



Modul Pengabdian Masyarakat

**Pemanfaatan Tanaman Toga untuk
Meningkatkan Imunitas Tubuh di Masa
Pandemi Covid-19 desa Tlogo Patut
Gresik**

Disusun Oleh :

- | | |
|-------------------------|---------------|
| 1. Elma Zanubi A | (18033010030) |
| 2. Bertha Benessa S. | (18071010059) |
| 3. Mohammad Syarofuddin | (18032010058) |
| 4. Gilang Firmansyah | (18012010266) |
| 5. Ach. Zainal Abidin | (18051010030) |

Dosen Pembimbing Lapangan :

Dr. I Gede Susrama Mas Diyasa, S.T., M.T., IPU

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL
“VETERAN” JAWA TIMUR
TAHUN 2021**



Modul Pengabdian Masyarakat

**Pemanfaatan Tanaman Toga untuk
Meningkatkan Imunitas Tubuh di Masa
Pandemi Covid-19 desa Tlogo Patut
Gresik**

Disusun Oleh :

- | | | |
|----|----------------------|---------------|
| 1. | Elma Zanubi A | (18033010030) |
| 2. | Bertha Benessa S. | (18071010059) |
| 3. | Mohammad Syarofuddin | (18032010058) |
| 4. | Gilang Firmansyah | (18012010266) |
| 5. | Ach. Zainal Abidin | (18051010030) |

Dosen Pembimbing Lapangan :

Dr. I Gede Susrama Mas Diyasa, S.T., M.T., IPU

UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL

“VETERAN” JAWA TIMUR

TAHUN 2021

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kami panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas rahmat serta bimbingan-Nya, sehingga kami dapat menyusun Pemanfaatan tanaman Toga untuk meningkatkan imunitas Tubuh dimasa pandemi Covid-19 desa Tlogo Patut Gresik berdasarkan kebutuhan akan pentingnya edukasi mengenai pemanfaatan tanaman toga yang ada disekitar untuk mensiasati semakin langka dan mahal nya obat. Modul ini untuk menunjang program pengabdian masyarakat yang telah kami laksanakan di Desa Tlogo Patut, Kecamatan Gresik, Kabupaten Gresik. Pada kesempatan ini, kami hendak menyampaikan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan moril maupun materiil. Kami juga mengucapkan banyak terima kasih terutama untuk Dr. Zainal Abidin Achmad, S.Sos., M.Si., M.Ed. yang telah memberikan kesempatan untuk mahasiswa KKN Kelompok 79 untuk melakukan pengabdian masyarakat. Adapun pihak lain yang tentunya tidak lupa kami ucapkan terima kasih, antara lain kepada:

1. Prof. Dr. Ir. Akhmad Fauzi, MMT selaku Rektor UPN “Veteran” Jatim.
2. Dr. Ir. Yenny Wuryandari, MP selaku Ketua LPPM.
3. Kepala Desa Tlogopatut, Sekretaris Desa serta Seluruh Perangkat desa.
4. PKK Tlogopatut.
5. Karang Taruna Tlogopatut.
6. Warga Desa Tlogopatut.
7. Seluruh pihak yang tidak dapat kami sebutkan satu per satu.

Kami menyadari bahwa modul ini masih banyak kekurangan. Maka, kami mengharapkan kritik dan saran. Semoga modul ini dapat dimanfaatkan oleh masyarakat Desa Tlogopatut dan masyarakat luas serta mahasiswa UPN “Veteran” Jawa Timur.

Gresik, 27 Juli 2021
Tim Penulis

HALAMAN PENGESAHAN

PROGRAM PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

Judul Modul	: Pemanfaatan Tanaman Toga untuk Meningkatkan Imunitas Tubuh di Masa Pandemi Covid-19 desa Tlogo Patut Gresik
Ketua Pelaksana	: Mohammad Syarofuddin
NIM/NPM	: 18032010058
Program Studi	: Teknik Industri
Anggota-1	: Elma Zanubi Arifah
NIM/NPM	: 18033010030
Program Studi	: Teknologi Pangan
Anggota-2	: Bertha Benessa S.
NIM/NPM	: 18071010059
Program Studi	: Ilmu Hukum
Anggota-3	: Gilang Firmansyah
NIM/NPM	: 18012010266
Program Studi	: Manajemen
Anggota-4	: Ach. Zainal Abidin
NIM/NPM	: 18051010030
Program Studi	: Manajemen
Mitra / Lokasi	: Desa Tlogopatut, Kec. Gresik, Kab. Gresik
Dosen Pembimbing Lapangan	: Dr. I Gede Susrama Masdiyasa, S.T., M.T., IPU
Tahun Pelaksanaan	: 2021

