



## PEMANFAATAN TOGA DALAM MENINGKATKAN KESEHATAN MASYARAKAT DI ERA PANDEMI COVID 19 DI KELURAHAN GUNUNG ANYAR TAMBAK

Oleh

Alpian Jayadi<sup>1</sup>, Suci Ferdiana<sup>2</sup>, Yana Agus Setianingsih<sup>3</sup>, Andi Firza Enggartafarma M<sup>4</sup>, Fajri Mayataqillah<sup>5</sup>, Ikrima Darojatul 'Úlya<sup>6</sup>, Intan Permata Sari<sup>7</sup>, Mega Pratama Surya Ningsih<sup>8</sup>, Novita Sari<sup>9</sup>, Putri Dewi Susanti<sup>10</sup>, Riandani Fadilah Sae<sup>11</sup>, Ryan Stricnaricwari Wida P<sup>12</sup>, Tharisa Berliana Salsabilla P<sup>13</sup>

<sup>1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13</sup> Insitut Kesehatan dan Bisnis Surabaya

E-mail: [js.js2017@gmail.com](mailto:js.js2017@gmail.com)

### Article History:

Received: 02-01-2023

Revised: 15-01-2023

Accepted: 20-02-2023

### Keywords:

KKM, TOGA, Sosialisasi

**Abstract:** Tujuan dari pengabdian ini adalah mengidentifikasi masalah kesehatan komunitas dan keluarga, menganalisis prioritas masalah di wilayah KKM, mengidentifikasi solusi masalah sesuai dengan bidang masing-masing (perawat, bidan dan gizi) sehingga dihasilkan penyelesaian secara komprehensif dan memberikan sosialisasi kepada warga RT 06 dan RT 07 RW 03 Gunung Anyar Tambak. Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian ini yaitu metode wawancara terhadap informan yang kompeten. Data-data yang diperoleh kemudian diidentifikasi dan diberikan solusi untuk setiap masalah yang ada. Kegiatan yang kami lakukan yaitu penanaman tanaman obat keluarga (TOGA) dan sosialisasi pentingnya menjaga imun dikala pandemic. Kegiatan tersebut berhasil dilakukan, mendapat persetujuan dari pihak RT dan warga antusias mengikuti kegiatan tersebut walaupun diadakan secara online.

## PENDAHULUAN

COVID-19 atau Corona Virus Diseases 2019 merupakan penyakit yang disebabkan oleh virus Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus-2 (SARS-CoV2). Virus ini dapat menular ke sesama manusia dan penyebaran pertamanya teridentifikasi di kota Wuhan, China pada tanggal 18 Desember 2019 yang telah menyebar pada lebih dari 190 negara (Susilo., et. al., 2020). Pada awal mulanya penyakit ini dinamakan 2019-nCoV dan kemudian diganti oleh WHO menjadi COVID 19. Kasus COVID-19 pertama dilaporkan di Indonesia pada tanggal 2 Maret 2020 sejumlah dua kasus.

Saat ini virus penyebab COVID-19 telah bermutasi dan membentuk varian yang baru dan telah terdeteksi varian B.1.1.529. atau yang lebih dikenal dengan sebutan Omicron. Kasus ini pertama kali dilaporkan di negara Afrika Selatan pada tanggal 24 November 2021 dan saat ini telah menyebar keseluruh penjuru dunia termasuk salah satunya Indonesia. Upaya pencegahan dalam menangani COVID-19 sudah banyak dilakukan dengan diberikannya vaksin, deteksi dini dan isolasi, menjaga kebersihan dengan cara cuci tangan dan disinfeksi, menggunakan APD (alat pelindung diri), penggunaan masker, menjaga daya tahan tubuh dan



meningkatkan sistem imunitas (Susilo., et. al., 2020). Satu cara untuk menangani atau mencegah virus COVID-19 ini kita harus memperkuat daya tahan tubuh kita dengan menjalani pola hidup sehat agar sistem imun didalam tubuh kita terjaga dengan baik. Varian Omicron memiliki kecepatan penularan yang sangat tinggi hingga dapat mencapai 5 kali lipat dari kecepatan penularan varian sebelumnya termasuk varian Delta. Gejala yang timbul pada varian omicron ini cukup berbeda dengan varian yang muncul sebelumnya terutama varian Delta, yaitu bersin, pilek, sakit kepala, malaise (baik yang ringan atau berat), dan sakit tenggorokan.

Berdasarkan hasil observasi terhadap wilayah RT 06 RW 3 Gunung Anyar Tambak dari warga dan pihak pejabat setempat, terdapat 2 warga yang positif terkena covid-19 sehingga warga diwilayah tersebut jarang sekali untuk keluar rumah bahkan kegiatan seperti posyandu, arisan PKK dll warga di daerah tersebut tidak pernah hadir atau mengikutinya. Sedangkan berdasarkan hasil observasi terhadap wilayah RT 07 RW 3 Gunung Anyar Tambak dari warga dan pihak pejabat setempat, terdapat 10 warga yang terkena hipertensi, 5 warga terkena diabetes dan 3 warga terkena penyakit jantung. Selain itu beberapa rumah warga terdapat tanaman obat keluarga (TOGA).

Prioritas masalah dilakukan untuk menentukan beberapa masalah yang akan dicari pemecah masalahnya yang ditentukan berdasarkan sumber daya, dana dan waktu. Prioritas masalah dilakukan untuk menyelesaikan masalah yang paling penting dengan metode PSCM (Prevalance, Seriousness, Community, Manageability). Berdasarkan data yang didapat dari ketua RT 06 dan RT 07 RW 01 Tahun 2022, terdapat 3 masalah yaitu Covid 19, Hipertensi dan Diabetes Melitus.

## METODE

Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian ini yaitu metode wawancara terhadap informan yang kompeten. Data-data yang diperoleh kemudian diidentifikasi dan diberikan solusi untuk setiap masalah yang ada. Adapun rangkaian pelaksanaan di RT 06 dan RT 07/RW 03 Kelurahan Gunung Anyar Tambak antara lain:

1. Gotong Royong dan Menanam Tanaman Obat Keluarga (TOGA)

Rangkaian kegiatan ini dalam rangka membersihkan lahan yang digunakan untuk menanam toga. Kegiatan ini diikuti oleh ketua RW 03, sebagian warga RW 03, dan peserta KKM yang berada di wilayah RW 03. Kegiatan ini dilakukan untuk memanfaatkan lahan yang ada sebagai kebun TOGA di wilayah RW 03. kegiatan gotong royong dan menanam Tanaman Obat Keluarga (TOGA) yang dilaksanakan pada hari Minggu, 6 Maret 2022 pukul 8.00-10.00 WIB. Tanaman obat yang kelompok kami tanam di lapangan belakang kantor lurah yaitu tanaman serai dan salam. Selain ditanam kami juga memberikan bibit kepada ketua RT 06 dan RT 07 untuk dibagikan kepada warganya. Tanaman serai dan salam mudah ditanam dan memiliki manfaat untuk meningkatkan imun, menurunkan tekanan darah, antiseptik yang sesuai dengan permasalahan kesehatan yang ada diwilayah RT 06 dan RT 07.

2. Sosialisasi

Kegiatan ini bertujuan untuk menyadarkan warga RT 06 dan RT 07 untuk selalu menjaga kesehatan sendiri dan keluarga. Kegiatan sosialisasi tentang "Pentingnya Menjaga Imun dikala Pandemi" yang dilaksanakan pada hari Selasa, 8 Maret 2022 pukul 09.00-10.30 WIB melalui via zoom. Peserta yang mengikuti sosialisasi dari



warga RT 06 dan RT 07. Kegiatan sosialisasi dilakukan dengan metode ceramah selama 30 menit, sesi diskusi dan tanya jawab selama 20 menit.

## HASIL

Kelurahan Gunung Anyar adalah salah satu kelurahan yang berada di Kecamatan Gunung Anyar Kota Surabaya. Pada awal mulanya, gunung anyar tambak termasuk dalam wilayah kecamatan rungkut, akan tetapi mengalami perkembangan dan berubah menjadi sebuah kecamatan tersendiri. Daerah ini berkembang pesat pada tahun 2012 seiring dengan kebutuhan permukiman yang meningkat pesat. Salah satu wilayah yang ada di kelurahan gunung anyar tambak yaitu RT 06 dan RT 07.

RT 06 termasuk dalam wilayah RW 03 dengan luas wilayah sebesar 5000 m<sup>2</sup>, batas wilayah RT 06 hanya sampai portal dan gang 16. Jumlah kepala keluarga di RT 06 sebanyak 55 KK yang terdiri dari 76 berjenis kelamin laki-laki dan 98 berjenis kelamin perempuan. Jumlah balita yang terdapat di RT 06 berjumlah 4 orang, jumlah anak SD yang terdapat di RT 06 berjumlah 12 orang, jumlah anak SMP yang terdapat di RT 06 berjumlah 5 orang, dan jumlah anak SMA yang terdapat di RT 06 berjumlah 2 orang.

RT 07 juga termasuk dalam wilayah RW 03 dengan batas wilayah RT 07 mulai dari jl. Raya wiguna tengah no. 1-54 dan raya wiguna utara 48-60. Jumlah kepala keluarga di RT 07 sebanyak 32 KK yang terdiri dari 37 laki-laki dan 47 perempuan. Rata-rata warga RT 07 lulusan dari perguruan tinggi, mayoritas warga bekerja sebagai wiraswata, dokter dan TNI/Polri/PNS, serta di RT 07 terdapat 2 suku yakni suku jawa dan suku batak ambon manado.

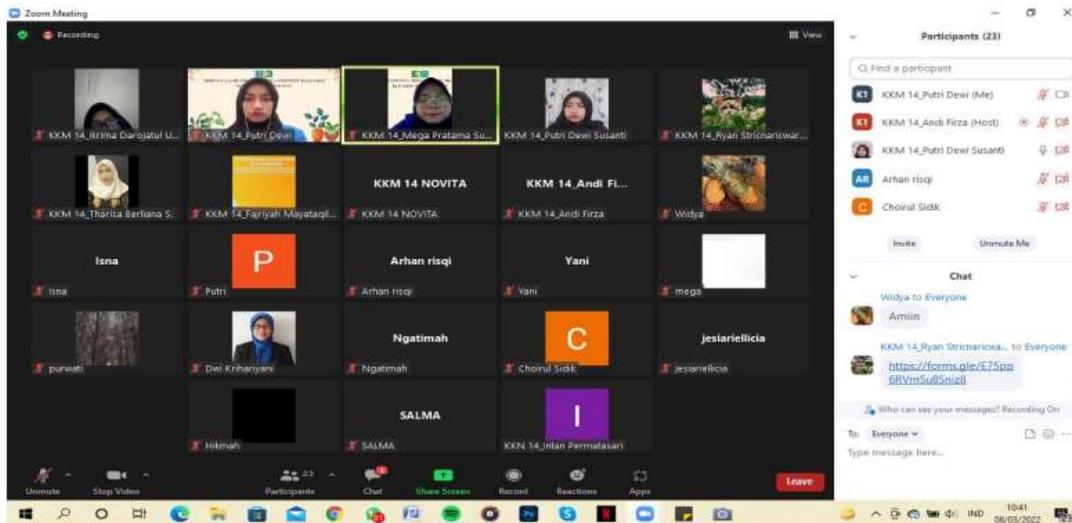
Berdasarkan hasil wawancara dengan ketua RT mengenai penyakit yang diderita warga selama 6 bulan terakhir ternyata warga RT 06 banyak yang terkena covid-19 berbeda dengan RT 07 yang dimana selama 6 bulan terakhir terdapat 10 warga menderita hipertensi dan 5 warga menderita diabetes melitus. Kemudian dari data yang kami peroleh RT 06 dan RT 07 untuk kegiatan posyandu selama pandemi dilakukan secara rutin melalui dor to dor. Kegiatan posyandu untuk balita maupun lansia dilakukan setiap bulan sesuai jadwal dari puskesmas setempat. