

MANFAAT OLAHAN TOGA UNTUK PENGOBATAN DI DESA DELIKSUMBER KECAMATAN BENJENG KABUPATEN GRESIK

Agus Ridwan¹, Ingrid², Ida³, Agustina⁴, Erni⁵

^{1,4,5}Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas PGRI Adi Buana Surabaya

^{2,3}Fakultas Ekonomi, Universitas PGRI Adi Buana Surabaya

Email: Antari80345@gmail.com, Lenna_Machdalena@gmail.com

ABSTRACT

Healthcare are sought by everyone. one way to keep your body in good health is a stylish way of life that is clean, healthy, and able to maintain physical fitness. In addition, people can take advantage of traditional crops that can be used for example medicines that can address health issues. Traditional medicine has good benefits to health and does not give a fatal side effects for health. Plants that are around us can be useful for healing or prevention of disease in the suffering. This research is a qualitative research. This research method is observation. This research was conducted in the village MetatuBenjeng District of Gresik on February 1, 2017 - March 1, 2017. To be used by residents and surrounding communities metatu us as researchers hold TOGA processing in village districts MetatuBenjeng Gresik regency. The results of this study indicate that there is enough of the citizens Metatu can process and utilize plant TOGA. It can be concluded that the community has been eager to apply this in everyday life. Researchers hope the people of the village Metatu will be able to add their insight on TOGA crop plants so that they can take advantage of toga over again and they are also able to process them

Keywords: *TOGA planting, Healthy*

I. PENDAHULUAN

Tanaman obat sudah banyak sekali digunakan oleh manusia sejak zaman dahulu. Bahkan dipercaya mempunyai khasiat yang lebih ampuh dari pada obat-obat dokter. Namun, karena perkembangan jaman dan semakin meningkatnya pengetahuan manusia tentang farmakologi dan ilmu kedokteran, banyak masyarakat yang beralih ke obat-obatan dokter karena lebih mempercayai obat-obatan kimia yang telah teruji khasiatnya secara laboratorium, dibandingkan dengan obat tradisional yang banyak belum bias dibuktikan secara laboratorium Seiring berjalannya waktu, kehidupan berubah. Dengan adanya krisis moneter, masyarakat terdorong kembali menggunakan obat-obat tradisional yang boleh dikatakan bebas dari komponen impor, terutama bebas dari bahan-bahan

kimia yang kemungkinan dapat berakibat fatal bagi kesehatan tubuh.

Karena dengan perkembangan teknologi pula, semakin banyak tanaman obat tradisional yang telah bias dibuktikan khasiatnya secara laboratorium dan dijamin aman untuk dikonsumsi dan bias menyembuhkan penyakit tanpa menimbulkan efek samping. Banyak bagian tumbuhan yang bisa digunakan sebagai obat, diantaranya adalah bagian buah, batang, daun, dan akar atau umbi. Oleh karena pentingnya tanaman-tanaman obat tersebut maka perlu kita mempelajarinya dengan baik sehingga dapat berdaya guna bagi kita.

II. METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif. Penelitian kualitatif suatu

pendekatan yang juga disebut pendekatan investigasi. **Peneliti** mengumpulkan data dengan cara bertatap muka langsung dan berinteraksi dengan orang-orang di tempat (McMillan & Schumacher, 2003). Metode dalam penelitian ini menggunakan metode observasi. Adapun metode observasi adalah teknik pengumpulan data, dimana peneliti melakukan pengamatan secara langsung ke objek penelitian untuk melihat dari dekat kegiatan yang dilakukan (Riduwan, 2004 : 104). Penelitian ini dilakukan di desa Metatu kecamatan Benjeng pada tanggal 1 Februari 2017-1 Maret 2017.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tanaman obat keluarga (TOGA) pada dasarnya adalah tanaman yang ditanam di halaman rumah, kebun ataupun sebidang tanah atau ditanam didalam pot yang dimanfaatkan sebagai budidaya tanaman yang berkhasiat sebagai obat dalam rangka memenuhi kebutuhan keluarga akan obat-obatan. Tanaman obat keluarga juga berfungsi sebagai pemanfaatan lingkungan di sekitar rumah dan kebun.

Kurangnya penanaman tanaman toga di sekitarrumah warga Metatu, oleh karena itu kita sebagai peneliti dan pengabdian di desa Metatu ini, mengadakan program pengelolaan toga untuk mengajarkan cara memanfaatkan tanaman toga di lingkungan sekitar desa Metatu. Berikut ini adalah dokumentasi kegiatan mahasiswa bersama masyarakat Metatu:



Kegiatan tersebut diharapkan akan dapat memberikan pengetahuan dan ilmu baru yang dapat bermanfaat bagi masyarakat Metatu. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa sudah cukup banyak dari warga Metatu yang mengerti akan pengolahan dan pemanfaatan taman toga ini, hal ini terlihat pada saat program olah toga tersebut dijalankan. Adapun tanaman toga yang dijadikan olahan adalah, sebagai berikut:



Jahe

Jahe merupakan tanaman herba yang kerap dipercaya masyarakat dapat mengatasi

berbagai kondisi, mulai dari mual, batuk, nyeri otot hingga penanganan kanker. Jika ditinjau dari segi medis, setidaknya ada lima manfaat jahe yang baik bagi tubuh.

Jahe memiliki senyawa kimia yang dipercaya bias menimbulkan efek positif di lambung dan usus. Tidak hanya itu, senyawa ini mungkin bias meredam rasa mual dengan cara memberikan efek di otak dan system saraf.

Manfaat jahe antara lain:

1. Pusing. Kondisi ini membuat Anda merasa seperti berputar (*vertigo*) atau kepala terasa ringan (*light headedness*). Dapat juga terasa seperti kehilangan keseimbangan atau terasa melayang. Jahe diduga dapat meringankan pusing dengan cara merangsang aliran darah ke otak. Selain itu jahe dipercaya dapat meringankan mual.
2. Nyeri menstruasi. Bagi para wanita yang sering merasa nyeri saat menstruasi, bisa coba mengonsumsi ekstrak jahe dengan dosis empat kali sehari selama tiga hari di awal menstruasi. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa mengonsumsi jahe bias membantu mengurangi gejala nyeri menstruasi. Khasiat jahe sepertinya dapat disamakan dengan obat ibu profen dan asam mefenamat.
3. Mencegah *morning sickness*. Kondisi mual dan muntah ini kerap dialami oleh beberapa wanita di awal masa kehamilan. Sepertinya kondisi tersebut dapat diminimalisasi dengan mengonsumsi jahe. Namun ingat, ibu hamil tidak boleh sembarang mengonsumsi asupan tertentu, khususnya obat-obatan tradisional. Oleh karena itu, konsultasikan

terlebih dahulu kepada dokter sebelum mengonsumsi jahe.

4. Osteoarthritis. Menurut sejumlah penelitian, rasa sakit akibat kondisi ini dapat diatasi dengan mengonsumsi ekstrak jahe. Senyawa kimia pada jahe dapat mengurangi zat kimia yang memicu peradangan sendi. Selain itu, jahe juga bias merangsang tubuh memproduksi asam salisilat, yaitu sebuah zat yang bias meringankan rasa sakit dan ketidaknyamanan.
5. Mual dan muntah usai operasi. Mengonsumsi jahe sebelum operasi sepertinya bias mengurangi rasa mual dan muntah setelah operasi. Selain dikonsumsi melalui mulut, mengoleskan minyak jahe pada pergelangan tangan juga sepertinya bias mencegah mual



IV. SIMPULAN DAN SARAN

1. SIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh mahasiswa yang mengabdikan di Metatuini, dapat disimpulkan bahwa:

- a. Pengertian Tanaman Obat
Tanaman obat merupakan segala jenis tumbuh-tumbuhan yang mempunyai khasiat atau kegunaan sebagai obat. Banyak bagian tumbuhan yang bias digunakan

sebagai obat, diantaranya adalah bagian buah, batang, daun, dan akar atau umbi. Oleh karena pentingnya tanaman-tanaman obat tersebut maka perlu kita mempelajarinya dengan baik sehingga dapat berdayaguna bagi kita.

Karena dengan perkembangan teknologi pula, semakin banyak tanaman obat tradisional yang telah bias dibuktikan khasiatnya secara laboratorium dan dijamin aman untuk dikonsumsi dan bias menyembuhkan penyakit tanpa menimbulkan efek samping.

McMillan & Schumacher, 2003.
<http://www.diaryapipah.com/2012/05/pengertian-penelitian-kualitatif.html>.

diakses pada 28 Februari 2017

Riduwan. 2004. *metode Riset*. Jakarta : Rineka Cipta

2. SARAN

Setelah melakukan penelitian ini peneliti dapat memberikan saran sebagai berikut:

- a. Untuk masyarakat
 - 1) Masyarakat harus lebih banyak menanam tanaman yang dapat dimanfaatkan sebagai olahan toga
 - 2) Masyarakat sebaiknya lebih bias memanfaatkan tanaman-tanaman yang ada di lingkungan sekitar mereka.
- b. Untuk team pengabdian
 - 1) Menemukan bahan olahan toga lain yang lebih banyak.
 - 2) Mengajarkan lebih banyak olahan toga pada masyarakat.
 - 3) Menciptakan inovasi-inovasi lain yang dapat membantu masyarakat dalam hal apa pun.

DAFTAR PUSTAKA

Fenty, 2015. *Makalah Tanaman Toga*.
<https://fentykurniasari.wordpress.com/author/fentyfenty/>. Diakses pada tanggal 24 februari 2017