana@gmail.com

ABSTRAK

Usaha Mikro Kecil Menengah (UMKM) memiliki peranan yang sangat penting bagi perekonomian di Indonesia. UMKM dijumpai di setiap daerah, misalnya pedagang di pasar tradisional, warung makan, pengrajin, usaha rumahan, pedagang kaki lima. Ada 9 bidang usaha UMKM, yaitu Usaha Mikro, Usaha Kecil dan Usaha Menengah di Kecamatan Tomo, Kabupaten Sumedang Jawa Barat, di bawah koordinasi Bumdes dan BumdesMa, yang terbagi dalam tiga kategori usaha mikro, usaha kecil dan menengah. Tujuan pelaksanaan PKM ini adalah untuk mempercepat proses pengembangan pemasaran digital dan praktik penyusunan laporan keuangan berbasis PSAK ETAP UKM berbasis android; Membantu menciptakan akses bagi terciptanya wirausaha baru yang menerapkan pemasaran digital dan pembukuan berbasis Android di Kecamatan Tomo - Kabupaten Sumedang. Hasil PKM melalui pelatihan, yaitu peserta UMKM yang belum paham tentang cara melakukan pemasaran melalui digital marketing/ e-Commerce, masih banyak para pelaku UMKM dalam melakukan pengarsipan dan pencatatan atas transaksi dalam membuat laporan keuangan, baik secara manual maupun digital. Adanya kegiatan PKM ini para pelaku UMKM memiliki minat dan keinginan yang kuat untuk belajar mengimplementasikan cara melakukan pemasaran melalui media online/ digital marketing, serta memberikan kemudahan kepada pelaku UMKM untuk mengetahui kinerja usaha UMKM melalui BUMDes/ BUMDesma atas laporan keuangan dibuat secara digital berbasis android.

Kata Kunci : COVID-19, Pandemi, Tanaman Obat Keluarga

ABSTRACT

Family Medicinal Plants (TOGA) are plants that are efficacious which are planted in the yard which is managed by the family and are planted in order to meet the family's needs for the medicines themselves. seasoning and can add to the beauty. And the use of these traditional medicines as an effort to maintain health, prevent disease and health care, including during the public health emergency and/or the 2019 Corona Virus Disease (COVID-19) national disaster. into two stages. The first stage is material counseling about the definition and benefits of family medicinal plants as an effort to increase body immunity amid the COVID-9 pandemic. The second stage is to provide an explanation of how to process and clarify the use of medicinal ingredients for health maintenance, disease prevention and health care during the COVID-19 pandemic. The result of this activity is to increase public knowledge and awareness about the importance of increasing body immunity during the COVID-19 pandemic by using family medicinal plants.

Keywords: COVID-19, *Pandemic, Family Medicinal Plants*

**EDUKASI PEMANFAATAN TANAMAN OBAT KELUARGA (TOGA)
SEBAGAI PENINGKAT SISTEM IMUN TUBUH PADA MASA PANDEMI COVID-19 DI
KELURAHAN PALASARI KECAMATAN LEGOK TANGERANG**

Winana Kartika Dewi, Andri Prasetyo

PENDAHULUAN

Virus corona (COVID-19) disebabkan oleh virus corona 2 (SARS CoV-2). Wabah itu diidentifikasi di Wuhan, Cina, pada 01 Desember 2019. Organisasi Kesehatan Dunia mengakui penyakit ini sebagai pandemi pada 11 Maret 2020. Virus ini dengan cepat menyebar ke seluruh dunia dan telah menginfeksi 3,78 juta orang di seluruh dunia. WHO telah mengintruksikan untuk menjaga jarak sosial, mendeteksi dan mengisolasi personil yang terkena dampak, meminimalkan interaksi manusia-hewan untuk menghindari penularan virus, mempercepat penelitian dan diagnosa, menyebarluaskan angka dan statistik yang benar kepada masyarakat untuk mencegah keresahan di masyarakat. Pandemi ini telah menyebabkan gangguan sosial ekonomi global yang parah. Studi terbaru menunjukkan kemiripan yang tinggi antara urutan genom SARS-CoV-2, SARS-CoV dan virus korona yang diturunkan dari kelelawar (Khan, et al., 2020). Penularan penyakit ini melalui tetesan kecil yang dihasilkan saat batuk, bersin, atau berbicara. Sampai saat ini belum ditemukannya vaksin untuk penyakit ini oleh karena itu manusia harus mencegah pandemi ini dengan tindakan higienis dan memperkuat sistem imun dengan mengkonsumsi makanan sehat dan mengkonsumsi sediaan herbal atau obat herbal (Alami, et al., 2020). Obat herbal merupakan obat-obat tradisional yang bahan utamanya berasal dari tumbuhan yang dapat digunakan sebagai pengobatan. Saat ini sekitar 75-80% obat herbal menjadi andalan pengobatan bagi populasi di Negara berkembang (kumar dan shukla, 2002). Hal ini didasarkan Karena kepercayaan masyarakat bahwa obat memiliki keunggulan dibandingkan dengan obat sintetik, seperti obat herbal tidak mengandung efek samping, harganya relative murah dan tersedia secara lokal. (Builders, 2020). Banyak tanaman-tanaman obat yang sangat mudah didapat di sekitar kita atau lebih sering disebut Tanaman Obat Keluarga (TOGA) yang dapat dibuat menjadi suatu sediaan yang dapat meningkatkan imun tubuh di masa pandemic COVID-19 seperti sekarang ini. Contoh TOGA yang dapat digunakan seperti kunyit, jahe dan lengkuas yang dapat dibuat sebagai minuman yang sangat bermanfaat dalam menjaga imun tubuh. Kunyit (*Curcuma longa* L.) merupakan rimpang banyak dibudidayakan di daerah tropis dan subtropis di dunia tanaman ini banyak digunakan sebagai rempah untuk bumbu masakan. Kandungan kurkumin di dalam kunyit memiliki banyak khasiat untuk pengobatan seperti antiinflamasi, antikanker dan dapat meningkatkan imun tubuh yang sangat diperlukan pada masa pandemic seperti sekarang ini (Li, et al., 2011). Jahe memiliki kandungan minyak atsiri mencapai 2 %. Zat-zat aktif dalam minyak atsiri, antara lain: shogaol, gingerol, zingeron, dan zat-zat antioksidan alami lainnya memiliki khasiat untuk mencegah dan mengobati berbagai penyakit dari yang ringan sampai berat, seperti: masuk angin, batuk, kepala pusing, pegal-pegal, rematik, mual-mual, mabuk perjalanan, impoten, Alzheimer, kanker, dan penyakit jantung. Jahe juga terbukti dapat meningkatkan imun tubuh karena memiliki kandungan shogaol dan gingerol (Aryanta, 2019).

Tanaman Obat Keluarga (TOGA) pada hakekatnya adalah tanaman berkhasiat yang ditanam di lahan pekarangan yang dikelola oleh keluarga. Ditanam dalam rangka memenuhi keperluan keluarga akan obat-obatan tradisional yang dapat dibuat sendiri (Kementan, 2015). Penanaman TOGA dapat di pot atau di lahan sekitar rumah, dan jika lahan yang ditanami cukup luas maka sebagian hasil panen dapat dijual dan menambah

**EDUKASI PEMANFAATAN TANAMAN OBAT KELUARGA (TOGA)
SEBAGAI PENINGKAT SISTEM IMUN TUBUH PADA MASA PANDEMI COVID-19 DI
KELURAHAN PALASARI KECAMATAN LEGOK TANGERANG**

Winana Kartika Dewi, Andri Prasetyo

pendapatan keluarga (Permatasari, 2019) Bagian dari tumbuhan yang dapat dimanfaatkan sebagai obat adalah bagian daun, kulit batang, buah, biji dan akarnya (Harjono, 2017). Manfaat TOGA selain sebagai obat juga memiliki beberapa manfaat lain yaitu sebagai penambah gizi, bumbu atau bahan rempah-rempah masakan dan dapat menambah keindahan (Patola, 2018).

TUJUAN KEGIATAN

Kegiatan ini bertujuan untuk:

1. Melaksanakan Tri Dharma Perguruan tinggi, yaitu Pendidikan dan Pengajaran; Penelitian dan juga Pengembangan; Pengabdian kepada Masyarakat.
2. Memberi edukasi terutama kepada ibu-ibu PKK di Kelurahan Palasari, Kecamatan Legok, Tangerang.
3. Mengasah pemahaman dan keterampilan dalam KKN Mandiri 2021 Universitas Pancasila.

