

## **AKTIVITAS MASYARAKAT SEHAT DAN MANDIRI BERBASIS TANAMAN OBAT KELUARGA "AMARTA"**

### **Ferawati**

Program Studi Ilmu Keperawatan/Ners  
STIKes Insan Cendekia Husada Bojonegoro

### **Mei Fitria Kurniati**

Program Studi Ilmu Keperawatan/Ners  
STIKes Insan Cendekia Husada Bojonegoro

### **ABSTRAK**

Salah satu upaya membangun sistem kesehatan nasional dapat dilakukan secara tradisional dan alami. Upaya ini dapat dilakukan di keluarga sebagai unit terkecil dari masyarakat. Salah satunya dengan memanfaatkan taman obat keluarga (TOGA). Pemanfaat toga dapat dimanfaatkan sebagai upaya promotif dan preventif yang dapat difokuskan untuk peningkatan daya tahan tubuh dan pencegahan penyakit. Diperlukan adanya pendampingan dari pre hingga post program agar masyarakat memahami bagaimana pemanfaatan toga untuk meningkatkan derajat kesehatan dan kemandirian keluarga.

Hasil yang didapatkan dari program pendampingan ini antara lain meningkatnya kesadaran keluarga terkait tanaman toga dan bagaimana pemanfaatannya dalam upaya preventif. Dengan meningkatkan aspek pengetahuan dan kemandirian keluarga ini berdampak pada peningkatan status kesehatan keluarga.

**Kata Kunci :** Sehat, Mandiri, Toga

### **ABSTRACT**

*One effort to build a national health system can be done traditionally and naturally. This effort can be done in the family as the smallest unit of society. One of them is by utilizing a family medicine park (TOGA). The use of toga can be used as a promotional and preventive effort that can be focused on increasing endurance and preventing disease. Assistance is needed from pre to post program so that the community understands how to use the toga to improve the health and independence of the family.*

*The results obtained from this assistance program include increasing family awareness regarding toga plants and how they are used in preventive efforts. By increasing aspects of knowledge and independence of the family this has an impact on improving the health status of the family.*

**Key Words :** Health, Independent, Family Medicinal Plants

### **PENDAHULUAN**

Keluarga merupakan unit terkecil di dalam masyarakat yang menjadi tonggak utama pembangunan kesehatan di Indonesia. Spradley dan Allender dalam Jhonson (2010: 4) berpendapat bahwa keluarga adalah satu atau lebih individu yang tinggal bersama sehingga mempunyai ikatan emosional dan mengembangkan salam interelasi sosial, peran, dan tugas. Lingkungan keluarga menjadi wahana utama bagi anggota keluarga untuk mendapatkan proses pendidikan dan bimbingan. Penanaman nilai-nilai dasar, perilaku, kebiasaan

untuk membentuk gaya hidup sehat mulai dipupuk di dalam keluarga. Hal tersebut sejalan dengan Undang-Undang (UU) Nomor 36 tahun 2009 yang menyatakan bahwa keluarga merupakan inti pembangunan kesehatan nasional. Oleh karena besarnya peran keluarga tersebut penanaman pola hidup bersih dan sehat (PHBS) dan penyelenggaraan pelayanan kesehatan tradisional pada keluarga menjadi sangat fundamental.

Pelayanan kesehatan tradisional merupakan salah satu kegiatan yang kerap dilakukan oleh hampir 59,1 persen penduduk Indonesia. Namun tidak

semua sesuai dengan standar dan kualitas yang ditetapkan Undang-Undang (UU) nomor 36 tahun 2009. Yakni tentang pembinaan dan pengawasan penyelenggaraan pelayanan kesehatan tradisional oleh pemerintah. Karena itu, melalui gerakan asuhan mandiri (ASMAN), sistem kesehatan nasional bisa dilakukan secara tradisional dan alami. Salah satunya dengan memanfaatkan taman obat keluarga (TOGA). Toga merupakan sekumpulan tanaman berkhasiat obat yang ditanam di pekarangan untuk memelihara kesehatan keluarga

