



Efektifitas Pendidikan Kesehatan Pemanfaatan Taman Obat Keluarga (TOGA) Sebagai Ramuan Tradisional

Effectiveness of Health Education Utilization of Family Medicine Garden (FMG) as Traditional Medicine

Nonik Ayu Wantini¹, Lenna Maydianasari², Silvia Dewi Setyaningrum³, Intan Christi⁴

^{1,2,4} Kebidanan Program Sarjana, Universitas Respati Yogyakarta, Sleman

³ Gizi Program Sarjana, Universitas Respati Yogyakarta, Sleman

Corresponding author : nonik_ayu88@respati.ac.id

Abstrak

Latar belakang: Peningkatan kapasitas masyarakat dalam perawatan kesehatan secara mandiri melalui pemanfaatan TOGA sebagai upaya pertolongan pertama pada diri sendiri dan keluarga perlu didukung oleh masyarakat. Berdasarkan studi pendahuluan di Dusun Setan diketahui bahwa masalah kesehatan wanita sepanjang siklus hidup yang paling banyak dialami dan dapat diatasi dengan TOGA meliputi pusing (23,8%), kram otot tungkai (14,3%), susah tidur dan stress (9,5%), nyeri pinggang (9,5%), dan keluhan nyeri haid pada keluarga (28,6%). Selama masa pandemi COVID-19 posyandu balita, ibu hamil, menyusui, dan lansia tidak diselenggarakan, padahal kelompok ini rentan mengalami permasalahan kesehatan. **Metode:** Pelatihan pemanfaatan TOGA menggunakan metode ceramah, demonstrasi, dan diskusi interaktif dengan media power point, leaflet, video, dan set peralatan pembuatan ramuan tradisional. Sasaran pelatihan adalah anggota Pemberdayaan dan Kesejahteraan Keluarga (PKK) Dusun Setan sejumlah 21 orang. Pengukuran pengetahuan diukur dengan instrumen kuesioner sebelum dan setelah pendidikan kesehatan. **Hasil:** Mean sebelum pendidikan kesehatan (41,67), dan mean setelah pendidikan kesehatan (75,47). Ada perbedaan yang signifikan pengetahuan tentang pemanfaatan TOGA sebelum dan setelah pendidikan kesehatan (hasil *uji paired sample t-test*, p -value=0,000). **Kesimpulan:** Terjadi peningkatan pengetahuan sebesar 33,80%.

Kata Kunci : Pengetahuan, pendidikan kesehatan, TOGA, ramuan tradisional

Abstract

Background: Increasing community capacity in health care independently through utilization of FMG as a first aid effort for self and family needs to be supported by the community. Based on a preliminary study in Dusun Setan, it was found that the most common health problems experienced by women throughout the life cycle that can be treated with FMG include dizziness (23.8%), leg muscle cramps (14.3%), insomnia and stress (9.5%), low back pain (9.5%) and complaints of menstrual pain in the family (28.6). During the COVID-19 pandemic, Posyandu for toddlers, pregnant women, breastfeeding mothers, and the elderly were not held, even though this group was vulnerable to health problems. **Methods:** training on the utilization of FMG using lectures, demonstrations, and interactive discussions using power point media, leaflets, videos, and traditional herb-making equipment sets. The target of the training is the 21 members of Dusun Setan Family Empowerment and Welfare (FEW, or known in Indonesia as PKK). The measurement of knowledge is measured by a questionnaire instrument before and after health education. **Results:** The mean before health education (41.67), and the mean after health education (75.47). There is a significant difference in knowledge about the utilization of FMG before and after health education (*paired sample t-test* result, p -value = 0.000). **Conclusion:** There was an increase in knowledge of 33.80%.

Keywords: knowledge, health education, FMG, traditional ingredients



PENDAHULUAN

Pembangunan kesehatan sebagai bagian yang tidak terpisahkan dari pembangunan nasional, mengarah kepada mempertahankan kondisi sehat dan tidak sakit serta produktif melalui upaya promotif dan preventif. Peningkatan kesadaran, motivasi, dan kemampuan masyarakat untuk hidup sehat akan mempercepat pencapaian status kesehatan yang optimal. Selama ini Indonesia mempunyai pengalaman dalam upaya menjaga dan memelihara kesehatannya secara mandiri dengan memanfaatkan pengetahuan dan keterampilan yang diwariskan secara turun temurun pada kehidupan sehari-hari dalam bentuk minuman jamu, ramuan yang dioleskan, dihirup dan dikombinasi dengan pijat (Kementerian Kesehatan RI, 2017).

Data Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018, diketahui bahwa 31,4% rumah tangga di Indonesia memanfaatkan pelayanan kesehatan tradisional (yankestrad), 12,9% rumah tangga yang melakukan upaya sendiri dan 55,7% rumah tangga yang tidak memanfaatkan yankestrad. Jenis upaya kesehatan tradisional yang paling banyak dimanfaatkan berturut-turut adalah keterampilan manual (65,3%), ramuan jadi (48%), ramuan buatan sendiri (31,8%), keterampilan energi (2,1%), keterampilan olah pikir (1,9%).

Pemerintah Indonesia mendukung pemanfaatan TOGA untuk meningkatkan kesehatan pada masyarakat Indonesia, melalui kebijakan berupa Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 9 Tahun 2016 mengenai upaya pengembangan kesehatan melalui asuhan mandiri (Asman) pemanfaatan TOGA dan keterampilan. TOGA atau Taman Obat Keluarga adalah sekumpulan tanaman berkhasiat obat untuk kesehatan keluarga yang ditata menjadi sebuah taman dan memiliki nilai keindahan. TOGA bagi kesehatan mandiri dimanfaatkan untuk: a) Peningkatan daya tahan tubuh agar tidak mudah terserang penyakit, b) Mencegah penyakit dan atau risiko kesehatan dan dampak lanjut dari penyakit tertentu, c) Mengatasi keluhan kesehatan ringan dan atau upaya pertolongan pertama terhadap suatu penyakit.

Masyarakat yang menanam tanaman obat pada umumnya menggunakan hasil tanaman obat tersebut untuk pengobatan awal sebelum berobat ke tenaga kesehatan dimana “Mitos” atau tradisi masih menjadi dasar penanaman dan pemanfaatan tanaman lekat pakarangan di masing-masing daerah bagi sebagian masyarakat. Penanaman tanaman obat merupakan tradisi turun temurun dari nenek moyang yang biasanya informasi menanam dan memanfaatkan pada umumnya diperoleh dari orang tua. Pengetahuan masyarakat terhadap khasiat dan cara penggunaan tanaman obat yang ada di sekitar rumah masih kurang memadai (Sari, dkk, 2015).

Berdasarkan Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019, keluarga berperan terhadap optimalisasi pertumbuhan, perkembangan, dan produktivitas seluruh anggotanya melalui pemenuhan kebutuhan gizi dan menjamin kesehatan anggota keluarga. Di dalam komponen keluarga, ibu dan anak merupakan kelompok rentan. Hal ini terkait dengan fase kehamilan, persalinan dan nifas pada ibu dan fase tumbuh kembang pada anak. Hal ini yang menjadi alasan pentingnya upaya kesehatan ibu dan anak menjadi salah satu prioritas pembangunan kesehatan di Indonesia.



Studi pendahuluan yang dilakukan di Dusun Setan, Maguwoharjo pada Juni 2021 didapatkan data bahwa selama masa PPKM Level 4 akibat pandemi COVID-19, posyandu balita, ibu hamil, menyusui, dan lansia tidak diselenggarakan, padahal kelompok ini termasuk rentan mengalami permasalahan kesehatan. Sementara kesempatan untuk mengakses fasilitas kesehatan terbatas selama masa pandemi. Sehingga diupayakan keluarga mampu meningkatkan kesehatannya dengan pemanfaatan TOGA. Masalah kesehatan wanita sepanjang siklus hidup yang paling banyak dialami dan sebenarnya dapat diatasi dengan TOGA meliputi pusing (23,8%), kram otot tungkai (14,3%), susah tidur dan stress (9,5%), nyeri pinggang (9,5%), dan keluhan nyeri haid pada keluarga (28,6%). Saat ini, pengetahuan pemanfaatan TOGA masih sangat terbatas di masyarakat antara lain memanfaatkan jahe sebagai minuman penghangat, kunir asam sebagai perawatan kesehatan kewanitaan, dan beras kencur untuk batuk dan meningkatkan nafsu makan. Untuk itu perlu pendidikan kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat terkait pemanfaatan TOGA sebagai ramuan tradisional dalam penanganan masalah kesehatan ringan sepanjang siklus kehidupan.

METODE

Pelaksanaan pengabdian masyarakat ini diselenggarakan dengan 2 tahap yaitu luring pada tanggal 6 Oktober 2021 dan pendampingan secara daring melalui *whatsapp group* 25-31 Oktober 2021. Kegiatan ini berupa pengenalan pemanfaatan TOGA dan praktik pembuatan ramuan tradisional. Materi yang disampaikan pada saat pendidikan kesehatan adalah pengertian obat tradisional, keamanan dan khasiat obat tradisional, petunjuk umum pembuatan ramuan tradisional, pembuatan jamu segar mulai dari pemilihan bahan baku, tahapan penanganan bahan baku, penggunaan air sesuai persyaratan, pemilihan peralatan sampai dengan aspek kebersihan diri, peralatan dan lingkungan. Untuk demonstrasi dan praktik mandiri pembuatan ramuan antara lain ramuan kram otot tungkai untuk ibu hamil, ramuan meningkatkan produksi ASI bagi ibu menyusui, ramuan mengatasi batuk pilek dan meningkatkan nafsu makan untuk balita, ramuan mengatasi anemia dan nyeri haid untuk remaja, ramuan stress dan susah tidur untuk wanita usia bekerja, ramuan nyeri pinggang dan meningkatkan daya tahan tubuh untuk lansia.

Adapun sasaran kegiatan adalah anggota PKK sejumlah 21 orang, dimana 10 orang termasuk kader kesehatan, yang diharapkan setelah pelatihan ini mampu memberikan informasi lebih luas ke masyarakat dusun. Metode yang digunakan saat pelatihan adalah ceramah, demonstrasi, dan diskusi interaktif dengan menggunakan media power point, video, dan set peralatan pembuatan ramuan tradisional.

Gambar 1
Kegiatan Pengabdian



Sumber: Dokumentasi Pribadi

Hasil pengabdian ini berupa pengetahuan yang diukur sebelum dan setelah pendidikan kesehatan menggunakan kuesioner dengan 20 pernyataan (pilihan jawaban Benar, Salah dan Tidak Tahu), kemudian dilihat perbedaannya dengan uji beda menggunakan uji paired sample-test dikarenakan kedua data tersebut berdistribusi normal yang ditunjukkan pada tabel 1 dibawah ini (uji normalitas data menggunakan Shapiro Wilk menunjukkan p-value > 0,05).

Tabel 1
Uji Normalitas data dengan Shapiro Wilk

No	Pengetahuan Pemanfaatan TOGA	p-value	Kesimpulan
1.	Sebelum Penyuluhan	0,153	Normal
2.	Setelah Penyuluhan	0,161	Normal

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 2
Karakteristik Responden

No	Variabel	Jumlah	%
1.	Umur		
	Dewasa Awal (26-35 tahun)	1	4,8
	Dewasa Akhir (36-45 tahun)	10	47,6
	Lansia Awal (46-55 tahun)	8	38,1
	Lansia Akhir (56-65 tahun)	0	0,0
2.	Pendidikan Terakhir		
	Tidak Sekolah/Tidak Tamat SD	2	9,5
	Pendidikan Dasar (SD/SMP)	4	19,0
	Pendidikan Menengah (SMA)	11	52,4
3.	Status Pekerjaan		
	Tidak Bekerja/IRT	16	76,2
	Bekerja	5	23,8
Total Responden		21	100,0



Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa mayoritas umur dewasa akhir (47,6%), pendidikan menengah (52,4%), dan tidak bekerja (76,2%)

Tabel 3
Upaya penanganan masalah kesehatan keluarga

No	Upaya	Jumlah	%
1.	Minum jamu/obat herbal	8	38,1
2.	Pijat	8	38,1
3.	Kerokan	13	61,9
4.	Beli obat kimia	7	33,3
5.	Periksa ke Faskes	6	28,6

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa upaya penanganan masalah kesehatan keluarga adalah mayoritas dengan pengobatan tradisional yaitu kerokan (61,9%). Masyarakat yang memanfaatkan ramuan herbal sebagai obat tradisional hanya 38,1%. Hal ini sesuai dengan penelitian Aprilla, G dan Purwana, R (2020), yang menyatakan bahwa masyarakat DKI Jakarta termasuk kurang memanfaatkan TOGA (hanya 9,1%). Masyarakat DKI Jakarta lebih banyak memanfaatkan ramuan jadi 59,6% dibandingkan membuat ramuan sendiri 18,7%, sedangkan untuk keterampilan manual termasuk banyak 68,6%.

Tabel 4
Kepemilikan TOGA

Kepemilikan TOGA	Jumlah	%
Ada	12	57,1
Tidak Ada	9	42,9
Total responden	21	100

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa mayoritas responden memiliki TOGA di rumah yaitu sebesar 57,1%. Adapun tanaman yang dimiliki sebagian besar responden adalah jahe (83,33%), kunyit (66,67%), dan serai (41,67%). Jenis tanaman lainnya dengan persentase 16,67% adalah kencur dan jeruk nipis, sedangkan persentase < 10% meliputi pandan, pace, gingseng, daun dewa, dan daun sirih. Hal ini sesuai dengan penelitian Sari, I dkk (2015), yang menyatakan bahwa jahe, kunyit, kencur, sirih merupakan 4 dari 10 jenis tanaman TOGA yang paling sering ditanam di Bogor, Karanganyar, Sumenep, dan Gianyar. Masyarakat Dusun Setan tidak memiliki TOGA sejumlah 42,9% dikarenakan mayoritas faktor kesibukan/tidak ada waktu luang, hal ini sesuai dengan hasil penelitian Ariastuti, R dan Herawati, V (2019), 72% masyarakat yang menanam TOGA dengan memanfaatkan lahan/pekarangan rumah untuk ditanami TOGA, sedangkan 19% sisanya tidak menanam TOGA. Alasan yang mendasari mereka tidak menanam TOGA adalah bukan hanya karena faktor tidak adanya pekarangan, namun juga faktor kesibukan/tidak adanya waktu luang yang membuat masyarakat enggan untuk menanamnya. Selain itu faktor ketidaktahuan akan TOGA juga menambah rasa ketidaktertarikannya untuk menanam TOGA.



Tabel 5
Pengetahuan Pemanfaatan TOGA Sebelum dan Setelah Pendidikan Kesehatan (Penkes)

Pengetahuan	Mean	SD	Min	Max
Sebelum Penkes	41,67	16,22	20	70
Setelah Penkes	75,47	8,78	60	95

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa mean pengetahuan setelah penkes lebih besar dibandingkan sebelum penkes. Setelah penkes ada peningkatan nilai minimum sebesar 40 poin dan setelah penkes ada peningkatan nilai maksimum yaitu 25 poin.

Secara umum, pengukuran pengetahuan tentang TOGA sebelum penkes bertujuan untuk memberikan gambaran sejauh mana pengetahuan tentang pemanfaatan TOGA sehingga pemberian informasi nantinya dapat disesuaikan kebutuhannya dengan pengetahuan dasar masyarakat dusun Setan, Maguwoharjo.

Berikut ini adalah 9 dari 20 pernyataan yang dijawab benar oleh sebagian kecil responden (<50%) saat sebelum penkes:

Tabel 6
Distribusi Responden yang Menjawab Benar
Pernyataan Pengetahuan TOGA Sebelum Penkes

No	Jenis	Pernyataan	Jumlah (n)	%
1.	UF	Ukuran 1 jari pada bahan ramuan sama dengan ukuran ibu jari pengguna	5	23,81
2.	UF	Peralatan yang digunakan untuk membuat ramuan obat sebaiknya menggunakan kuili dari tanah liat, bukan panci stainless steel	1	4,76
3.	F	Pegangan dapat dimanfaatkan untuk meningkatkan produksi ASI	6	28,57
4.	F	Ketumbar dapat dimanfaatkan untuk meningkatkan nafsu makan anak	4	19,05
5.	UF	Ukuran 1 jimpit pada bahan ramuan sama dengan diambil dengan ujung kelima jari	4	19,05
6.	F	Daun landep dapat dimanfaatkan untuk mengatasi kram otot tungkai	3	14,29
7.	UF	Memasak daun kelor cukup 5 menit saja sejak air mendidih	1	4,76
8.	UF	Menambahkan madu dalam ramuan herbal sebaiknya saat minuman masih panas sehingga larut sempurna	8	38,10
9.	UF	Jamu segar dapat disimpan pada botol bekas air mineral	9	42,86

Cat: F = *Favorable*, UF = *Unfavorable*

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa hampir semua responden tidak mengetahui peralatan yang digunakan untuk membuat ramuan obat, hanya 1 orang



(4,76%) yang menjawab benar. Selain itu juga teknik memanfaatkan daun kelor yang benar sebagai ramuan tanaman obat hanya 1 orang (4,76%) yang menjawab benar. Berdasarkan Swisari, G, dkk (2019), peralatan yang digunakan untuk membuat ramuan tanaman obat adalah periuk/kuali tanah liat atau panci dari bahan gelas/kaca, email atau stainless steel, tidak boleh aluminium. Untuk memanfaatkan daun kelor sebagai ramuan anemia dengan cara merebus air sampai mendidih, masukkan daun kelor, lalu matikan api.

Pembuatan ramuan tradisional/jamu segar harus memperhatikan pemilihan peralatan yang tepat termasuk penyimpanan. Pada tabel diatas, kita dapat melihat pengetahuan terkait penyimpanan ramuan masih minim (hanya 42,86% yang menjawab benar). Menurut Direktorat Jenderal Bina Kefarmasian dan Alat Kesehatan (2015), jamu segar disimpan pada botol kaca, tidak menggunakan botol bekas air mineral atau botol plastik lainnya yang tidak sesuai.

Pengetahuan terkait ukuran dan takaran bahan sangat penting dimiliki untuk membuat ramuan karena terkait dengan dosis yang tepat dalam pembuatan ramuan sehingga hasil yang diperoleh optimal. Pada pernyataan nomor 1 dan 7 dapat diketahui bahwa sebagian besar responden belum mengetahui ukuran 1 jari dan 1 jimpit. Berdasarkan Swisari, G, dkk (2019), 1 jari adalah ukuran jari telunjuk pengguna, 1 jimpit diambil dengan ibu jari dan telunjuk.

Pengetahuan tentang tanaman yang dimanfaatkan sebagai bahan ramuan juga masih rendah sebelum penkes, contohnya pegagan yang dapat dimanfaatkan untuk produksi ASI, ketumbar untuk meningkatkan nafsu makan anak, dan daun landep yang dimanfaatkan untuk mengatasi kram otot tungkai. Berdasarkan Swisari, G, dkk (2019), untuk meningkatkan produksi ASI dapat menggunakan bahan ramuan temulawak 7 iris, meniran 1/2 genggam, pegagan 1/4 genggam, dan air 3 gelas. Cara pembuatan: campurkan semua bahan kemudian direbus dalam air mendidih selama 10-15 menit dengan api kecil. Cara pemakaian: diminum 2 kali sehari (pagi dan menjelang tidur malam). Ketumbar (*Coriandrum sativum*L.) adalah tumbuhan herba semusim yang diambil bijinya sebagai rempah-rempah pada masyarakat di berbagai daerah.

Menurut Sutardi (2016), pegagan (*Centella asiatica* (L.) Urban) merupakan tanaman yang banyak dimanfaatkan sebagai obat tradisional untuk menyembuhkan berbagai penyakit. Pegagan mengandung salah satu bahan aktif yaitu saponin yang berfungsi sebagai penenang dan pereda kegelisahan (*antianxiety*). Rasa tenang dan bebas dari rasa cemas saat menyusui sangat penting untuk meningkatkan produksi ASI, hal tersebut sesuai dengan yang disampaikan oleh Roesli, U dan Yohmi, E (2013), setiap kali bayi menghisap payudara akan merangsang ujung saraf sensoris disekitar payudara sehingga merangsang kelenjar hipofisis bagian depan untuk menghasilkan prolaktin. Prolaktin akan masuk ke peredaran darah kemudian ke payudara menyebabkan sel sekretori di alveolus (pabrik ASI) menghasilkan ASI. Hormon oksitosin diproduksi oleh bagian belakang kelenjar hipofisis. Hormon tersebut dihasilkan bila ujung saraf disekitar payudara dirangsang oleh isapan. Oksitosin akan dialirkan melalui darah menuju ke payudara



yang akan merangsang kontraksi otot di sekeliling alveoli (pabrik ASI) dan memeras ASI keluar dari pabrik ke gudang ASI. Beberapa keadaan yang dapat mengurangi produksi hormon oksitosin meliputi rasa cemas, sedih, marah, kesal, atau bingung, rasa cemas terhadap perubahan bentuk pada payudara dan bentuk tubuhnya, meniggalkan bayi karena harus bekerja dan ASI tidak mencukupi kebutuhan bayi.

Menurut Hakim, L (2015), Ketumbar terutama digunakan untuk memasak menu-menu tertentu. Biji ketumbar mengandung kalsium, phospor, magnesium, zat besi, niasin, riboflavin dan asam folat. Minyak atsiri dari ketumbar yang masuk dalam tubuh berkhasiat sebagai stimulan, penguat organ pencernaan, merangsang enzim pencernaan, dan peningkatan fungsi hati. Ketumbar diketahui mempengaruhi dan meningkatkan nafsu makan.

Berdasarkan Swisari, G, dkk (2019), kram otot/pegal linu tungkai bawah ditandai dengan ketegangan otot disertai rasa nyeri. Bahan Ramuan yang dapat mengatasi kram otot tungkai adalah daun landep $\frac{1}{2}$ genggam, kapur sirih $\frac{1}{2}$ sendok teh, air matang 2 sendok makan. Cara pembuatannya: daun landep dari jenis berbunga kuning ditumbuk halus dengan kapur sirih, tambahkan air dan aduk sampai rata. Cara pemakaian: dilumurkan di bagian yang sakit 2 kali sehari. Hindari pemakaian pada kulit yang peka. Menurut Tim Riset IDNmedis (2021), daun landep merupakan tumbuhan yang berasal dari keluarga *Acanthaceae* dan masuk ke dalam genus *Barleria*. Daun landep sendiri selain memiliki nama dalam bahasa Indonesia, ternyata secara ilmiah juga memiliki nama yaitu *Barleria prionitis* L. Penyakit rematik biasanya terjadi pada saat usai yang sudah mulai menua akan tetapi ternyata disemua umur tentunya sudah bisa merasakan sakit rematik. Penyakit tersebut biasanya ditandai dengan rasa nyeri pada sendi, sehingga menyebabkan tubuh menjadi lemas. Mengurangi sakit rematik tersebut bisa diatasi dengan mengkonsumsi daun landep, dikarenakan daun tersebut mengandung antioksidan dan anti inflamasi yang dapat mengurangi gejala sakit rematik tersebut.

Berdasarkan tabel 6 diketahui bahwa pengetahuan tentang penggunaan madu masih belum tepat, mayoritas responden mengetahui bahwa madu dicampurkan dalam air panas agar larut sempurna. Selain itu juga, diyakini dapat menjaga kesegaran tubuh dan membantu proses detoksifikasi. Menurut Guru Besar di Departemen Ilmu Produksi dan Teknologi Peternakan Fakultas Peternakan Institut Pertanian Bogor (IPB), Prof. Dr. Ir. Asnath Maria Fuah MS., madu sebaiknya tidak dicampur air panas. "Hal ini akan menyebabkan kerusakan nutrisi pada madu, sehingga khasiat madu akan berkurang" ujar Asnath. Dia menyarankan untuk tidak mencampur madu dengan air panas bersuhu di atas 60 derajat celsius (Khairunnisa, S, 2021).



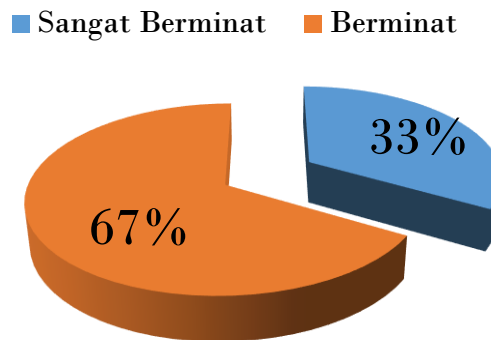
Tabel 7.
Perbedaan Pengetahuan Pemanfaatan TOGA

Pengetahuan	Mean	SD	t hitung	p-value
Sebelum Penyuluhan	41,67	16,22	-8,768	0,000*
Setelah Penyuluhan	75,47	8,78		