Mengetahui
Dosen Pembimbing Lapangan,

Gresik, 27 Juli 2021
Ketua Pelaksana,



Dr. I Gede Susrama, S.T., M.T., IPU
NPT/NIDN. 370060602101/0019067008

Mohammad Syarofuddin
NPM. 18032010058

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR.....	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
PROGRAM PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT	ii
DAFTAR ISI	iii
DAFTAR GAMBAR	iv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Tujuan	2
1.3. Manfaat.....	2
BAB 2 HASIL DAN PEMBAHASAN	3
2.1. Konsep dasar tanaman Toga	3
2.1.1. Pengertian Toga	3
2.1.2. Fungsi Toga	3
2.1.3. Manfaat Toga	3
2.2. Jenis tanaman Toga.....	4
2.3. Cara pengolahan tanaman Toga	4
2.4. Pemanfaatan media elektronik.....	7
2.5. Capaian kegiatan.....	8
2.6. Kendala kegiatan.....	9
BAB 3 PENUTUP	10
DAFTAR PUSTAKA	11

LAMPIRAN	12
-----------------------	-----------

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Screenshoot video edukasi manfaat Toga	8
Gambar 2. Infografis manfaat tanaman Toga.....	9

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Indonesia merupakan negara kaya dengan keanekaragaman hayati (A Mega Biodiversity Country) dimana terdapat lebih kurang 30.000 jenis tanaman yang tersebar diseluruh tanah air, sekitar 9.600 spesies berkehasiat obat dan kurang lebih 300 spesies digunakan sebagai bahan pengobatan tradisional oleh industri obat tradisional. Oleh karena itu keanekaragaman hayati yang ada di Indonesia merupakan aset dan sumber daya yang harus dipelihara dan dikelola untuk dapat menjadi warisan leluhur dan bermanfaat bagi masyarakat untuk pemeliharaan kesehatan.

TOGA adalah singkatan dari Taman Obat Keluarga berfungsi sebagai penyedia obat sekaligus berupa taman berestetika yang memenuhi kriteria keindahan perkarangan. TOGA dapat memenuhi upaya kesehatan preventif (pencegahan penyakit), promotif (peningkatan derajat kesehatan), kuratif (penyembuhan penyakit) dan rehabilitatif (pemulihan kesehatan). Selain itu TOGA juga berfungsi untuk meningkatkan kesejahteraan keluarga antara lain sebagai sarana untuk (1) memperbaiki status gizi keluarga, (2) menambah penghasilan keluarga, (3) meningkatkan kesehatan lingkungan pemukiman, (4) melestarikan tanaman obat dan budaya bangsa.

Disamping itu, keberadaan TOGA juga berfungsi sebagai upaya pelestarian tanaman obat dari proses pelangkaan. TOGA pernah dikembangkan diberbagai daerah mulai dari pedesaan sampai di perkotaan dengan membudidayakan berbagai jenis tanaman obat yang tumbuh sesuai spesifikasi daerah masing-masing. Namun demikian keberadaan TOGA di daerah masih mempunyai permasalahan dan hambatan, diantaranya pengelolaan dan pemanfaatan TOGA belum berjalan secara optimal. Oleh karena itu revitalisasi TOGA perlu dilakukan, agar TOGA dapat berkembang secara optimal dan

dimanfaatkan seluas-luasnya oleh masyarakat sebagai bahan ramuan yang berkhasiat dalam upaya menjaga, meningkatkan dan menanggulangi kesehatan.

Modul ini untuk menunjang program kerja yang telah tim penulis laksanakan melalui Kuliah Kerja Nyata Tematik Bela Negara UPN Veteran Jawa Timur 2021 yang bertempat di Desa Tlogopatut, Kecamatan Gresik, Kabupaten Gresik. Harapan tim penulis, dengan adanya modul ini dapat membantu khususnya masyarakat Desa Tlogopatut, Kecamatan Gresik, Kabupaten Gresik.

1.2. Tujuan

Tujuannya, antara lain:

- Masyarakat lebih paham penggunaan tanaman toga yang cocok dikonsumsi pada kondisi seperti sekarang
- Proses pemahaman edukasi dibuat semenarik mungkin agar mudah untuk dipahami
- Mempermudah masyarakat dalam mendapatkan informasi yang valid mengenai manfaat tanaman Toga.

1.3. Manfaat

1.3.1. Bagi mahasiswa, manfaatnya yaitu :

- Membina mahasiswa agar menjadi seorang inovator, motivator dan problem solver.
- Keberhasilan program ini dapat diukur dari sejauh mana mahasiswa memberikan kontribusi terhadap penanganan Hoax dan pengelolaan media sosial di masa Pandemi Covid-19 pada masyarakat, serta mencari solusi dan alternatif yang kreatif untuk warga Desa Tlogopatut, Kec. Gresik, Kab. Gresik.

1.3.2. Bagi masyarakat dan pemerintah, manfaatnya yaitu :

- Meningkatkan kesadaran akan manfaat dari tanaman Toga agar tidak terlalu bergantung dengan obat-obatan yang memiliki efek samping
- Memperoleh bantuan informasi tentang manfaat dari tanaman Toga dan cara pengolahannya.

BAB 2

HASIL DAN PEMBAHASAN

2.1. Konsep dasar Tanaman TOGA

2.1.1 Pengertian TOGA

TOGA yaitu sebidang tanah baik di halaman, pekarangan, atau di kebun yang dimanfaatkan untuk menumbuhkan tanaman yang berkhasiat obat dalam upaya memenuhi kebutuhan obat keluarga. TOGA dimaksudkan agar masyarakat memperoleh pelayanan kesehatan dengan cara yang murah, mudah, aman dan nyaman. TOGA selain menjaga kesehatan masyarakat, juga diharapkan dengan TOGA keindahan lingkungan rumah tangga dapat tercipta, termasuk mengurangi pengeluaran kebutuhan rumah tangga sehari-hari. Karena kebutuhan obat, sayur-sayuran dan bumbu masak telah tersedia di dalam TOGA. Oleh karena itu, TOGA diharapkan dapat menunjang kesehatan, kesejahteraan, keindahan lingkungan, pelestarian tanaman dan budaya, mengurangi kebutuhan rumah tangga sehari-hari, dan dapat juga sebagai sumber penyedia bahan baku obat tradisional.

2.1.2 Fungsi TOGA

1. Sebagai sarana mendekatkan tanaman obat kepada masyarakat untuk upaya kesehatan mandiri.
2. Sebagai pendayagunaan tanaman obat yang dapat diarahkan untuk peningkatan kesehatan (promotif), pencegahan penyakit (preventif), penyembuhan penyakit (kuratif), dan pemulihan kesehatan (rehabilitatif).
3. Melestarikan budaya pengobatan tradisional sebagai warisan leluhur dengan memanfaatkan tanaman yang berkhasiat.

2.1.3 Manfaat TOGA

TOGA mempunyai manfaat sebagai upaya kesehatan preventif (pencegahan penyakit), promotif (peningkatan derajat kesehatan), kuratif (penyembuhan penyakit), dan rehabilitatif (pemulihan kesehatan). TOGA mempunyai manfaat sebagai mendukung menciptakan kesehatan dan kesejahteraan keluarga antara lain sebagai sarana untuk (1) memperbaiki status

gizi keluarga, (2) menambah penghasilan keluarga, (3) meningkatkan kesehatan lingkungan pemukiman, (4) melestarikan tanaman obat dan budaya bangsa.

2.1.4 Sasaran dan Lokasi TOGA

Sasaran, Perorangan, keluarga, dan kelompok masyarakat, contohnya: lingkungan sekolah, pramuka, karang taruna, asosiasi pengobat tradisional, TP-PKK, desa siaga.

Lokasi, Sesuai namanya TOGA dapat dimulai dari halaman rumah kebun, ladang, selain itu dapat dilakukan di halaman sarana umum seperti: sekolah, puskesmas / rumah sakit, gedung balai desa / kantor kelurahan, gedung pertemuan dan lahan lain yang dapat dimanfaatkan. Untuk daerah perkotaan, dimana sulit untuk memiliki rumah dengan halaman atau pekarangan yang memadai, TOGA dapat dibuat dengan menggunakan pot, poli bag, ember dan bahan lain yang cocok untuk pot.

2.2. Jenis Tanaman Toga

Beberapa jenis tanaman Toga dan manfaat yang ada didalamnya antara lain:

1. Sirih Sirih sebagai antiseptik untuk kesehatan wanita, menguatkan gigi
2. Kunyit Untuk sakit maag, perut, diare, penurun panas, pendingin perut
3. Temulawak Meningkatkan nafsu makan dan menambah stamina
4. Jahe Meringankan luka dan penghangat badan
5. Kumis kucing Susah kencing dan sakit pinggang
6. Daun Binahong Untuk gatal-gatal dan alergi, flek, darah tinggi, gula darah
7. Daun Beluntas Menghilangkan bau badan
8. Kencur Untuk obat batuk
9. Sambiloto Obat kencing manis
10. Temu ireng Obat hipertensi dan meningkatkan nafsu makan

2.3. Cara pengolahan Tanaman Toga

Petunjuk Umum

Bahan yang digunakan harus dicuci dengan air yang mengalir dan pembuatan ramuan menggunakan air minum atau air yang bersih. Peralatan yang digunakan untuk pembuatan ramuan tanaman obat sebaiknya:

(1) periuk (kuali) dari tanah liat atau panci dari bahan gelas/kaca, email atau stainless steel,

(2) pisau atau spatula/pengaduk yang terbuat dari bahan kayu, dan (saringan dari bahan kain, plastic atau nilon. Jangan menggunakan peralatan dari aluminium, timah atau tembaga karena mudah beraksi dengan tanaman obat yang berakibat dapat meracuni (menjadi toksik) dan mengurangi tanaman obat tersebut.

Syarat Bahan

Dalam memilih bahan ramuan tanaman obat, seperti: akar, rimpang, umbi, kulit batang, kayu, daun, bunga, atau seluruh tanaman (herbal) harus memperhatikan:

- (1) bahan segar,
- (2) warna cerah,
- (3) telah tua/matang/masak sempurna,
- (4) masih dalam keadaan utuh,
- (5) tidak rusak oleh serangan ulat atau hama dan penyakit tanaman lainnya, tidak bercendawan/ berjamur atau akar yang berlumut,
- (6) buah segar, tidak keriput, kulit batang tidak retak, dan (7) daun, bunga, kulit, umbi yang tidak berubah warna atau layu.

1. Membantu Mengatasi Darah Tinggi

Bahan:

1. Pegagan : 1 genggam
2. Daun Meniran : ½ genggam
3. Kumis Kucing : ½ genggam
4. Air : 3 gelas

Cara pembuatan:

Semua bahan dalam keadaan segar, lalu dicuci bersih selanjutnya direbus menjadi setengahnya.

Cara penggunaan:

Diminum 2 kali sehari, pagi dan menjelang tidur.

2. Batuk – Pileg

Batuk – pileg adalah suatu keadaan menurunnya daya tahan tubuh yang ditandai dengan gejala antara lain: bersinbersin, hidung berair atau tersumbat, batuk,

suara serak, tidak disertai demam dan otot yang kaku, berlangsung paling lama 2 (dua) minggu.

Bahan:

1. Jahe : 3 ibu jari
2. Sereh : 3 ibu jari
3. Gula merah/Jawa : secukupnya
4. Air : 3 cangkir

Cara pembuatan:

Campur semua bahan lalu direbus dengan hingga setengahnya.

Cara penggunaan:

Air rebusan tersebut diminum untuk 3 kali, pagi, siang, dan malam.

