

SOSIALISASI PEMANFAATAN TOGA AGAR KELUARGA MANDIRI DAN BERDAYA KESEHATAN MENGHADAPI PANDEMI COVID-19 DI KELURAHAN RAJABASA BANDAR LAMPUNG

Bangun Suharti¹, Tina Kartika², Fri Rejeki N,³, Drs. Sugiyanta, ^{*4}

^{1,2,3,4}Ilmu Komunikasi Fisip Universitas Lampung; Rajabasa, fakultas@fisip.unila.ac.id

*bangun.suharti@fisip.unila.ac.id.

ABSTRAK

Keluarga perlu diberikan pengertian dan pemahaman tentang pentingnya mandiri dan berdaya kesehatan di masa pandemi Covid-19 ini. Sulit untuk menghindari virus dan bakteri, sebab ia tidak nampak dan selalu ada disekitar kita. Penerapan protokol kesehatan harus diimbangi dengan kemampuan dan kesiagaan setiap keluarga menghadapi serangan virus dan bakteri penyakit. Keluarga yang mandiri dan berdaya kesehatan, tentunya tidak bergantung kepada tenaga medis dan rumah sakit, sebab bersifat preventif dan mandiri. Kenyataan bahwa di masa pandemi ini rumah sakit dipenuhi oleh pasien COVID-19, maka upaya memberdayakan dan memandirikan keluarga sehat, merupakan upaya yang sangat strategis. Pengabdian masyarakat ini dilakukan dalam bentuk sharing ilmu, diskusi dan testimoni mengenai manfaat dan pemanfaatan TOGA dan herbal berkhasiat obat. Kegiatan bertujuan meningkatkan pengetahuan, pemahaman dan motivasi peserta dalam memanfaatkan TOGA dan obat herbal sebagai upaya keluarga mandiri dan berdaya kesehatan menghadapi pandemi Covid -19. Tindak lanjut kegiatan adalah memberikan bibit tanaman TOGA ditambah hadiah bibit pisang Cavendish kepada seluruh peserta sebanyak 20 orang.

Kata Kunci : TOGA, pandemi Covid-19, keluarga mandiri dan berdaya kesehatan.

PENDAHULUAN

Pendahuluan berisi tentang latar belakang penelitian yang berkaitan dengan beberapa penelitian yang telah dilakukan). *Gap Analysis* dalam penelitian harus diperjelas yang terdiri dari : (i) *State of the art* (apa yang diketahui sejauh ini tentang topik yang diteliti, (ii) *GAP* (apa yang masih menjadi pertanyaan?, apa yang masih belum diketahui?), (iii) *Novelty* (apa kontribusi penelitian ini dalam menjawab pertanyaan?. Pada pendahuluan menggunakan sitasi dari buku atau jurnal. Untuk kutipan lebih dari dua penulis, pakai "et al". (Palatino Linotype 12 pt) Kecamatan Rajabasa merupakan salah satu kecamatan di kotamadya Bandar Lampung, berkantor di samping terminal induk Rajabasa, Bandar Lampung. Kecamatan Rajabasa terdiri dari 7 kelurahan. Kelurahan tersebut yakni : Kelurahan Rajabasa Raya, Rajabasa Utama, Gedong Meneng, Gedong Meneng Baru, Rajabasa, Rajabasa Jaya, Rajabasa Nunyai. Batas Wilayah Kecamatan Rajabasa adalah di sebelah Utara wilayah kabupaten Lampung Selatan, sebelah Timur wilayah kabupaten Lampung

Selatan, Tanjung Senang dan Labuhan Ratu. Sebelah selatan kecamatan Kemiling dan Langkapura. Bagian barat merupakan wilayah Lampung Selatan.

Di Kecamatan Rajabasa, tanaman herbal yang biasa disebut orang Jawa sebagai empon-empon, pemanfaatannya masih sebatas sebagai tanaman bumbu-bumbu penyedap masakan keluarga. Masyarakat pada umumnya belum membudidayakan herbal sebagai tanaman obat keluarga, karena tanaman TOGA umumnya tidak bernilai estetik serta pemanfaatannya kurang praktis (Febriansah, Pemberdayaan Kelompok Tanaman Obat Keluarga Menuju Keluarga Sehat Di Desa Sumberadi, Mlati, Sleman, 2017).

Sebenarnya, tanaman herbal yang merupakan tanaman rempah-rempah, memiliki khasiat obat yang mujarab untuk mengobati berbagai penyakit keluarga. Tanaman kunyit, dapat mengobati penyakit typhus, campak dan penurun panas karena bersifat antibiotik dan analgesik. Tanaman temulawak dapat digunakan sebagai obat hepatitis dan obat asam lambung (maag) karena terkenal sebagai anti radang dan hepatoprotektor. Sambiloto dan brotowali yang biasa dikenal sebagai jamu pahitan dalam jamu gendong, sangat ampuh sebagai obat anti virus. Lidah buaya, (Aloe Vera) telah lama sebagai obat andalan di negeri Cina, karena khasiatnya yang luar biasa. Sangat manjur untuk luka bakar, luka lambung dan pembengkakan, sehingga sangat baik untuk obat oles pada gondongan yang sering menyerang anak kecil, luka bakar dan memar bengkak, obat kerontokan dll. (Aji & Pratiwi, 2017). Herbal lain yang berkasiat obat adalah bunga tapak doro, daun sirsak dan rumput mutiara, sangat manjur sebagai obat kanker.

TOGA atau tanaman obat keluarga adalah tanaman obat yang dimiliki oleh keluarga, ditanam untuk keperluan pengobatan keluarga. (Rahmawati, Hardiyanto, Azhari, & Suminar, 2019) harus mulai digalakkan Kembali melalui kebijakan perangkat kelurahan, terutama RT yang langsung berhubungan dengan keluarga. Perangkat RT harus dilibatkan dan diberikan penyuluhan, untuk dapat berperan aktif mendorong warganya agar setiap keluarga atau minimal RT memiliki kebun percontohan tanaman obat keluarga. Hal ini karena keluarga harus diberdayakan untuk dapat mencegah sekaligus mengobati jika penyakit menyerang keluarga. Keluarga tidak perlu selalu mengandalkan fasilitas medis yang harganya mahal dan seringkali sangat merepotkan jika anggota keluarga harus dirawat di rumah sakit. Pasien dapat ditangani keluarga di rumah, sehingga secara ekonomi dapat terjadi penghematan dan secara sosial, keluarga tetap dapat melakukan aktivitas seperti biasa sambil merawat keluarga yang sakit. Rumah sakit harus ditempatkan sebagai alternatif terakhir, jika keluarga tidak dapat menangani sendiri, seperti kasus kecelakaan yang memerlukan jahitan luka oleh tenaga medis atau penganan operasi yang memerlukan peralatan dan penanganan khusus.

Pada masa pandemi Covid-19 ini, penguatan keluarga untuk berdaya dan mandiri Kesehatan sangat diperlukan. Hal ini guna mendukung program pemerintah dan dunia, agar percepatan penularan dapat dicegah dan dihindari. Pelaksanaan protokol kesehatan sebuah keharusan, namun peningkatan daya tahan tubuh juga sangat perlu guna mewujudkan herd immunity (imunitas kelompok masyarakat/

komunitas). Bermula dari imunitas keluarga (herd family), maka akan terwujud herd immunity. Tak dapat dipungkiri kenyataan bahwa banyak rumah sakit yang penuh oleh pasien Covid-19, dari waktu ke waktu semakin tinggi jumlah pasien Covid-19 di Indonesia. (Meri, Khusnul, Suhartatik, Mardiana, & Nurpalah, 2020). Hal ini menjadikan kesadaran pentingnya ketahanan kesehatan keluarga perlu ditingkatkan. Peningkatan derajat kesehatan ini, dapat dilakukan dengan pemberdayaan masyarakat untuk sadar menggunakan TOGA sebagai alternatif membantu meningkatkan kesehatan keluarga. TOGA atau jamu, sudah digunakan secara turun temurun sebagai obat peningkat stamina.

Partisipasi dari seluruh elemen masyarakat penting dalam upaya pemberdayaan masyarakat bidang kesehatan. Konferensi Internasional tentang Promosi Kesehatan ke-7 di Kenya, menegaskan pentingnya pemberdayaan masyarakat agar mandiri dan berdaya di bidang kesehatan. Konferensi di Nairobi ini menyepakati pentingnya pemberdayaan masyarakat di bidang kesehatan. Kesepakatan konferensi Nairobi menyebutkan antara lain promosi kesehatan yang terus dibangun dan ditingkatkan kapasitasnya, penguatan sistem kesehatan, kerjasama dan kemitraan lintas sektor, pemberdayaan masyarakat, sadar sehat dan perilaku hidup sehat. (Sulaeman, et al., 2012). Di sebagian masyarakat kota Bandar Lampung, konsumsi herbal sebagai bahan obat dan daya tahan tubuh sudah biasa dilakukan. Mereka mengkonsumsi herbal dalam bentuk instan sehingga mudah dikonsumsi. Sebagiannya juga sudah memanfaatkan bisnis herbal sebagai salah satu sumber pencaharian, sehingga dapat meningkatkan pemberdayaan ekonomi keluarga. (Suharti, Kartika, & Sugiyanta, 2021).

Selama proses komunikasi untuk pelaksanaan kegiatan ini, ditemukan berbagai masalah yang dapat dipecahkan melalui kegiatan pemberdayaan masyarakat, yaitu :

- Belum optimalnya pemanfaatan TOGA untuk meningkatkan kapasitas pemberdayaan keluarga di bidang Kesehatan.
- Masyarakat kelurahan rajabasa belum mengetahui berbagai jenis herbal disekitar yang berkhasiat obat, baik dalam bentuk bumbu dapur ataupun rerumputan di sekitar rumah.
- Belum adanya motivasi agar dapat menjadikan TOGA sebagai upaya preventif maupun pengobatan keluarga, guna mengurangi ketergantungan pengobatan rumah sakit/ tenaga medis.
- Belum adanya kebijakan struktural mulai dari tingkat kecamatan, kelurahan hingga RT untuk pengadaan apotek hidup dan sediaan herbal di rumah, guna pencegahan penyakit keluarga.
- Belum optimalnya pemanfaatan herbal untuk pengobatan penyakit. Selama ini, herbal dan rempah-rempah masih dimanfaatkan sebatas sebagai bumbu masakan keluarga.
- Belum pahamnya perangkat kecamatan, kelurahan dan RT, pada pentingnya keluarga siaga dan berdaya Kesehatan dengan memanfaatkan herbal dan tanaman obat keluarga.

Berdasarkan analisa situasi dan diskusi dengan perangkat kelurahan Rajabasa

Bandar Lampung, maka disepakati bersama untuk memberikan sosialisasi pemanfaatan TOGA sebagai obat dan imunitas keluarga di masa pandemi khususnya.

METODE

Metode dalam melaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah : sosialisasi, diskusi, *sharing* ilmu dan testimoni mengenai pemanfaatan TOGA sebagai upaya pengobatan maupun mencegah penyakit, dan terutama pada Virus. Beberapa langkah dalam kegiatan ini meliputi :

1. Persiapan

Pada tahap ini, pengabdi melakukan komunikasi dengan pihak dua kelurahan di kecamatan rajabasa, baik komunikasi dengan Lurah maupun dengan pihak perangkat desa yang membidangi pemberdayaan masyarakat. Dari diskusi awal, ditemukan berbagai permasalahan di atas. Kegiatan pengabdian masyarakat ini diharapkan dapat membantu mengatasi atau memperkecil masalah yang ada.

Maka disepakati jadwal kegiatan, lokasi kegiatan dan peserta kegiatan. Peserta kegiatan pengabdian masyarakat ini meliputi para kepala RT di kedua kelurahan ini. Ketua RT diharapkan dapat memulai membuat TOGA percontohan, dan nantinya ditularkan kepada warganya.

2. Pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan Abdi Mas ini dibatasi hanya diikuti oleh 25 peserta, sudah termasuk tim pengabdi masyarakat. Dari diskusi, *sharing* buku TOGA dan testimoni, diketahui bahwa para peserta banyak yang belum mengetahui manfaat TOGA bagi Kesehatan. Selama ini masyarakat masih sangat tergantung pada tenaga medis dan rumah sakit. Padahal, herbal disekitar bahkan bumbu dapur pun dapat digunakan sebagai obat maupun sebagai bahan meningkatkan daya tahan tubuh.

Contoh bumbu dapur sebagai obat : bawang putih sebagai obat anti virus, anti tekanan darah tinggi dan anti tumor/ kanker jika sudah di buat bawang hitam. Lidah buaya dapat digunakan untuk mengobati gondongan, pembengkakan, obat luka lambung dan lain lainnya. Bahkan perpaduan spirulina, habbatus sauda, madu dapat mengobati demam *typhoid* dan demam *dengue*.

Kemudian kepada para peserta, dijanjikan untuk dibagikan bibit herbal yang berkhasiat obat dan peningkat daya tahan tubuh, seperti pegagan, daun mint, daun tapak doro (obat kanker), som jawa (ginseng jawa), dan di tambahkan 1 buah bibit pisang *cavendish* kepada masing-masing peserta. Peserta masih bertahan dalam grup, sampai semua bibit siap didistribusikan, yaitu selama 2 bulan pasca kegiatan.

Berikut ini disajikan beberapa dokumentasi kegiatan pengabdian masyarakat :



Foto 1. Kegiatan pengabdian masyarakat tetap mengikuti protokol kesehatan



Foto 1. Dokumentasi kegiatan bersama narasumber dan para peserta



Foto 2. Beberapa jenis bibit herbal dan bibit pisang Cavendish yang di distribusikan kepada para peserta kegiatan Abdi Masy di kelurahan Rajabasa Bandar Lampung



Foto 3. Kaur Pemberdayaan Masyarakat Kelurahan Rajabasa menerima bantuan bibit pisang Cavendish dan bibit Herbal dari Ketua Tim Abdi Masy.

3. Evaluasi dan rekomendasi.

Evaluasi kegiatan ini dilakukan setelah kegiatan selama 2 bulan dalam masa tunggu di dalam grup. Grup WA (*Whatsapp*) dibuat untuk sarana komunikasi antara tim pengabdian dengan para peserta. Ternyata, para peserta setia bertahan dalam grup, untuk sampai dan tersedianya semua bibit herbal dan pisang *cavendish* yang dijanjikan oleh tim pengabdian masyarakat. Bibit pisang yang didatangkan khusus dari daerah Lampung timur, menjadi daya tarik tersendiri bagi para peserta. Keinginan tim pengabdian dan pesanan pak camat Rajabasa untuk mendapatkan bibit tongkat ali (pasak bumi) dapat diwujudkan. Masih sulit mendapatkan bibit pasak bumi dari Kalimantan, maka di ganti dengan bibit som jawa atau ginseng jawa.

4. Keberlanjutan program.

Program ini diharapkan akan berlanjut, dengan penanaman herbal dan pisang *cavendish* oleh para ketua RT. Pesan yang disampaikan kepada para peserta adalah, nantinya bibit-bibit tersebut, jika sudah beranak pinak, dapat ditularkan atau di bagi kepada seluruh warga RT masing masing.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan ini cukup berhasil, dengan aktifnya para peserta bertanya dan beberapa orang peserta dapat mengemukakan testimoninya tentang pemanfaatan herbal. Di dalam grup WA juga nampak para peserta menunggu hingga 2 bulan, sampai semua bibit herbal dan pisang sudah siap didistribusikan melalui kantor kelurahan. Pengiriman *e-book* herbal dan khasiatnya dalam grup WA juga disambut positif oleh para peserta.