*uji paired sample t-test

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa nilai p-value 0,000, artinya ada perbedaan yang signifikan antara pengetahuan sebelum dan setelah penyuluhan tentang Pemanfaatan TOGA. Hal ini sejalan dengan penelitian Lolita, dkk (2017), yang menunjukkan bahwa nilai rata-rata skor pengetahuan sebelum promosi kesehatan yaitu $40,97 \pm 19,21$ dan setelah promosi kesehatan yaitu $90,65 \pm 13,65$. Hal ini menunjukkan terdapat peningkatan skor pengetahuan masyarakat tentang TOGA pada penyakit hipertensi. Untuk mengetahui perbedaan skor sebelum dan sesudah promosi kesehatan, dilakukan analisis data dengan independent t -test diperoleh nilai $p=0,000$ dengan taraf kepercayaan 95% yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara pengetahuan masyarakat sebelum dan sesudah dilakukan promosi kesehatan. Selain itu juga sejalan dengan penelitian Sagai, S, dkk (2021), yang menyatakan bahwa hasil pengujian didapatkan nilai T hitung pengetahuan sebelum-sesudah penyuluhan untuk desa Mundung Satu yaitu T hitung = -46,283 dengan p value = 0,000 artinya terdapat peningkatan yang signifikan antara pengetahuan responden sebelum dan sesudah dilaksanakannya penyuluhan. Hal tersebut juga dikuatkan berdasarkan hasil penelitian Syamson, dkk (2019) yang menyebutkan bahwa uji Wilcoxon dengan tingkat kemaknaan $p < \alpha (0,05)$ yang dimana $0,000 < 0,05$ maka H_0 ditolak maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh penyuluhan terhadap pengetahuan masyarakat dalam pemanfaatan toga di Desa Carawali Kabupaten Sidrap Tahun 2019. Pengaruh diberikannya penyuluhan responden mengetahui, sehingga masyarakat dapat mengetahui pemanfaatan toga, karena penyuluhan adalah perilaku yang dihasilkan dari proses pendidikan atau pembelajaran, proses komunikasi dan sosial. Pengaruh penyuluhan dapat menimbulkan perubahan pada masyarakat agar dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang tanaman obat keluarga dan masyarakat bisa memanfaatkan tanaman tersebut sebagai obat.

Grafik 1
Minat Memanfaatkan TOGA sebagai Obat Tradisional



Berdasarkan grafik diatas dapat diketahui bahwa mayoritas responden setelah mengikuti kegiatan 67% berminat untuk memanfaatkan TOGA sebagai obat tradisional. Hal tersebut juga ditunjukkan ketika kegiatan pelatihan dilaksanakan, responden sangat antusias ingin mengetahui jenis tanaman yang dapat dimanfaatkan sebagai ramuan tradisional. Minat ini tentunya terbentuk akibat adanya pengetahuan baru terkait pemanfaatan TOGA di sepanjang siklus kehidupan. Hal ini sesuai dengan penelitian Kusumawaty, Y dan Khaswarina, S (2018) menunjukkan peserta pelatihan termotivasi untuk mengembangkan tanaman obat. Secara umum, pelaksanaan kegiatan pelatihan pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) cukup berhasil. Hal ini dapat dilihat dari permintaan peserta agar kegiatan ini dapat berlanjut untuk mendukung mereka. Usaha budidaya tanaman obat sesuai sebagai alternatif pemberdayaan ibu rumah tangga karena dapat dilakukan tanpa meninggalkan peran penting sebagai ibu.

KESIMPULAN

Masyarakat yang tidak memiliki TOGA sebesar 42,9%, upaya penanganan masalah kesehatan keluarga dengan minum jamu/obat herbal sebesar 38,1%. Pengetahuan TOGA setelah penkes mengalami peningkatan sebesar 33,80% dari skor sebelum penkes. Ada perbedaan yang signifikan pengetahuan sebelum dan setelah penkes. Perlu dilakukan monitoring dan evaluasi pasca pelatihan terkait dengan keberlangsungan pemanfaatan TOGA untuk mengatasi masalah kesehatan pada keluarga. Kader diharapkan menyebarkan informasi pemanfaatan TOGA ke masyarakat lainnya, adanya pelatihan pengembangan pembudidayaan TOGA sehingga terjadi peningkatan persentase keluarga yang memiliki TOGA dan juga pelatihan pembuatan berbagai sediaan ramuan tradisional sehingga memiliki nilai ekonomis yang dapat mendorong kemajuan dan kemandirian desa.

