



EDUKASI, PENGENALAN, DAN PENANAMAN TOGA SEBAGAI UPAYA MENINGKATKAN KESADARAN HIDUP SEHAT PESERTA DIDIK SDN KETANGIREJO 1 PASURUAN

Oleh

Nanda Lailatul Mukharromah

Universitas Negeri Malang

E-mail: nandalailatul1904216@students.um.ac.id

Article History:

Received: 07-02-2022

Revised: 15-02-2022

Accepted: 24-03-2022

Keywords:

Edukasi, TOGA, Hidup Sehat

Abstract: *Indonesia sebagai negara yang dikenal dengan keanekaragaman hayati yang tinggi memiliki banyak tanaman herbal yang tumbuh didalamnya. Berbagai macam tanaman herbal yang tumbuh di Indonesia menjadikan Indonesia memiliki potensi tinggi dalam mengembangkan dan memanfaatkannya secara optimal. Tanaman Obat Keluarga (TOGA) merupakan tanaman hasil budidaya yang memiliki khasiat membantu menyembuhkan penyakit serta menjaga kesehatan tubuh. Kesadaran akan pentingnya hidup sehat perlu ditanamkan sejak kecil. Hidup sehat bisa diwujudkan melalui pengkonsumsian obat-obatan herbal yang tidak memiliki efek samping seperti obat sintetis pada umumnya. Pembelajaran mengenai kesadaran hidup sehat dapat dituangkan dalam pembelajaran formal di sekolah melalui kegiatan edukasi tentang Tanaman Obat Keluarga (TOGA). Kegiatan pengabdian ini berlangsung melalui 3 tahap kegiatan yaitu pengenalan, perencanaan, dan pelaksanaan. Hasil yang didapatkan dari kegiatan ini adalah adanya peningkatan pengetahuan baru yang dimiliki oleh peserta didik tentang ruang lingkup dari Tanaman Obat Keluarga (TOGA) serta cara merawatnya agar dapat memberikan manfaat bagi banyak orang.*

PENDAHULUAN

Indonesia merupakan negara dengan keanekaragaman hayati yang tinggi. Sejak dahulu banyak penjahat yang memanfaatkan keanekaragaman hayati yang dimiliki oleh negara kita, contohnya seperti rempah-rempah. Berbagai macam tanaman tumbuh di negara kita tercinta ini, salah satunya adalah Indonesia memiliki berbagai jenis tanaman herbal yang memiliki potensi tinggi untuk dikembangkan dan dimanfaatkan secara optimal. Saat ini, banyak sekali masyarakat yang tertarik dengan pengobatan secara tradisional. Padahal sebelumnya, masyarakat berpikir bahwa mengkonsumsi tanaman obat merupakan pengobatan yang kuno dan dianggap tidak memberikan manfaat yang signifikan. Namun, seiring berjalannya waktu, masyarakat kembali tertarik dengan mengkonsumsi tanaman herbal atau obat dikarenakan mereka menganggap bahwa pengobatan konvensional



merupakan barang mewah bagi sebagian orang.

TOGA (Tanaman Obat Keluarga) merupakan sebuah tanaman hasil budidaya yang memiliki manfaat atau berkhasiat sebagai obat bagi masyarakat. TOGA (Tanaman Obat Keluarga) ini merupakan tanaman yang pemeliharaannya bersifat alami dan mudah ditanam atau dibudidayakan di sekitar halaman atau pekarangan rumah (Salsabila, Andriyanto, Herdiannisa, & Yuli, 2021). Seperti yang telah diketahui sebelumnya, TOGA (Tanaman Obat Keluarga) ini memiliki khasiat sebagai obat-obatan. Hal ini dikarenakan banyak sekali masyarakat yang memiliki kepercayaan bahwa obat herbal memiliki keunggulan dalam menyembuhkan penyakit dibandingkan dengan obat sintetik. Menurut kumar dan Shukla, 2022 dalam (Meilina, Dewi, & Nadia, Oktober 2020), sekitar 75–80% obat herbal menjadi pilihan utama bagi masyarakat di negara berkembang. Tidak adanya efek samping, harga yang relatif murah, dapat ditanam di pekarangan rumah merupakan beberapa keunggulan dari TOGA (Tanaman Obat Keluarga).