Dalam pelaksanaan kegiatan ini, direkomendasikan untuk kegiatan selanjutnya, tim pengabdian seharusnya sudah bisa mempersiapkan bibit jauh hari sebelumnya. Hal ini karena pembibitan memang memerlukan waktu hingga siap didistribusikan. Pembibitan tanaman TOGA sebagian dilakukan oleh tim pengabdian, sebagian dibeli dari tempat / sentra penjualan bibit bunga. Sebagian memang ada di sentra penjual, namun sebagiannya sulit didapatkan, seperti bibit pegagan, sehingga perlu pembibitan sendiri.

Pesanan bibit pasak bumi, sangat sulit didapatkan, meskipun pengabdian sudah menghubungi relasi yang ada di Kalimantan. Akhirnya diputuskan, bibit pasak bumi diganti dengan bibit cabe jawa dan ginseng jawa. Kedua herbal tersebut memiliki khasiat yang mirip dengan pasak bumi, yaitu sebagai penambah stamina.

KESIMPULAN

Beberapa kesimpulan dari kegiatan ini, menunjukkan bahwa masyarakat belum mengetahui berbagai manfaat TOGA bagi Kesehatan. Bumbu rempah yang biasa digunakan untuk memasak, belum dimanfaatkan sebagai bahan obat dan atau bahan untuk meningkatkan daya tahan tubuh. Kegiatan pemberdayaan masyarakat agar keluarga berdaya dan mandiri Kesehatan ini, banyak memberikan pencerahan kepada para peserta. Keluarga diharapkan dapat mengerti, memahami dan mengaplikasikan ilmunya tentang berbagai manfaat herbal dan TOGA untuk kesehatan keluarga. Kesehatan keluarga diperlukan di masa pandemi ini, mengingat bakteri dan virus akan selalu ada di sekitar kita.

DAFTAR PUSTAKA

Aji, O. R., & Pratiwi, A. (2017). PEMBERDAYAAN KELOMPOK WANITA TANI (KWT) AN-NABA' DALAM DIVERSIFIKASI OLAHAN LIDAH BUAYA DI DESA AMBARKETAWANG KABUPATEN SLEMAN. *Jurnal Pemberdayaan*, Vol.1, No. 2, Oktober 2017, , 401-404.

- Febriansah, R. (2017). Pemberdayaan Kelompok Tanaman Obat Keluarga Menuju Keluarga Sehat Di Desa Sumberadi, Mlati, Sleman. *Berdikari*.
- Febriansah, R. (2017). Pemberdayaan Kelompok Tanaman Obat Keluarga Menuju Keluarga Sehat Di Desa Sumberadi, Mlati, Sleman. *Berdikari*, 5 no.2 Agustus 2017, 80-90.
- Meri, M., Khusnul , K., Suhartatik, R., Mardiana, U., & Nurpalah, R. (2020). PEMBERDAYAAN MASYARAKAT DALAM PENGGUNAAN HAND SANITISER DAN MASKER SEBAGAI UPAYA PREVENTIF TERHADAP COVID-19. *Bantenese Jurnal Pengabdian Masyarakat* , 2 Nomor 1 2020, 26 - 33.
- Rahmawati, A. I., Hardiyanto, D., Azhari, F., & Suminar, A. (2019). Sosialisasi, penyuluhan, penanaman, dan pemanfaatan tanaman obat keluarga. *Jurnal Pemberdayaan: Publikasi Hasil Pengabdian kepada Masyarakat*, Vol. 3, No. 3, Desember 2019,, 389-394.
- Suharti, B., Kartika, T., & Sugiyanta, S. (2021). Culture and social: herbal medicine as health communication to build urban community empowerment. *JURNAL STUDI KOMUNIKASI*, 151 -164.
- Sulaeman, E. S., Karsidi, R., Murti, B., Kartono, D. T., Waryana, & Hartanto, R. (2012). Model Pemberdayaan Masyarakat Bidang Kesehatan, Studi Program Desa Siaga. *Kesmas, Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional* , Vol. 7, No. 4, November 2012, 186-192.