



PKM Pembuatan Kebun Tanaman Obat Keluarga (TOGA) dalam Upaya Peningkatan Imunitas Tubuh Pada Masa Pandemi Covid-19

Alfieta Rohmaful Aeni^{1*}, Tri Dyah Astuti²

^{1,2}Prodi Radiologi/Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Aisyiyah Yogyakarta

*Email: rohmaful.aeni.alfieta@unisayogya.ac.id

yang diakibatkan bakteri, virus, dan parasit yaitu sistem kekebalan tubuh atau

Abstrak

Keywords:
covid-19; imun;
TOGA

Pandemi Covid-19 hingga saat ini masih menjadi permasalahan di Indonesia. Sama halnya dengan penyakit lain yang disebabkan oleh virus atau bakteri, imunitas tubuh berperan penting dalam mencegah terjangkitnya penyakit-penyakit tersebut serta membunuh virus dan bakteri yang telah terlanjur masuk ke dalam tubuh. Sistem imun dapat ditingkatkan atau ditekan, salah satunya dengan imunomodulator. Tanaman obat keluarga (TOGA) merupakan salah satu herbal yang dapat digunakan sebagai imunostimulan. Setiap keluarga dapat membudidayakan tanaman obat secara mandiri dan memanfaatkannya, sehingga akan terwujud prinsip kemandirian dalam pengobatan keluarga, termasuk dalam upaya untuk meningkatkan imunitas tubuh di masa Pandemi Covid-19 ini. Tujuan dari PKM ini adalah untuk memberikan wawasan kepada masyarakat agar dapat memanfaatkan TOGA sebagai penambah imun tubuh di masa Pandemi Covid-19. PKM dilakukan secara daring yaitu melalui platform Whatsapp dengan menggunakan media video.

1. PENDAHULUAN

Pandemi Covid-19 hingga saat ini masih menjadi permasalahan di Indonesia. Belum adanya vaksin yang benar-benar mampu mencegah virus Corona juga menjadi permasalahan tersendiri. Coronavirus adalah jenis virus yang menyebabkan penyakit mulai dari gejala ringan sampai berat [1]. Kendati demikian, telah banyak pasien yang sebelumnya terjangkit Corona telah dinyatakan sembuh.

Sama halnya dengan penyakit lain yang disebabkan oleh virus atau bakteri, imunitas tubuh berperan penting dalam mencegah terjangkitnya penyakit-penyakit tersebut serta membunuh virus dan bakteri yang telah terlanjur masuk ke dalam tubuh [2]. Tubuh manusia pada umumnya memiliki suatu sistem sel yang dapat mencegah tubuh terserang penyakit

sistem imun [3]. Sistem ini dapat menetralkan atau menginaktifkan molekul asing dan menghancurkan sel atau mikroorganisme lain. Sel sistem imun tersebar di seluruh tubuh manusia dalam darah, limfe, dan jaringan, dan jaringan epitel dan jaringan ikat; tersusun dalam nodus sferis kecil yang disebut nodul limfoid yang ditemukan dalam jaringan ikat dan sejumlah organ; dan tersusun dalam organ limfoid yang lebih besar – nodus limfe, limpa, timus, dan sumsum tulang. Sistem imunitas tubuh memiliki fungsi yaitu membantu perbaikan DNA manusia; mencegah infeksi yang disebabkan oleh jamur, bakteri, virus, dan organisme lain; serta menghasilkan antibodi (sejenis protein yang disebut imunoglobulin) untuk memerangi serangan bakteri dan virus asing ke dalam



tubuh [3]. Tugas sistem imun adalah mencari dan merusak invader atau penyerbu yang membahayakan tubuh manusia [4]. Dengan adanya sistem kekebalan tubuh ini tubuh manusia dapat bertahan dari serangan penyakit.

Pada kondisi resiko tinggi terjadinya infeksi Covid-19 ini, diperlukan imunostimulan untuk meningkatkan kemampuan tubuh menangkal infeksi virus. Dewasa ini, senyawa-senyawa yang berasal dari vitamin dan herbal dapat digunakan sebagai imunostimulan. Tanaman obat keluarga (TOGA) merupakan salah satu herbal yang dapat digunakan sebagai imunostimulan. Tumbuhan obat dan obat tradisional sejak zaman dahulu memainkan peranan penting dalam menjaga kesehatan, mempertahankan stamina dan mengobati penyakit [5].

Tanaman obat keluarga (TOGA) adalah tanaman hasil budidaya rumahan yang berkhasiat sebagai obat. Taman obat keluarga pada hakekatnya adalah sebidang tanah, baik di halaman rumah, kebun ataupun ladang yang digunakan untuk membudidayakan tanaman yang berkhasiat sebagai obat dalam rangka memenuhi keperluan keluarga akan obat-obatan [6]. Kebun tanaman obat atau bahan obat dan selanjutnya dapat disalurkan kepada masyarakat, khususnya obat yang berasal dari tumbuh-tumbuhan. Budidaya tanaman obat untuk keluarga (TOGA) dapat memacu usaha kecil dan menengah di bidang obat-obatan herbal sekalipun dilakukan secara individual. Setiap keluarga dapat membudidayakan tanaman obat secara mandiri dan memanfaatkannya, sehingga akan terwujud prinsip kemandirian dalam pengobatan keluarga, termasuk dalam upaya untuk meningkatkan imunitas tubuh di masa Pandemi Covid-19 ini.

Berdasarkan observasi awal bahwa Dusun Kradenan Selatan terletak 17 km dari Gunung Merapi. Dusun Kradenan Selatan terbagi menjadi 5 RT. Hasil observasi awal menunjukkan bahwa maka terdapat beberapa permasalahan sebagai berikut: (1) Terdapat warga yang positif

Covid-19 di wilayah dusun Kradenan Selatan. (2) Banyak warga yang belum melakukan pencegahan penularan virus Covid-19, seperti meningkatkan imunitas tubuh dan menjaga kebersihan. (3) Belum tersedia Tanaman Obat Keluarga pada pekarangan warga.

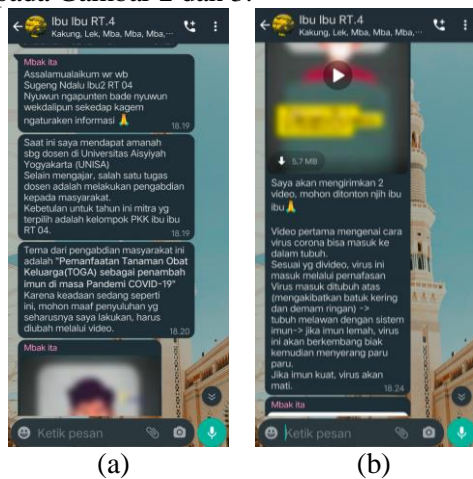
Guna mengatasi permasalahan yang dihadapi oleh mitra, maka perlu dipikirkan suatu jalan yang sistematis, tepat guna dan berkesinambungan yang dapat memecahkan permasalahan dari mitra. Berdasarkan hasil diskusi Tim Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) dengan Mitra maka disepakati berbagai rencana kegiatan yang diharapkan akan menjadi solusi bagi mitra, yaitu: (1) Melakukan sosialisasi tentang Covid-19. (2) Melakukan sosialisasi tentang Tanaman Obat Keluarga (TOGA). (3) Membuat kebun TOGA.

2. METODE

Pelaksanaan kegiatan PKM ini dilakukan dengan metode kaji tindak partisipatif, yaitu dengan melakukan identifikasi dan analisis situasi tentang permasalahan yang dihadapi mitra, selanjutnya memberikan solusi, berupa sosialisasi tentang Covid-19 dan Pemanfaatan TOGA sebagai peningkat imun, serta membuat kebun TOGA di salah satu pekarangan warga. Tahapan pelaksanaan PKM adalah sebagai berikut: (1) Identifikasi Baseline; terdapat warga yang terserang virus Covid-19 (2) Identifikasi Permasalahan; hanya sebagian kecil warga yang melakukan pencegahan penularan virus Covid-19 seperti meningkatkan imunitas tubuh dan menjaga kebersihan, serta belum ada pemanfaatan pekarangan warga untuk membuat TOGA (3) Penentuan Solusi yang ditawarkan; sosialisasi mengenai Covid-19 dan TOGA, serta membuat kebun TOGA di salah satu pekarangan warga (4) Pelaksanaan PKM; sosialisasi tentang Covid-19 dan pemanfaatan TOGA sebagai penambah imun secara virtual, melalui platform *whatsapp* dengan media video; pembuatan kebun TOGA (5) Monitoring dan Evaluasi ;

Mitra memahami tentang Covid-19 dan pemanfaatan TOGA sebagai penambah imun serta dapat mempraktikkan pembuatan TOGA pada pekarangannya.

Sedangkan metode pelaksanaan kegiatan PKM disusun sebagai berikut; (1) Sosialisasi program dan perijinan (2) Pelaksanaan sosialisasi (secara daring) dan praktik pembuatan TOGA (3) Evaluasi Kegiatan. Metode pelaksanaan kegiatan PKM secara daring dapat dilihat pada Gambar 1, sedangkan tampilan awal media video yang digunakan terdapat pada Gambar 2 dan 3.



Gambar 1. Pelaksanaan Kegiatan PKM Daring (a) Pembukaan (b) Pembahasan Video



Gambar 2. Video Penjelasan Mengenasi



Gambar 3. Video Penjelasan Pemanfaatan TOGA sebagai Penambah Imun

3.HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat diawali dengan kegiatan diskusi antara mitra dan tim PKM yang dimulai pada September 2020. Kegiatan ini bertujuan untuk melakukan observasi awal dan diskusi mengenai rencana kegiatan PKM yang dapat dilaksanakan sesuai analisis situasi berdasarkan observasi. Pertemuan dengan mitra menghasilkan kesepakatan pelaksanaan PKM. Mitra mendukung adanya sosialisasi mengenai Covid-19 dan pemanfaatan TOGA serta pembuatan kebun TOGA untuk menambah wawasan warga dengan syarat sasaran yang dituju adalah tepat. Oleh karena itu, mitra menyarankan, sasaran sosialisasi warga dusun diwakili oleh anggota PKK Dusun Kradenan Selatan. Pada rencana awal, kegiatan PKM akan dilaksanakan secara tatap muka, akan tetapi mengingat kondisi semakin mewabahnya virus Covid-19 di kawasan dusun, maka mitra menyarankan untuk melaksanakan kegiatan secara daring. Oleh karena itu, PKM dilaksanakan dengan bantuan video yang disampaikan melalui media *Whatsapp*. Terdapat 2 video yang digunakan pada PKM ini, yang pertama adalah video dari *Youtube* dengan kanal narasiTV (2020) dengan judul “Bagaimana Virus SARS-Cov-2 Menyerang Tubuh Manusia” dan video yang kedua yaitu video yang dikembangkan penulis dengan judul “Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga sebagai Penambah Imun di Masa Pandemi Covid-19”. Video pertama berisi tentang cara Covid-19 menyerang tubuh manusia, sedangkan video kedua berisi tentang cara penggunaan TOGA untuk menambah imun yang dapat digunakan untuk menyerang virus Covid-19 serta cara mencegah tertularnya.

Pada tahap selanjutnya adalah pelaksanaan pendampingan peningkatan pengetahuan tentang Covid-19 dan TOGA secara daring. Pembuatan kebun TOGA dilaksanakan dengan memberikan tanaman bibit tanaman Jahe Merah kepada salah satu warga, kemudian ditanam di pekarangannya. Peserta



berterimakasih atas sosialisasi yang telah dilaksanakan karena dapat membuka wawasan bahwa tanaman-tanaan yang ada di sekitar ternyata dapat dimanfaatkan sebagai penambah imun di masa pandemi Covid-19.

4. KESIMPULAN

Virus Covid-19 yang mulai mewabah pada awal tahun 2020 akhirnya menyerang hingga ke desa-desa, termasuk pada Dusun Kradenan Selatan. Permasalahan pada Dusun Kradenan Selatan adalah kurangnya pengetahuan tentang Covid-19 dan kurangnya tindakan pencegahan yang dilakukan warga. Melalui kegiatan PKM, warga dapat menambah wawasan mengenai Covid-19 beserta cara mencegahnya, serta pengetahuan mengenai pemanfaatan TOGA sebagai penambah imun, yang mana dibutuhkan di masa Pandemi Covid-19 ini. Warga juga dapat membuat kebun TOGA sendiri di pekarangannya untuk menyediakan peningkatan sistem imun di masa pandemi Covid-19.

- [5] Parawansah, Esso A, Saida. Sosialisasi pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga sebagai upaya untuk meningkatkan imunitas tubuh di tengah pandemic di kota Kendari. *Community Engagement in Health*. 2020; 3(2):352-328.
- [6] Kementerian Pertanian RI. *Buku saku Tanaman Obat keluarga*. Balai Besar Pengkajian Dan Pengembangan Teknologi Pertanian Badan Penelitian Dan Pengembangan Pertanian Kementerian Pertanian. Jawa Barat: Kementerian Pertanian RI; 2015.

REFERENSI

- [1] Wibowo D.E, Madusaei B.D, Ardianingsih A. Pemberdayaan keluarga menghadapi pandemi Covid-19 dengan penanaman dan pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga di Kelurahan Degayu Kecamatan Pekalongan. *ABDIMAS*. 2020; 1(1):16-19.
- [2] Melia R, Dewi R, Nadia P. Sosialisasi pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) untuk meningkatkan imn tubuh di masa pandemic Covid-19. *Pengabdian Kepada Masyarakat*. 2020; 2(2).
- [3] Fatmah F. Respons imunitas yang rendah pada tubuh manusia usia lanjut. *Makara Kesehatan*. 2006; 10(1):47-53.
- [4] Rahma N.A, Alfiniyah C, Windarto. Analisis dan strategi pengendalian model matematika interaksi sel kanker leukemia mielositik kronis dan sel imunitas. *Contemporary Mathematics and Applications*. 2020; 2(2):89-96.