Pemanfaatan TOGA merupakan upaya promotif dan preventif yang berperan besar dalam peningkatan daya tahan tubuh dan pencegahan penyakit. "TOGA memang bukan sebagai obat dari segala penyakit, namun TOGA ini berperan besar dalam meningkatkan daya tahan tubuh dan mencegah penyakit. Asman Toga merupakan wujud upaya untuk memelihara dan meningkatkan status kesehatan serta mencegah dan mengatasi masalah/gangguan kesehatan ringan secara mandiri oleh individu dalam keluarga, kelompok atau masyarakat

Model pengkajian keluarga Friedman merupakan integrasi dari teori sistem, teori perkembangan keluarga, dan teori struktural fungsional sebagai teori-teori utama yang merupakan dasar dari model dan alat pengkajian keluarga. Teori-teori lain yang ikut berperan kedalam dimensi struktural dan fungsional adalah teori komunikasi, peran dan stress keluarga. Menurut Friedman tugas keluarga yaitu mengenal, mengambil keputusan dan memberikan perawatan pada permasalahan kesehatan setiap anggota keluarga. Oleh karenanya, keluarga dengan dibekali keilmuan kesehatan dasar diharapkan mampu mengenal dan memberikan tindakan sesuai dengan kriteria kesehatan dasar keluarga.

Mengingat besarnya peranan keluarga dalam membangun Indonesia yang sehat maka pendekatan model Friedman menjadi focus pengabdian masyarakat pada kegiatan ini. Dengan harapan, keluarga menjadi cerdas dengan mengetahui pemanfaatan TOGA

sehingga keluarga menjadi sehat dan mandiri dalam pencegahan penyakit yang di alami oleh anggota keluarganya.

#### **METODE PELAKSANAAN**

Metode yang dilakukan adalah: dengan memberikan sosialisasi terlebih dahulu ke mahasiswa sebagai pelaksana atau tim yang akan terlibat dalam program abdimas serta mapping lokasi yang akan menjadi sasaran keluarga binaan. Kemudian mahasiswa akan mengurus surat perijinan ke bangkesbangpol yang akan diteruskan ke tenaga kesehatan dan kepala desa setempat. Kemudian dalam pelaksanaan kegiatan dilakukan pendampingan keluarga dengan mengawal status kesehatan keluarga pre-program sampai post program. Waktu pendampingan dilakukan berdasarkan dengan PoA yang telah disusun oleh tim beserta dengan pembimbing akademik. Program atau kegiatan yang diberikan menyesuaikan dengan hasil pengkajian yang didapat oleh mahasiswa sebagai tim Kemudian akan dilakukan evaluasi dari kegiatan serta akan dilakukan follow up kegiatan.

Pendampingan keluarga binaan di lakukan di dusun Plosorejo desa Sumberagung kecamatan Dander kabupaten Bojonegoro. Keluarga yang akan didampingi sejumlah 14 keluarga binaan. Pelaksanaan pendampingan keluarga binaan akan dilaksanakan berdasarkan POA (Planning Of Action) yang telah dibuat. Dosen bersama mahasiswa akan mengunjungi keluarga binaan sesuai dengan kontrak waktu yang telah disepakati sebelumnya. Tujuan utama pendampingan yaitu meningkatkan pengetahuan dan kemandirian keluarga dalam melakukan pencegahan penyakit yang dialami keluarga dengan pemanfaatan TOGA.