DAFTAR PUSTAKA

Aprilla, G dan Purwana, R. 2020. "Studi Kasus Pemanfaatan TOGA dan Akupresur Provinsi DKI Jakarta Tahun 2020" dalam *Herb-Medicine Journal Vol.3 No.3 (Hal. 60-84)*. Purwokerto: Universitas Muhammadiyah Purwokerto



- Ariastuti, R dan Herawati, V. 2019. "Utilization of Family Medicinal Plants (TOGA) in Efforts to Improve Community Health in Banyudono District, Boyolali" dalam *Journal of Pharmaceutical and Medicinal Sciences Vol.4 No.2 (Hal 30-37)*. Makassar: Sekolah Tinggi Ilmu Farmasi (STIFA)
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. 2019. *Laporan Nasional Riskesdas Tahun 2018*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan
- Direktorat Jenderal Bina Kefarmasian dan Alat Kesehatan. 2015. *Pembuatan Jamu Segar Yang Baik dan Benar*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI
- Hakim, L. 2015. *Rempah dan Herba Kebun-Pekarangan Rumah Masyarakat: Keragaman, Sumber Fitofarmaka dan Wisata Kesehatan-Kebugaran*. Yogyakarta: Diandra Creative
- Kementerian Kesehatan RI. 2017. *Manfaatkan Asuhan Mandiri (Self-Care) dalam Keluarga Indonesia (Online)*, <http://pispk.kemkes.go.id/id/2017/11/02/manfaatkan-asuhan-mandiri-self-care-dalam-keluarga-indonesia/>, diakses tanggal 10 November 2021
- Kementerian Kesehatan RI. Sekretariat Jenderal. 2020. *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019*. Jakarta : Kementerian Kesehatan RI.
- Kusumawaty, Y dan Khaswarina, S. 2018. Peningkatan Motivasi Ibu Rumah Tangga untuk Memanfaatkan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) dalam *Buletin Udayana Mengabdi Vol.17 No.1 (Hal 7-13)*. Denpasar: Universitas Udayana
- Lolita, dkk. 2017. "Pengaruh Promosi Kesehatan terhadap Pengetahuan TOGA untuk Hipertensi di Sumberagung, Jetis, Bantul" dalam *Pharmacy: Jurnal Farmasi Indonesia Vol.14 No.2 (Hal. 236-246)*. Purwokerto: Universitas Muhammadiyah Purwokerto
- Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 9 Tahun 2016 tentang Upaya Pengembangan Kesehatan Tradisional Melalui Asuhan Mandiri Pemanfaatan Taman Obat Keluarga dan Keterampilan
- Roesli, U dan Yohmi, E. 2013. *Manajemen Laktasi (Online)*, <https://www.idai.or.id/artikel/klinik/asi/manajemen-laktasi>, diakses tanggal 15 November 2021
- Sagai, S, dkk. 2021. "Pengaruh Promosi Kesehatan Terhadap Pengetahuan Tanaman Obat Keluarga (Seledri dan Sereh) untuk Hipertensi di Desa Mundung Satu Kecamatan Tombatu Timur Kabupaten Minahasa Tenggara" dalam *Jurnal KESMAS, Vol.10 No.2 (Hal. 105-110)*. Manado: Universitas Sam Ratulangi



- Sari, I, dkk. 2015. “Tradisi Masyarakat dalam Penanaman dan Pemanfaatan Tumbuhan Obat Lekat di Pekarangan” dalam *Jurnal Kefarmasian Indonesia Vol.5 No.2 (Hal 123-132)*. Jakarta: Pusat Penelitian dan Pengembangan Biomedis dan Teknologi Dasar Kesehatan, Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Kementerian Kesehatan RI.
- Sutardi. 2016. “Kandungan Bahan Aktif Tanaman Pegagan dan Khasiatnya Untuk Meningkatkan Sistem Imun Tubuh” dalam *Jurnal Litbang Pertanian Vol.35 No.3 (Hal 121-130)*. Bogor: Balai Pengelola Alih Teknologi Pertanian
- Swisari, G, dkk. 2019. *Buku Saku 1: Petunjuk Praktis Asuhan Mandiri Pemanfaatan TOGA & Akupresur*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI
- Syamson, dkk. 2019. “Penyuluhan dalam Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA)” dalam *Jurnal Kesehatan Lentera Acitya Vol.6 No.2 (Hal 35-39)*. Sulawesi Selatan: Akademi Keperawatan Fatima Parepare
- Tim Riset IDNmedis. 2021. *Daun Landep: Manfaat– Efek Samping dan Tips Penggunaan (Online)*. <https://idnmedis.com/daun-landep>, diakses tanggal 15 November 2021