Mengkonsumsi tanaman herbal atau TOGA (Tanaman Obat keluarga) ini sejalan dengan Peraturan Pemerintah Nomor 103 tahun 2014 tentang Pelayanan Kesehatan Tradisional pada pasal 70 yang menyatakan bahwa masyarakat dapat melakukan perawatan kesehatan secara mandiri dengan benar dengan memanfaatkan Tanaman Obat Keluarga (TOGA). Selain itu, pemerintah juga mendukung tentang pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) yang dapat dilihat dari Keputusan Menteri Kesehatan RI Np. 381/Menkes/SK/III/2007 dalam salah satu subsistem dari Sistem Menkes tersebut. Telah disebutkan dalam Keputusan Menkes tersebut, bahwa dalam pengembangan dan peningkatan penelitian uji klinis pemanfaatan obat tradisional ditujukan agar diperoleh obat tradisional yang bermutu tinggi, aman, memiliki khasiat nyata yang teruji secara ilmiah, dan dimanfaatkan secara luas, baik digunakan sendiri maupun dalam pelayanan kesehatan formal (Pamungkas, Alamsyah, Nikhayatul, & Hanik, Maret 2021). WHO (*World Health Organization*) juga mencanangkan gaya hidup sehat dengan cara *back to nature* atau kembali ke alam (Yuliana, Ruswanto, & Gustaman, 2021).

Rencana Strategi Kementerian Kesehatan Republik Indonesia 2015–2019 memberikan pengertian bahwa kesehatan merupakan faktor penting yang dapat mendukung terwujudnya masyarakat yang sejahtera. Oleh karena itu, prioritas yang perlu diperhatikan adalah kesehatan masyarakat. Pengenalan Tanaman Obat keluarga (TOGA) kepada anak-anak merupakan salah satu solusi yang sangat bagus untuk meningkatkan kesadaran hidup sehat sejak dini. Usia dini adalah usia emas atau *golden age* dimana perkembangan dalam berpikir, pembentukan karakter, dan kepribadian anak khususnya bertingkah laku kedewasaan sedang berlangsung secara berkesinambungan (Julianti & Ressaydy, Juli 2020). Pendidikan karakter perlu diberikan kepada anak sejak awal periode anak dikarenakan pertumbuhan sampai perkembangan kehidupan manusia terjadi pada periode tersebut.

Pendidikan karakter anak ini dapat diperoleh di bangku sekolah dengan mata pelajaran yang telah ditetapkan oleh kementerian pendidikan. Peran dari sekolah dalam hal membentuk lingkungan sekolah yang sejuk dan asri dapat dilakukan dengan pengenalan terhadap beragam tanaman. Namun, permasalahan lain yang muncul ketika dilakukan pembelajaran tersebut adalah terdapat beberapa sekolah yang tidak memiliki pekarangan atau halaman sekolah yang luas, khususnya sekolah-sekolah yang berada di daerah perkotaan. Tanaman yang cocok untuk ditanam di lahan yang tidak terlalu luas salah satunya adalah Tanaman Obat keluarga (TOGA). Selain hemat tempat, Tanaman Obat Keluarga



(TOGA) ini dapat dijadikan sebagai wahana pembelajaran bagi peserta didik sekolah dasar dalam mengenal beragam tanaman obat. Edukasi Tanaman Obat Keluarga (TOGA) merupakan salah satu pembelajaran yang efektif dan solutif yang dapat dijadikan sebagai wahana pembentukan karakter dan prinsip kemandirian peserta didik dalam upaya pengobatan keluarga serta kesadaran hidup sehat.

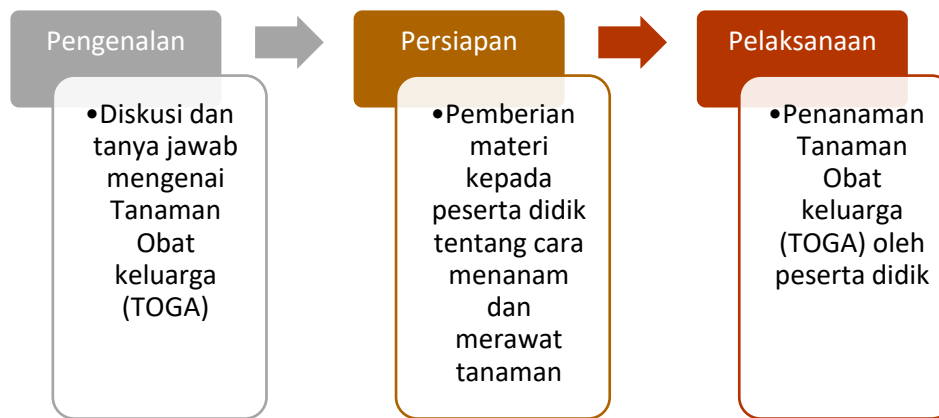
METODE

Pengabdian ini dilakukan dengan beberapa tahapan, tahapan yang pertama adalah tahapan pengenalan, yang kedua adalah tahapan perencanaan, dan yang ketiga adalah tahapan pelaksanaan dengan topik utama yaitu edukasi, pengenalan, dan penanaman Tanaman Obat keluarga (TOGA) sebagai upaya meningkatkan kesadaran hidup sehat peserta didik SDN Ketangirejo 1 Pasuruan. Peserta edukasi ini meliputi peserta didik SDN Ketangirejo 1 pasuruan mulai dari kelas 4 sampai dengan kelas 6. Kegiatan ini dilakukan dengan bantuan dan campur tangan mahasiswa tim program kampus mengajar angkatan 3 sebagai salah satu dari program kerja yang telah direncanakan oleh tim.

Tahapan pertama adalah tahapan pengenalan Tanaman Obat keluarga (TOGA) kepada peserta didik. Tahap ini dimulai dari kegiatan tanya jawab mengenai pengertian dan apa yang mereka ketahui dari Tanaman Obat Keluarga (TOGA) tersebut. Kemudian kegiatan selanjutnya yang dilakukan adalah pemberian materi mengenai pengenalan Tanaman Obat Keluarga (TOGA), jenis-jenis Tanaman Obat keluarga (TOGA), dan pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) untuk berbagai macam penyakit. Dalam kegiatan ini, peserta didik terlibat aktif dimana peserta didik melakukan diskusi dan tanya jawab bersama mengenai topik utama yang dibahas yaitu Tanaman Obat Keluarga (TOGA).

Tahapan kedua dari kegiatan ini yaitu tahapan perencanaan. Pada tahapan ini berisi mengenai rencana yang akan dilakukan pada kegiatan selanjutnya. Dalam tahapan ini kegiatan yang dilakukan adalah menjelaskan kepada peserta didik cara menanam Tanaman Obat Keluarga (TOGA) yang telah mereka bawa dari rumah masing-masing. Selain itu, kegiatan lainnya yang dilakukan dalam tahapan ini adalah penjelasan mengenai cara merawat Tanaman Obat Keluarga (TOGA) agar tetap tumbuh dan berkembang serta dapat memberikan manfaat bagi warga sekolah. Selama kegiatan diskusi dan tanya jawab, peserta didik diberikan *gift* bagi siapa yang bisa menjawab pertanyaan dengan benar. Hal tersebut dapat meningkatkan antusiasme peserta didik dalam kegiatan yang sedang berlangsung.

Tahapan pelaksanaan merupakan tahapan ketiga dan terakhir dalam kegiatan ini. Dalam tahapan ini, peserta didik telah memiliki bekal yang cukup pada tahapan sebelumnya dan siap untuk melakukan penanaman Tanaman Obat Keluarga (TOGA). Peserta didik diminta untuk mempersiapkan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) yang telah mereka siapkan dari rumah. Selanjutnya peserta didik mencampurkan tanah dengan pupuk organik yang akan digunakan sebagai media tanam. Kegiatan berikutnya yaitu penanaman Tanaman Obat Keluarga (TOGA) oleh peserta didik dalam *polybag* yang telah disiapkan. Kegiatan pembinaan juga dilakukan kepada peserta didik seperti penyiraman tanaman, pemberian pupuk organik, serta menempatkan tanaman di tempat yang terdapat cukup sinar matahari. Selain kegiatan pembinaan, kegiatan pengawasan juga dilakukan oleh peserta didik dengan melakukan pengawasan terhadap tanaman masing-masing setiap 2 minggu sekali. Tanaman yang mereka tanam merupakan tanggung jawab masing-masing peserta didik.



Gambar 1. Metode Pelaksanaan Kegiatan

Sumber: Peneliti

HASIL

Kegiatan Edukasi, Pengenalan, dan penanaman TOGA Sebagai Upaya Meningkatkan Kesadaran Hidup Sehat peserta Didik SDN Ketangirejo 1 Pasuruan berjalan dengan baik dan lancar. Kegiatan edukasi ini dilaksanakan pada tanggal 27 Mei 2022 di halaman SDN Ketangirejo 1 Pasuruan. Kegiatan ini berlangsung dengan bantuan dan campur tangan mahasiswa tim kampus mengajar angkatan 3 yang ikut serta dalam merealisasikan program kerja yang telah direncanakan. Partisipan dalam kegiatan ini adalah peserta didik kelas 4, 5, dan 6 SDN Ketangirejo 1 Pasuruan yang berjumlah 16 peserta didik. Seperti yang telah diketahui sebelumnya dalam bab metode, tahapan dalam kegiatan ini terbagi menjadi 3 bagian, yaitu tahapan pengenalan, perencanaan, dan pelaksanaan.

