

# Peningkatan Pengetahuan Masyarakat dalam Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga untuk Penyakit Degeneratif di Puskesmas Banjarbaru Selatan

Helsawati<sup>1</sup>, Dita Ayulia Dwi Sandi<sup>2\*</sup>, Endang Kurniasih<sup>3</sup>, Aditya Maulana Perdana Putra<sup>2</sup>, Satrio Wibowo Rahmatullah<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Pendidikan Profesi Apoteker, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Lambung Mangkurat, Banjarbaru, Kalimantan Selatan, Indonesia

<sup>2</sup>Program Studi Farmasi, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Lambung Mangkurat, Banjarbaru, Kalimantan Selatan, Indonesia

<sup>3</sup>Puskesmas Banjarbaru Selatan, Banjarbaru, Kalimantan Selatan, Indonesia  
Email: dita.sandi@ulm.ac.id

## ABSTRAK

Penyakit degeneratif adalah penyakit yang menyebabkan terjadinya kerusakan atau kemunduran fungsi terhadap jaringan atau organ tubuh. Beberapa penyakit degeneratif yang dibahas dalam penyuluhan antara lain hipertensi, diabetes mellitus, asam urat, dan hiperkolesterolemia. Penggunaan obat kimia dalam jangka waktu lama dapat memberikan efek samping yang lebih besar, sehingga dapat digunakan pengobatan alternative tradisional yaitu dengan tanaman obat keluarga (TOGA). Tujuan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman masyarakat khususnya di lingkup puskesmas Banjarbaru Selatan, memberikan informasi mengenai tanaman obat keluarga (TOGA) serta contoh tanaman obat dan cara penggunaannya yang dapat dimanfaatkan dalam pengobatan penyakit degeneratif. Metode kegiatan adalah sosialisasi, penyuluhan, dan evaluasi. Berdasarkan hasil pengukuran kuesioner, diketahui bahwa sebelum edukasi dari 35 responden diperoleh nilai rata-rata pretest dan posttest secara berurutan yaitu 40,94% dan 97,14%. Berdasarkan hasil dari pretest dan posttest tersebut dapat disimpulkan bahwa adanya peningkatan tingkat pengetahuan masyarakat yang signifikan tentang pemanfaatan TOGA untuk penyakit degeneratif setelah diberikan edukasi kesehatan.

**Kata Kunci:** Pemberdayaan, Tanaman Obat Keluarga, Tingkat Pengetahuan, Degeneratif

## ABSTRACT

*Degenerative diseases are diseases that cause damage or deterioration of function to body tissues or organs. Some degenerative diseases discussed in the counseling include hypertension, diabetes mellitus, gout, and hypercholesterolemia. The use of chemical drugs in the long term can provide greater side effects, so that traditional alternative treatment can be used, namely with family medicine plants (TOGA). The purpose of this activity is to increase the knowledge and comprehension of the community, especially within the scope of*

*the Banjarbaru Selatan health center, providing information about family medicinal gardens (TOGA) and examples of medicinal plants and how to use them that can be utilized in the treatment of degenerative diseases. The activity methods were socialization, counseling, and evaluation. Based on the results of the questionnaire measurement, it is known that before the education of 35 respondents, the average pretest and posttest scores were 40.94% and 97.14%, respectively. Based on the results of the pretest and posttest, it can be concluded that there is a significant increase in the level of community knowledge about the use of TOGA for degenerative diseases after being given health education.*

**Keywords:** *Empowerment, Family Medicinal Plants, Knowledge, Degenerative Diseases*

## PENDAHULUAN

Penyakit degeneratif adalah penyakit yang menyebabkan terjadinya kerusakan atau kemunduran fungsi terhadap jaringan atau organ tubuh tanpa sebab yang diketahui, yaitu dari keadaan normal sebelumnya ke keadaan yang lebih buruk. Proses dari kerusakan ini dapat disebabkan oleh penggunaan seiring dengan usia maupun karena gaya hidup yang tidak sehat, malas berolahraga ataupun juga dipengaruhi oleh faktor genetik. Angka kejadian penyakit degeneratif semakin meningkat sekarang ini. Hal tersebut disebabkan oleh gaya hidup tidak sehat, dan tingkat kesembuhan terhadap penyakitpenyakit infeksi semakin tinggi (Faoziyah *et al.*, 2019).