SASARAN KEGIATAN

Sasaran kegiatan ini adalah ibu-ibu PKK di Kelurahan Palasari, Kecamatan Legok Tangerang yang masih memiliki pemahaman yang kurang mengenai Tanaman Obat Keluarga (TOGA) yang sebenarnya dari tanaman itu bisa dimanfaatkan dengan baik.

DESKRIPSI KEGIATAN

Lokasi Kegiatan

Pelaksanaan KKN Mandiri 2021 ini dilakukan di Kelurahan Palasari, Kecamatan Legok, Tangerang, namun menggunakan aplikasi video conference Zoom karena sedang menerapkan social distancing.

Waktu Pelaksanaan

KKN Mandiri 2021 dilaksanakan pada tanggal 07 Februari 2021 jam 09.30-12.00 WIB.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) mandiri sebagai bentuk pengabdian kepada masyarakat ini berupa sosialisasi pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) Untuk meningkatkan imun tubuh di masa Pandemi COVID-19. Kegiatan penyuluhan/ edukasi ini dilaksanakan pada tanggal 07 Februari 2021 jam 09.30-12.00 WIB menggunakan media online yaitu zoom meeting. Informasi sosialisasi disebar 2 minggu sebelum pelaksanaan agar informasi ini dapat diketahui masyarakat melalui media sosial karang taruna setempat dan grup Whatsapp ibu PKK. Penyuluhan dilakukan dengan memberikan

**EDUKASI PEMANFAATAN TANAMAN OBAT KELUARGA (TOGA)
SEBAGAI PENINGKAT SISTEM IMUN TUBUH PADA MASA PANDEMI COVID-19 DI
KELURAHAN PALASARI KECAMATAN LEGOK TANGERANG**

Winana Kartika Dewi, Andri Prasetyo

sosialisasi cara pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) untuk meningkatkan imun tubuh di masa pandemi COVID-19 kepada peserta sosialisasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan KKN berupa pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Kelurahan Palasari, Kecamatan Legok Tangerang yang terdiri atas 2 kegiatan utama yaitu: Kegiatan pertama yang dilakukan dalam rangkaian kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah sosialisasi kesehatan tentang Tanaman Obat Keluarga (TOGA) sebagai solusi untuk meningkatkan imunitas tubuh ditengah pandemi COVID-19. Tujuan dari kegiatan sosialisasi Tanaman Obat Keluarga (TOGA) adalah untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai pentingnya meningkatkan imunitas tubuh di tengah pandemi COVID-19. Oleh karena itu, kegiatan ini perlu dilakukan mengingat semakin meningkatnya kasus yang terkonfirmasi positif COVID-19 di Kota Tangerang. Kegiatan yang kedua adalah menjelaskan kepada masyarakat mengenai cara pengolahan tanaman obat keluarga untuk pemeliharaan kesehatan, pencegahan penyakit dan perawatan kesehatan di tengah pandemi COVID-19. Kegiatan ini dilakukan secara online dan dihadiri oleh 16 peserta yang merupakan warga, mayoritas ibu PKK di Kelurahan Palasari, Kecamatan Legok Tangerang. Sebelum menyampaikan materi, peserta diberikan softfile tentang Tanaman Obat Keluarga (TOGA) dan cara pengolahan tanaman tersebut untuk dijadikan ramuan herbal dalam upaya untuk meningkatkan imunitas tubuh. Materi ini disampaikan oleh saya pribadi dan penjelasannya tentang cara pengolahan dan memperjelas penggunaan ramuan obat tradisional untuk pemeliharaan kesehatan dimasa pandemi COVID-19 ini yang meliputi bahan-bahan dari obat tradisional, cara pengolahan dan cara pembuatan obat tradisional tersebut. Contoh tanaman yang djelaskan pada sosialisasi ini adalah pemanfaatan daun kelor, jeruk nipis, lengkuas, bawang putih, kunyit dan jahe. Semua contoh tanaman ini dapat meningkatkan imunitas tubuh. Proses sosialisasi berjalan lancar dan peserta yang hadir diberi kesempatan untuk bertanya sehingga terjadi diskusi interaktif. Dengan dilakukannya kegiatan sosialisasi ini, maka diharapkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat tentang pentingnya meningkatkan imunitas tubuh pada masa pandemi COVID-19 ini dengan pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA).