Tahapan pertama yaitu tahapan pengenalan Tanaman Obat keluarga (TOGA) kepada peserta didik. Pada tahapan ini peserta didik melakukan diskusi dan tanya jawab mengenai ruang lingkup Tanaman Obat Keluarga (TOGA). Mulai dari pengertian TOGA, manfaat atau khasiat TOGA, jenis-jenis TOGA, kandungan TOGA, serta contoh TOGA yang berada di sekitar lingkungan dan sering dijumpai. Dari kegiatan ini, didapatkan hasil bahwa pengetahuan peserta didik tentang Tanaman Obat keluarga (TOGA) hanya sebatas tanaman obat saja. peserta didik masih belum mengetahui secara lebih dalam pengertian spesifik mengenai Tanaman Obat Keluarga (TOGA) tersebut serta ruang lingkungannya. Oleh karena itu, tahapan pengenalan ini dapat membantu peserta didik dalam menambah pengetahuan mereka mengenai Tanaman Obat keluarga (TOGA) dan ruang lingkungannya. Peserta didik diberikan materi mengenai pengertian TOGA, manfaat atau khasiat TOGA, jenis-jenis TOGA, kandungan TOGA, serta contoh TOGA yang berada di sekitar lingkungan dan sering dijumpai. Tahapan ini tidak hanya berisi pemberian materi, namun peserta didik terlibat aktif dalam bertanya, menjawab, dan melakukan diskusi mengenai topik utama yang dibahas.



Gambar 2. Edukasi Tanaman Obat Keluarga (TOGA)
Sumber: Dokumentasi Pribadi

Tahapan kedua setelah pengenalan adalah pemberian materi mengenai cara menanam dan merawat Tanaman Obat Keluarga (TOGA) dimana kegiatan tersebut terdapat pada tahapan perencanaan. Kegiatan yang dilakukan dalam kegiatan ini yaitu mempersiapkan peserta didik untuk selanjutnya melakukan penanaman tanaman. Perencanaan dilakukan dengan memberikan materi mengenai cara menanam tanaman yang baik agar tanaman bisa tetap tumbuh dengan baik. Pemberian materi ini dilakukan agar peserta didik tidak melakukan kesalahan dalam kegiatan menanam. Dalam tahapan ini juga peserta didik diberitahu bentuk pupuk organik yang akan digunakan sebagai campuran media tanam untuk menyuburkan tanaman. Selain pemberian materi cara menanam tanaman yang baik, peserta didik juga diberikan materi mengenai cara merawat tanaman agar tanaman dapat tumbuh dengan baik dan subur. Dalam kegiatan ini juga peserta didik diberikan tanggung jawab untuk merawat tanamannya masing-masing agar tetap tumbuh dan berkembang serta dapat memberikan manfaat bagi seluruh warga sekolah.



Gambar 3. Pemberian Materi Cara Menanam dan Merawat TOGA
Sumber: Dokumentasi Pribadi



Tahapan ketiga dan terakhir dalam kegiatan edukasi ini adalah tahapan pelaksanaan, dimana peserta didik diminta untuk menanam Tanaman Obat Keluarga (TOGA) yang telah mereka siapkan dari rumah masing-masing. Sebelumnya peserta didik diminta untuk menyebutkan nama masing-masing tanaman yang mereka siapkan serta khasiatnya bagi kesehatan. Selanjutnya peserta didik mencampurkan pupuk organik yang telah disediakan dengan tanah yang kemudian akan digunakan sebagai media tanam. Kegiatan selanjutnya yaitu penanaman Tanaman Obat Keluarga (TOGA) oleh masing-masing peserta didik pada *polybag* yang telah disediakan. Sebelumnya, peserta didik diminta untuk memberikan nama pada *polybag* yang akan mereka gunakan untuk mengetahui pemilik dari tanaman tersebut dan siapa yang bertanggung jawab atas tanaman tersebut. Berikutnya, peserta didik juga melakukan kegiatan pembinaan dan pengawasan terhadap Tanaman Obat Keluarga (TOGA) yang meliputi kegiatan menyiram tanaman, memberikan pupuk, menempatkan di tempat yang terdapat cukup sinar matahari, dan melakukan pengawasan selama 2 minggu sekali untuk masing-masing peserta didik sebagai bentuk tanggung jawab terhadap tanaman yang ditanam.