Salah satu usaha yang dapat dilakukan untuk mencegah dan menanggulangi penyakit degeneratif adalah dengan cara penanaman sifat positif dan edukasi kepada masyarakat. Cara pengobatan penyakit degeneratif biasanya dengan pengobatan rutin ke dokter dan dokter akan memberikan resep yang merupakan obatobatan kimia. Penggunaan obat kimia dalam jangka waktu yang panjang dapat mengakibatkan efek samping yang berbahaya bagi pasien. Selain dapat menggunakan obat kimia, pengobatan penyakit degeneratif dapat dilakukan dengan menggunakan obat tradisional. Penggunaan obat tradisional dapat dilakukan dengan memanfaatkan tanaman obat yang terdapat di sekitar pekarangan rumah dengan tujuan mengurangi efek samping yang dapat disebabkan oleh penggunaan obat kimia (Faoziyah *et al.*, 2019). World Health Organization (WHO) merekomendasi penggunaan obat tradisional termasuk obat herbal dalam pemeliharaan kesehatan masyarakat, pencegahan dan pengobatan penyakit, terutama untuk kronis, penyakit degeneratif dan kanker (Qamariah *et al.*, 2019). Peran akademisi dan farmasi sangat dibutuhkan untuk mengajarkan dan memberikan pemahaman cara pemanfaatan tanaman herbal sebagai alternatif penanganan penyakit degeneratif (Zakaria *et al.*, 2022). Beberapa penyakit degeneratif yang dibahas dalam penyuluhan antara lain hipertensi, diabetes mellitus, asam urat, osteoporosis, dan hiperkolesterolemia (Ariastuti & Herawati, 2019; Sandi, 2018).

Puskesmas Banjarbaru Selatan merupakan salah satu fasilitas pelayanan kesehatan di bawah Dinas Kesehatan Kota Banjarbaru. Puskesmas Banjarbaru Selatan beralamatkan di Jl. Rambai No.01 Loktabat Selatan, Kec. Banjarbaru Selatan, Kota Banjarbaru, Kalimantan Selatan. Berdasarkan kemampuan penyelenggaraannya dikategorikan sebagai puskesmas non rawat inap. Pelayanan kesehatan pasien di Puskesmas Banjarbaru Selatan difasilitasi dengan beberapa ruang, yaitu ruang pemeriksaan umum, ruang farmasi, ruang kesehatan Ibu dan Anak (KIA) dan gizi, ruang Keluarga Berencana (KB) dan imunisasi, ruang MTBS, ruang kesehatan gigi dan mulut, serta ruang laboratorium. Pengunjung Puskesmas Banjarbaru Selatan berasal dari beragam kalangan mulai dari lansia, dewasa, remaja, dan pasien anak. Pengunjung dewasa dan lansia merupakan salah satu pengunjung mayoritas di Puskesmas sehingga promosi Kesehatan dengan tema “Pemanfaatan TOGA untuk penyakit degeneratif” ini tepat untuk memberikan edukasi sehingga dapat memberikan informasi dan meningkatkan derajat kesehatan masyarakat yang merupakan hal sangat penting dalam melakukan upaya preventif, promotif, rehabilitatif dan kuratif. Pelaksanaan program pengabdian masyarakat ini diharapkan dapat meningkatkan kesejahteraan dan kesehatan warga masyarakat di wilayah puskesmas banjarbaru selatan.

## **METODE PELAKSANAAN**

Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Kamis, 15 Desember 2022 di ruang tunggu pelayanan Puskesmas Banjarbaru Selatan dan pada hari Rabu, 21 Desember 2022 di Posyandu Lansia Kembang sepatu yang berada di Jalan Jakarta, Kelurahan Loktabat Selatan, Kota Banjarbaru, Provinsi Kalimantan Selatan. Metode kegiatan adalah sosialisasi, penyuluhan, dan evaluasi.

### **Sosialisasi dan Penyuluhan**

Sosialisasi dan penyuluhan dihadiri oleh 35 orang warga yang berada di wilayah puskesmas banjarbaru selatan. Kegiatan berlangsung di dua tempat pada hari yang berbeda yaitu di ruang tunggu pelayanan Puskesmas Banjarbaru Selatan dan Posyandu Lansia. Adapun materi penyuluhan yang dibahas mengenai pemanfaatan tanaman toga untuk pengobatan penyakit degeneratif yang disampaikan dengan metode ceramah atau penyampaian informasi kepada sekelompok orang dalam waktu dan tempat yang bersamaan. Selain penyuluhan dalam bentuk ceramah dilengkapi dengan alat bantu media berupa leaflet sebagai sarana untuk membantu menyampaikan pesan kepada masyarakat. Pengabdian masyarakat oleh Sandi *et al.* (2022) menunjukkan bahwa ada peningkatan pengetahuan masyarakat setelah diberikan

edukasi dengan alat bantu leaflet. Leaflet dibuat dengan aplikasi canva dengan desain yang dapat dilihat pada Gambar 1.

**TOGA (TAMAN OBAT KELUARGA)**

oleh :  
Helsawati  
Program Studi Profesi Apoteker  
Universitas Lambung Mangkurat

**GERMAS**  
Garakin Masyarakat Hidup Sehat

**PENGERTIAN TOGA**  
Taman obat keluarga (TOGA) atau yang dikenal sebagai apotik hidup adalah tanaman yang ditanam di area halaman rumah, dalam rangka memenuhi kebutuhan keluarga akan obat tradisional dalam upaya kesehatan mandiri

**MANFAAT TOGA**  
Sebagai sarana upaya meningkatkan kesehatan masyarakat yang meliputi Upaya Preventif (pencegahan penyakit), Upaya Promotif (Meningkatkan derajat kesehatan) dan Upaya Kuratif (Penyembuhan Penyakit).

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

**PENYAKIT DEGENERATIF**  
Penyakit degeneratif adalah penyakit tidak menular yang berlangsung secara kronis karena terjadinya penurunan fungsi organ tubuh akibat proses penuaan, seperti penyakit hipertensi, diabetes, kolesterol.  
Masyarakat secara turun temurun telah memanfaatkan keunggulan tanaman obat untuk mengobati penyakit degeneratif.

**TOGA PENYAKIT HIPERTENSI**

1. Mengkudu (*Morinda citrifolia*)  
Mengkudu mengandung Alkaloid, alisarin, lisin, asam kaprilat, arginin, prokseronin, antrakuinin, fenilalanin, magnesium, terpenoid. Cara penggunaannya yaitu parut tiga buah mengkudu lalu seduh parutan buah mengkudu dengan 100ml air matang dan saring, konsumsi sekali sehari.
2. Seledri (*Aplum graveolens*)  
Herba seledri mengandung kalsium, zat besi, fosfor, kalium, magnesium, vitamin A, C, asparagin, minyak atsiri, glutamin, dan tirosin. Cara penggunaannya yaitu sebatang seledri direbus dengan satu gelas air hingga mendidih, didinginkan, konsumsi 1x dalam sehari.

**TOGA PENYAKIT ASAM URAT**  
**Anting-anting (*Acalypha indica*)**  
Anting-anting mengandung alkaloid, tanin, sterol, flavonoid, glikosida, acalphyamide, aurantiamide, succinimide. Cara penggunaannya yaitu Cuci bersih tanaman anting-anting kering 30-60 g, direbus dalam 2 gelas air sampai tersisa 1 gelas. Diminum 2 kali sehari sebelum makan.

**TOGA PENYAKIT KOLESTEROL**

1. Daun alpukat (*Persea americana*)  
Daun alpukat mengandung minyak atsiri, saponin, tanin, flavonoid, d-d-pinene, quercetin dan apigenin. Cara penggunaannya daun alpukat sebanyak 4-5 lembar dicuci bersih dan rebus selama 10 menit hingga air rebusannya sedikit agak berkurang, dikonsumsi sekali sehari.
2. Kunyit (*Curcuma domestica*)  
Kunyit mengandung Kurkuminoid, Minyak atsiri, zingiberen, kurkumen, α- dan β-turmeron. Cara penggunaannya yaitu 10 gram kunyit dicuci bersih kemudian direbus dengan 2 gelas air sampai tersisa 1 gelas. Setelah dingin aaring dan air sarungannya diminum, diminum 2x sehari.

**TOGA PENYAKIT DIABETES**

1. Batang Brotowali (*Tinospora rhumpii*)  
Mengandung Alkaloid berbarin dan columbin, glikosida pikroretosida, pikronatin, dan palmitin. Cara penggunaannya yaitu batang brotowali segar sepanjang 6 cm direbus dengan air bersih sebanyak 3 gelas. Diamkan sampai airnya tersisa kira-kira 2 gelas, diminum dua kali sehari satu gelas.
2. Daun Salam (*Syzygium polyanthum*)  
Daun Salam mengandung Minyak atsiri, tanin, flavonoid. Cara penggunaannya yaitu sebanyak 5 g serbuk daun salam yang dikeringkan direbus dengan 2 gelas air sampai menjadi 1 gelas, dikonsumsi dua kali sehari.

Gambar 1. Leaflet informasi



Leaflet yang dibuat memuat informasi terkait pengertian dan manfaat tanaman obat keluarga, penjelasan terkait penyakit degeneratif, serta contoh tanaman dan cara pemanfaatan tanaman toga untuk penyakit degeneratif.

### **Evaluasi keberhasilan program dan keberlanjutan**

Evaluasi keberhasilan program diukur melalui kuesioner yang diberikan sebelum dan setelah penyuluhan. Evaluasi keberhasilan program bertujuan untuk menjamin kegiatan ini akan diterapkan oleh para warga dalam kehidupan sehari-hari setelah program selesai dilaksanakan.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Sosialisasi dan Penyuluhan**

Sebelum dilakukan sosialisasi dan penyuluhan terlebih dahulu dilakukan pendataan dan hasil dari pendataan ini diketahui banyak pengunjung puskesmas banjarbaru selatan yang merupakan lansia dengan penyakit degeneratif seperti diabetes melitus, asam urat, hiperkolesterol yang rutin melakukan cek laboratorium setiap bulan, dan banyak dari pasien yang mengeluhkan karena harus menggunakan obat-obatan kimia secara terus-menerus, sehingga tema yang dibawakan dalam kegiatan penyuluhan ini yaitu “Pemanfaatan TOGA untuk Penyakit Degeneratif” yang dilaksanakan di Puskesmas Banjarbaru Selatan pada tanggal 15 Desember 2022 dan di Posyandu Lansia Kembang Sepatu Jl. Jakarta Loktabat Selatan pada tanggal 21 Desember 2022, penyuluhan ini berisikan informasi mengenai pengertian dan manfaat toga, serta contoh tanaman yang dapat dimanfaatkan sebagai obat tradisional dalam penanganan penyakit degeneratif misalnya tanaman antinganting untuk penyakit asam urat, herba seledri untuk penyakit hipertensi, dan batang brotowali untuk penyakit diabetes (Permenkes, 2016).

Promosi kesehatan ini diawali dengan perkenalan diri, kemudian melakukan pretest untuk menggali informasi pengetahuan masyarakat terkait tema yang dibawakan, dilanjutkan dengan pembagian brosur/leaflet untuk membantu responden lebih memahami materi penyuluhan yang disampaikan, kemudian dilakukan penjelasan atau pemberian informasi berhadapan langsung dengan responden untuk menjelaskan terkait pemanfaatan tanaman obat keluarga dalam mengobati penyakit degeneratif dengan bahasa yang mudah dimengerti oleh responden selama sekitar ±1520 menit, kemudian dilanjutkan dengan memberikan kesempatan kepada para responden untuk bertanya terkait topik yang dibahas, dan pada sesi terakhir dilakukan posttest.



**Gambar 2.** Penyuluhan yang dilaksanakan di Ruang Tunggu Pelayanan Puskesmas Banjarbaru Selatan



**Gambar 3.** Penyuluhan yang dilaksanakan di Posyandu Lansia Kembang Sepatu

### Evaluasi keberhasilan program dan keberlanjutan

Sebelum dan setelah dilakukan sosialisasi, warga diberikan kuesioner untuk mengukur tingkat pengetahuan warga tentang tanaman obat keluarga dalam pengobatan penyakit degeneratif. Hasil pengukuran tingkat pengetahuan dapat dilihat pada Tabel 1.

**Tabel 1.** Tingkat pengetahuan tentang TOGA sebelum dan setelah edukasi *PretestPosttest*

	<b>Pretest</b>	<b>Posttest</b>
Tingkat Pengetahuan	40,94%	97,14%.

Kegiatan promosi kesehatan berjalan dengan lancar dan mendapat respon yang positif dari peserta. Promosi kesehatan dilakukan terhadap 35 responden dan di peroleh nilai rata-rata pretest yaitu 40,94% dan nilai rata-rata untuk posttest setelah dilakukan penyuluhan meningkat menjadi 97,14%. Berdasarkan hasil dari rerata pre test dan posttest menunjukkan adanya peningkatan tingkat pengetahuan masyarakat yang signifikan tentang pemanfaatan TOGA

untuk penyakit degeneratif setelah diberikan edukasi kesehatan. Kegiatan pengabdian masyarakat oleh Muthia *et al.* (2023), juga menjelaskan bahwa ada peningkatan tingkat pengetahuan masyarakat setelah diberikan sosialisasi terkait pemanfaatan tanaman obat. Peran tenaga kesehatan dalam memberikan pemahaman kepada pasien dan pasien yang memahami informasi kesehatan yang diperoleh sangat penting untuk meningkatkan kualitas hidup masyarakat karena pengaplikasian gaya hidup yang sehat (Soleha *et al.*, 2022).

## KESIMPULAN

Berdasarkan promosi kesehatan yang telah dilakukan dan hasil yang didapatkan, dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan masyarakat terkait toga dan tanaman obat yang dapat digunakan untuk penyakit degeneratif dan diharapkan dengan meningkatnya pengetahuan tersebut pola perilaku masyarakat juga terjadi perubahan menjadi lebih baik sehingga derajat kesehatan masyarakat semakin baik pula.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ariastuti, R & V. D. Herawati. (2019). Asuhan Mandiri Tanaman Obat Keluarga (TOGA) dalam Upaya Peningkatan Kesehatan Masyarakat Kecamatan Banyudono, Boyolali. *Journal of Pharmaceutical and Medicinal Sciences*, 4, 3037.
- Faoziyah, A. R., I. Jayanto & Y. Pratiwi. (2019). Peningkatan Pengetahuan Masyarakat Dalam Pemanfaatan Tanaman Obat Sebagai Terapi Penyakit Degeneratif Kelompok Lansia Desa Slarang, Kecamatan Kesugihan, Kabupaten Cilacap. *Jurnal Pengabdian Masyarakat AlIrsyad*, 1, 2432.
- Faoziyah, A. R., N. N. Rahmah & L. Febriani. (2019). Pemanfaatan Tanaman Obat Sebagai Obat Tradisional sebagai Al ternatif Pengobatan Herbal Pasien Hipertensi dan Diabetes Mellitus. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Al Irsyad*, 1, 6371.
- Muthia R, Akbar DO, Putri AN, Sandi DAD, Vebruati, Kunmariana R. (2023). Pemberdayaan Kelompok Wanita Tani Sri Rejeki pada Pengolahan Sediaan Umbi Bawang Dayak (*Eleutherine bulbosa* Urb.). *PengabdianMu : Jurnal Ilmiah Pengabdian kepada Masyarakat*, 7(5), 699704.
- Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 6. (2016). Tentang Formularium Obat Herbal Asli Indonesia.
- Putri, K. D., L. Semiarty & Linosefa. (2020). Pengaruh Efektivitas Media Promosi Kesehatan Leaflet dengan Video TOSS TB Terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap Masyarakat di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas. *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia*, 1, 343–351.
- Sandi DAD, Putri AN, Muthia R, Akbar DO, Vebruati, Kurniawan G. (2022). Pemberdayaan Pembuatan Simplisia Dan Celupan Bunga Telang (*Clitoria ternatea*) Pada Kelompok Wanita Tani (KWT) Sri Rejeki. *Selampang : Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 6(1), 225230.
- Sandi DAD. (2018). Pola terapi dan evaluasi kesesuaian terapi antihipertensi di apotek appo farma banjarbaru. *Borneo Journal of Pharmascientech*, 2(2), 65-70.
- Soleha GN, Lingga HN, Anwar FY. (2022). Promosi Kesehatan tentang Literasi Kesehatan kepada Pengurus dan Anggota Asuhan Mandiri Toga Komplek Wengga Kota Banjarbaru. *Jurnal Abdi Masyarakat Erau*, 1(2), 101-106.