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan dari hasil uraian tersebut, tanaman obat keluarga adalah tanaman berkhasiat yang ditanam di lahan pekarangan yang dikelola oleh keluarga yang dimanfaatkan dalam upaya peningkatan kesehatan baik dalam upaya preventif, promotif dan kuratif. Tanaman obat keluarga juga dapat digunakan dalam hal perawatan kesehatan untuk meningkatkan imunitas tubuh termaksud dalam masa kedaruratan kesehatan masyarakat dan dalam masa pandemi COVID-19 saat ini. Kegiatan ini sangat bermanfaat bagi masyarakat sehingga dapat menambah dan meningkatkan pengetahuan masyarakat akan pentingnya pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga untuk meningkatkan imunitas tubuh di masa pandemi saat ini.

**EDUKASI PEMANFAATAN TANAMAN OBAT KELUARGA (TOGA)
SEBAGAI PENINGKAT SISTEM IMUN TUBUH PADA MASA PANDEMI COVID-19 DI
KELURAHAN PALASARI KECAMATAN LEGOK TANGERANG**

Winana Kartika Dewi, Andri Prasetyo

Saran

Masyarakat terutama ibu-ibu PKK dapat memanfaatkan tanaman-tanaman di sekitar rumah dalam upaya peningkatan imun tubuh pada masa pandemic COVID-19. Dengan adanya sosialisasi secara online ini masyarakat tetap mendapatkan informasi namun tetap menjalankan social distancing dan mematuhi protokol kesehatan.

REFERENSI

- Aryanta, I.W. R. 2019. Manfaat Jahe Untuk Kesehatan. Volume 1, Nomor ; 2. E-Jurnal Widya Kesehatan.
- Builders, P. F. 2020. Introductory Chapter: Introduction To Herbal Medicine. Intech Open.
- Fatmawati DA. 2008. Pola protein dan kandungan kurkuminoid rimpang temulawak (*Curcuma xanthorrhiza* Roxb.). Skripsi. Bogor: FMIPA, IPB.
- Khan, R.I., Abbas, M., Goraya, K., Hye, M.Z., Danish, S. 2020. Plant Derived Antiviral Products for Potential Treatment of COVID-19: A Review. Tech Science Press.
- Kumar, S. P. and Shukla, Y. 2019. Herbal Medicine: Current Status and the Future. Vol 4. Asian Pacific Journal of Cancer Prevention.
- Hikmat, A., Zuhud, M.A.E., Siswoyo, Sandra, E., Sari, K.R. 2019. Revitalitas Konservasi Tumbuhan Obat Keluarga (TOGA) Guna Meningkatkan Kesehatan Dan Ekonomi Keluarga Mandiri Di Desa Contoh Lingkar Kampus IPB Darmaga Bogor. Jurnal Ilmu Pertanian Indonesia. Vol (16) :71-80.
- Kementrian Kesehata RI. 2020. Situasi Terkini Novel Corona Virus 17 Juli 2020
- Kementrian Kesehata RI. 2020. Surat Edaran Pemanfaatan Obat Tradisional Untuk Pemeliharaan Kesehatan, Pencegahan Penyakit, Dan Perawatan Kesehatan
- Kementrian Pertanaian RI. 2019. Buku Saku Tanaman Obat Keluarga. Balai Besar Pengkajian Dan Pengembangan Teknologi Pertanian Badan Penelitian Dan Pengembangan Pertanian Kementrian Pertanian. Jawa Barat
- Patola, F., Martana. 2019. Pelatihan Dan Pendampingan Budidaya Tanaman Obat Keluarga Dipekarangan. Adiwidya. Vol (2):185-190.
- Permatasari, P., Hardy, R.F. 2019. Pemberdayaan Ibu Rumah Tangga Di Kelurahan Cinere Dalam Penanaman Dan Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga. Jurnal Bakti Masyarakat Indonesia. Vol (2):129-134.

CAPACITAREA, Volume 3 Nomor 1 (2023)
EDUKASI PEMANFAATAN TANAMAN OBAT KELUARGA (TOGA)
SEBAGAI PENINGKAT SISTEM IMUN TUBUH PADA MASA PANDEMI COVID-19 DI
KELURAHAN PALASARI KECAMATAN LEGOK TANGERANG
Winana Kartika Dewi, Andri Prasetyo

Rahmawati, Alifariki, O.l., Haryati, Sukurni. 2020. Peningkatan Kemampuan Berkemih Melalui Senam Kegel Bagi Lansia Di Loka Rehabilitasi Sosial Lanjut Usia Minaula Kendari. *Journal Of Community Engagement In Health*. Vol (3):50-54.