Gambar 4. Kegiatan Penanaman TOGA Oleh Peserta Didik
Sumber: Dokumentasi Pribadi

DISKUSI

Hasil kajian dari pengabdian kepada peserta didik SDN Ketangirejo 1 Pasuruan ini sejalan dengan temuan (Julianti & Ressandy, Juli 2020) yang juga menemukan bahwa kegiatan sosialisasi Tanaman Obat Keluarga (TOGA) memberikan manfaat yang baik bagi peserta didik. Kegiatan pengabdian ini juga dapat dijadikan sebagai bahan ajakan kepada anak-anak untuk menjaga kesehatan dengan rajin dalam mengkonsumsi obat herbal agar daya tahan tubuh anak selalu terjaga. Kegiatan edukasi yang telah dilaksanakan ini diharapkan dapat menambah wawasan peserta didik tentang ruang lingkup Tanaman Obat Keluarga (TOGA) serta dapat meningkatkan kesadaran hidup sehat peserta didik dengan mengkonsumsi hasil dari olahan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) yang mereka tanam.



Gambar 5. Sesi Foto Bersama Peserta Didik Sebagai Partisipan
Sumber: Dokumentasi Pribadi



PENUTUP

Kesimpulan

Kegiatan edukasi, pengenalan, dan penanaman TOGA sebagai upaya meningkatkan kesadaran hidup sehat peserta didik SDN Ketangirejo 1 Pasuruan ini berjalan dengan baik dan lancar. Antusiasme peserta didik dalam kegiatan dapat membuktikan bahwa kegiatan yang terlaksana disambut dengan hangat dan semangat. Hasil akhir yang didapatkan dari kegiatan ini adalah pengetahuan tentang ruang lingkup TOGA yang kurang dimiliki oleh peserta didik serta belum pernah diadakan kegiatan penanaman tanaman di lingkungan sekolah. Kegiatan edukasi ini diharapkan memberikan dampak yang baik bagi peserta didik dan warga sekolah lainnya. Selanjutnya, diperlukan pengawasan lanjutan terhadap TOGA yang telah ditanam agar menghasilkan buah yang dapat bermanfaat sebagai obat bagi peserta didik dan warga sekolah lainnya. Penting untuk peserta didik mengkonsumsi obat herbal untuk memperkuat daya tahan tubuh serta menjaga tubuh selalu sehat.

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Rasa terimakasih sebesar-besarnya ditujukan kepada pihak-pihak yang turut andil dan terlibat baik dalam waktu maupun tenaga dalam pelaksanaan kegiatan edukasi ini, khususnya bagi mahasiswa tim kampus mengajar angkatan 3 yang telah membantu dalam proses kegiatan edukasi ini sehingga kegiatan berjalan dengan lancar. Terimakasih juga ditujukan kepada Kepala SDN Ketangirejo 1 Pasuruan yang mengizinkan untuk dilaksanakannya kegiatan edukasi ini.

DAFTAR REFERENSI

- [1] Julianti, T. B., & Ressandy, S. S. (Juli 2020). Program Edukasi TOLUNI (Tanaman Obat Keluarga Usia Dini) di SDN 015 Kota Samarinda. *Abdi Geomedisains Vol. 1, (1)*, 33–38.
- [2] Meilina, R., Dewi, R., & Nadia, P. (Oktober 2020). Sosialisasi Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) Untuk Meningkatkan Imun Tubuh di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Pengabdian Masyarakat (Kesehatan) Vol.2 No.2*, 89–94.
- [3] Pamungkas, S. J., Alamsyah, M. R., Nikhayatul, A., & Hanik, D. S. (Maret 2021). Sosialisasi Penggunaan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) Untuk Mewujudkan Masyarakat Sehat di Kelurahan Wates. *ABDIPRAJA (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat) Volume 2, No. 1*, 71–76.
- [4] Salsabila, D. H., Andriyanto, R., Herdiannisa, Z. A., & Yuli, S. (2021). Edukasi dan Menanam Tanaman Obat Keluarga (TOGA) di Masa Pandemi Covid 19. *Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ*, 1–5.
- [5] Yuliana, A., Ruswanto, & Gustaman, F. (2021). Sosialisasi Pengetahuan dan Pemahaman Masyarakat Tentang Tanaman Obat Keluarga (TOGA). *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) Vol. 4, No. 2*, 365–372.