3. Rematik

Bahan:

1. Jahe merah segar : 20 gram
2. Temulawak : 20 gram
3. Cabe jawa : 20 gram
4. Kumis kucing : 30 gram
5. Daun Komfrey : 30 gram
6. Air bersih/minum : 4 gelas

Cara Pembuatannya:

Semua bahan dicuci bersih, di potong tipis-tipis, lalu direbus, sehingga air rebusan tinggal 2 gelas, kemudian disaring. *Buku Saku Tanaman Obat Keluarga*

Cara Penggunaan:

Minum 2 kali pada pagi dan sore, sekali minum 1 gelas, agar rasanya lebih segar tambahkan 2 sendok makan madu dan perasan jeruk nipis.

4. Jantung Koroner

Bahan :

1. Daun kemangi : 30 gram
2. Brokoli : 40 gram
3. Jahe merah : 1 jari
4. Kucai : 30 gram
5. Kencur : 20 gram

6. Air bersih/minum : 4 gelas

Cara pembuatannya:

Semua bahan dicuci bersih, diiris tipis-tips atau dirajang, direbus hingga air rebusan tersisa 2 gelas, kemudian disaring.

Cara penggunaan:

Diminum 3 kali sehari selagi hangat, sekali minum $\frac{1}{2}$ gelas. Bisa ditambah gula aren secukupnya.22 Balai Pengkajian Teknologi Pertanian Jawa Barat

5. Menurunkan Kadar Kolesterol

Bahan:

1. Daun asam : 30 gram
2. Daun salam : 7 lembar
3. Daun Murbai : secukupnya
4. Daun Sambungnyawa : 5 lembar
5. seledri : 20 gram
6. Air bersih/minum : 3 gelas

Cara pembuatannya:

Semua bahan dicuci bersih, diiris tipis-tips atau dirajang, direbus hingga air rebusan tersisa 1,5 gelas, kemudian disaring.

Cara penggunaan:

Diminum 2 kali sehari pagi dan sore hari, sekali minum $\frac{3}{4}$ gelas

2.4. Pemanfaatan media elektronik




Gambar 1. *Screenshoot* video edukasi manfaat dan cara pengolahan tanaman Toga

Penggunaan media elektronik penunjang mempermudah dalam membuat dan menyebarkan informasi yang akan disampaikan. Leboh khususnya informasi

MANFAAT TANAMAN TOGA DI ERA NEW NORMAL

Tanaman obat keluarga (dituliskan TOGA) adalah tanaman hasil budidaya pertanian yang bermanfaat sebagai obat. Tanaman obat keluarga pada dasarnya adalah tumbuhan herbal, baik di lapangan rumah, kebun, ataupun tempat yang dipelihara untuk memperoleh tanaman yang bermanfaat sebagai obat dalam rangka memelihara kesehatan keluarga dan masyarakat.



KEBUNIHAYATAN
KEBUN TOGA


1. Tumbuhan dimanfaatkan sebagai obat tradisional untuk menyembuhkan penyakit, pemakai pengobatan dengan tradisional, kefarmasian dengan prosedur, dan alternatif pemenuhan kesehatan.
2. Hasil tanaman dimanfaatkan sebagai sumber daya kesehatan keluarga untuk dan sebagai sarana untuk pemenuhan dalam diri keluarga, termasuk penggunaan tanaman untuk kesehatan keluarga dengan pemenuhan kebutuhan obat dan kesehatan keluarga.

KEBUNIHAYATAN
KEBUN TOGA

Tanaman yang digunakan di dalam kebun obat tradisional pemenuhan kesehatan, baik sebagai sumber obat atau bahan obat. Jenis-jenis obat tradisional obat dapat dimanfaatkan sebagai sumber untuk memperoleh sumber daya kesehatan yang dibutuhkan keluarga. Perekat organik yang digunakan di dalamnya akan menjadi sumber, sumber, sumber, sumber, sumber, sumber, dan sumber. Obat tradisional ini, sebagai hasil pengolahan hasil pengolahan tanaman, dapat dimanfaatkan sebagai sumber yang bermanfaat di dalam rumah, seperti sumber kesehatan keluarga pemenuhan kesehatan, sumber, sumber, dan sumber.




MANFAAT TANAMAN TOGA DAN KESEHATANNYA




KUNYIT

- Mengandung zat-zat untuk pemenuhan kesehatan.
- Mengandung zat-zat untuk pemenuhan kesehatan.
- Mengandung zat-zat untuk pemenuhan kesehatan.
- Mengandung zat-zat untuk pemenuhan kesehatan.



KUNYIT

- Mengandung zat-zat untuk pemenuhan kesehatan.
- Mengandung zat-zat untuk pemenuhan kesehatan.
- Mengandung zat-zat untuk pemenuhan kesehatan.
- Mengandung zat-zat untuk pemenuhan kesehatan.



KUNYIT

- Mengandung zat-zat untuk pemenuhan kesehatan.
- Mengandung zat-zat untuk pemenuhan kesehatan.
- Mengandung zat-zat untuk pemenuhan kesehatan.
- Mengandung zat-zat untuk pemenuhan kesehatan.




KUNYIT

- Mengandung zat-zat untuk pemenuhan kesehatan.
- Mengandung zat-zat untuk pemenuhan kesehatan.
- Mengandung zat-zat untuk pemenuhan kesehatan.
- Mengandung zat-zat untuk pemenuhan kesehatan.



KUNYIT

- Mengandung zat-zat untuk pemenuhan kesehatan.
- Mengandung zat-zat untuk pemenuhan kesehatan.
- Mengandung zat-zat untuk pemenuhan kesehatan.
- Mengandung zat-zat untuk pemenuhan kesehatan.



KUNYIT

- Mengandung zat-zat untuk pemenuhan kesehatan.
- Mengandung zat-zat untuk pemenuhan kesehatan.
- Mengandung zat-zat untuk pemenuhan kesehatan.
- Mengandung zat-zat untuk pemenuhan kesehatan.

Referensi:
https://id.wikipedia.org/wiki/Tanaman_obat_keluarga

2.5. Capaian Kegiatan

8

2.6. Kendala Kegiatan

Keterbatasan media yang hanya berupa chat group menyulitkan saat penyampaian materi dan sesi tanya jawab. Semoga kedepannya pandemi segera selesai agar kkn dapat diselenggarakan secara offline.

BAB 3

PENUTUP

Semoga dengan diadakannya sosialisasi ketahanan pangan manfaat dan cara pengolahan tanaman Toga kepada masyarakat Desa Tlogopatut Gresik. Masyarakat diharapkan dapat mengatur dan dapat beraktivitas secara *online* dengan kesiapan pemikiran yang lebih dewasa atau bijak sehingga dapat terhindar dari segala resiko yang disebabkan oleh diri sendiri ataupun orang lain. Dan dari ilmu yang diberikan semoga bermanfaat dan dapat ditularkan ke masyarakat diluar kampung Bogor doyong.

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar Raditya. Aneka Tanaman Apotek Hidup di Sekitar Kita. One Books.
- Handayani, Tuty. 2013. Apotik Hidup. CV Ilmu Padi Infra Pustaka Makmur.Jakarta
- Departemen Kesehatan RI. Tanaman Obat Keluarga Edisi III. Jakarta; 1983.
- Dinas Pertanian Tanaman Pangan Propinsi.2005. Pedoman Perbanyak Benih Tanaman Biofarmaka. PemerintahPropinsi Jawa Barat. Bandung
- Sudewo B. 2006. Tanaman Obat Populer Penggempur Aneka Penyakit. PT Agromedia Pustaka. Jakarta
- Supardi S, Herman MJ, YuniarY.2011. Laporan analisis lanjut Riskesdas 2010. Profil anggota rumah tangga yang menggunakan jamu sendiri di Indonesia.
- Tukiman, 2004. Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) untuk kesehatan keluarga. [internet]. Library. usu.ac. id/ download/fkm /fkmtukiman.pdf.
- Yulyatin, 2007. Sikap ibu rumah tangga pedesaan terhadap tanaman obat keluarga (TOGA), study kasus di desa Trasak kecamatan Larangan kabupaten Pamekasan. [internet]. Diunduh dari: http://studentresearch.umm.ac.id/index.php/dept_of_agribisnis/article/view/16.