Tahapan pelaksanaan kegiatan:

1. Pembuatan POA (*Planning of Action*)
2. Bina Hubungan Saling Percaya
3. Persetujuan (*Informed Consent*)
4. Pengkajian mengenai status keluarga (pengisian kuisioner)
5. Penentuan keluhan kesehatan

6. Pemecahan masalah/rencana tindak lanjut dan rekomendasi untuk keluarga
7. Perencanaan
8. Implementasi
9. Evaluasi

#### HASIL

Kegiatan yang dilakukan di keluarga binaan sebagai upaya promotif dan preventif. Didaptkan dari hasil pengkajian bahwa 85,7% keluarga belum memanfaatkan toga untuk pencegahan penyakit dan meningkatkan kesehatan keluarga dan 85,7 % keluarga belum memahami manfaat toga.

Daridata diatas maka implementasi yang dilakukan yaitu pembuatan taman toga (tanaman obat keluarga ) dan penyusunan buku saku toga. Hal ini diharapkan akan meningkatkan derajat kesehatan dan kemandirian keluarga. Khususnya agar mampu meningkatkan pengetahuan keluarga terkait manfaat tanaman obat keluarga dan meningkatkan kemandirian keluarga dalam melakukan pencegahan penyakit yang dialami keluarga dengan pemanfaatan TOGA.

Kegiatan penanaman toga dilakukan selama 1 hari, pada masing-masing keluarga sekaligus memberikan edukasi terkait manfaat tanaman obat keluarga. Berikut ini kegiatan pembuatan taman toga dan edukasi dengan menggunakan buku saku .

#### PEMBAHASAN

- a. Hasil kegiatan pembuatan taman toga dan penyuluhan kesehatan mencakup beberapa komponen yaitu :
  - 1) Adanya taman toga di dua belas keluarga didesa Sumberagung
  - 2) Meningkatnya kesadaran keluarga dalam upaya pencegahan penyakit dan pemeliharaan kesehatan keluarga.
  - 3) Meningkatnya pengetahuan keluarga tentang tanaman obat keluarga (TOGA)
  - 4) Meningkatnya ketrampilan keluarga dalam mengolah dan menyajikan olahan toga sebagai upaya pencegahan penyakit dan pemeliharaan kesehatan keluarga.

- 5) Meningkatnya status kesehatan keluarga

- b. Ketercapaian antara indikator dan keberhasilan kegiatan

No	Indikator	Status Keberhasilan Kegiatan	
		Tercapai	Belum Tercapai
1	Terciptanya taman toga	√	
2	Peningkatan kesehatan keluarga dalam upaya pencegahan penyakit dan pemeliharaan kesehatan keluarga	√	
3	Peningkatan pengetahuan keluarga tentang TOGA	√	
4	Peningkatan ketrampilan keluarga dalam mengolah dan menyajikan olahan toga sebagai upaya pencegahan penyakit dan pemeliharaan kesehatan keluarga.	√	
5	Peningkatan status kesehatan keluarga	√	

- c. Faktor pendukung dan penghambat kegiatan

- 1) Faktor pendukung kegiatan
  - a) Minat dan antusiasme keluarga binaan untuk mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat pembuatan taman toga dan health education tentang tanaman obat keluarga
  - b) Rasa ingin tahu keluarga binaan tentang tanaman toga sehingga mereka kooperatif selama kegiatan pengabdian masyarakat
- 2) Faktor Penghambat
  - a) Waktu yang terbatas dan aktivitas keluarga yang tidak menentu menjadi terkendalanya kegiatan
  - b) Kepercayaan dan kebiasaan masyarakat yang masih kental melekat tentang upaya pencegahan penyakit.
  - c)

## KESIMPULAN

Dari kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat disimpulkan bahwa:

- a. Kesadaran keluarga meningkat dalam upaya pencegahan penyakit dan pemeliharaan kesehatan keluarga.
- b. Pengetahuan keluarga menjadi lebih baik tentang tanaman obat keluarga (TOGA).
- c. Ketrampilan keluarga dalam mengolah dan menyajikan olahan toga meningkat sebagai upaya pencegahan penyakit dan pemeliharaan kesehatan keluarga.
- d. Peningkatan status kesehatan keluarga.

## SARAN

Mengingat besarnya manfaat kegiatan pengabdian masyarakat ini, maka selanjutnya perlu :

- a. Menjaga komunikasi yang optimal dengan keluarga binaan dan memberikan motivasi kepada keluarga untuk mempertahankan status kesehatan keluarga yang telah dicapai.
- b. Adanya kesinambungan dan monitoring kegiatan pengabdian masyarakat sehingga keluarga binaan akan mendapatkan dampak positif untuk peningkatan kesehatan keluarga.
- c. Melanjutkan hubungan baik bersama keluarga binaan dengan membuka konsultasi kesehatan keluarga apabila keluarga membutuhkan informasi kesehatan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alligood, M.R., Tomey, A.M. (2010). *Nursing theorists and their work*. Mosby
- Ferawati, F., & Kep, M. (2017). Efektifitas Kompres Jahe Merah Hangat Dan Kompres Serai Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Arthritis Remathoid Pada Lanjut Usia Di Desa Mojoranu Kecamatan Dander Kabupaten Bojonegoro. *Jurnal Ilmu Kesehatan MAKIA*, 5(1), 1-9.
- Alligood, Martha Raile. (2006). *Nursing theory: utilization and application*. Elsevier-Mosby
- Ferawati, F. (2019). Family Do Healty Activity program peningkatan perilaku hidup bersih dan sehat pada keluarga binaan dengan pendekatan teori d. Orem (self care) di dusun sumurlaban desa sumberagung kecamatan dander kabupaten bojonegoro. *Jurnal Humanis (Jurnal Pengabdian Masyarakat Stikes Icsada Bojonegoro)*, 3(1), 7-13.
- Budiono., Pertami, S.U. (2016). *Konsep Dasar Keperawatan*. Jakarta : Bumi Medika
- Kasron dkk. (2016). *Teori Keperawatan dan tokohnya*. Jakarta : CV Trans Info Media
- Kodim, Yulianingsih. (2015). *Konsep Dasar Keperawatan*. Jakarta: CV.Trans Info Media
- Kurniati, M. F. (2019). Keluarga Binaan (KaBi) Dengan Pendekatan Persaga (Perawat Sahabat Keluarga) Berdasarkan Teori Florence Nightingale Di Desa Sumberagung Kecamatan Dander Kabupaten Bojonegoro. *Jurnal Humanis: Jurnal Pengabdian Masyarakat STIKes ICsada Bojonegoro*, 4(2).
- Maryunani, Anik. (2015). *Kebutuhan Dasar Manusia*. Bogor : In media
- Muhtar, A. Haris. (2016). Penerapan asuhan keperawatan keluarga dalam meningkatkan self care behavior penderitatuberkulosisparu di kota bima nusa tenggara barat. *Jurnal Kesehatan Prima Volume : 10*, No.1, Halaman : 1579-1587
- Nursalam. (2012). *Manajemen Keperawatan Aplikasi dalam Praktik Keperawatan. Profesional*. Salemba Medika. Jakarta

- Kurniati, M. F. (2019). Relationship Between Family Support and Self Care Agency with the Quality of Living Type II Diabetes Patients. *Journal Of Nursing Practice*, 3(1), 22-32.
- Perry, Potter. (2006). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan*. Edisi 4. Jakarta : EGC
- Pohan, Imbalo S. (2013). *Jaminan Mutu Layanan Kesehatan*. Jakarta: EGC.
- Siokal, Brajakson dkk. (2017). *Falsafah dan Teori dalam Keperawatan*. Jakarta : CV Trans Info Media
- Syairi, Abu. (2013). *Tingkat Pengetahuan Keluarga Pasien tentang Self Care Perawatan Diri pada anggota Keluarga yang mengalami Stroke di RSUD Kabupaten Tangerang pada tahun 2013*.
- Tarwoto & Wartonah. (2015). *Kebutuhan Dasar Manusia dan Proses Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika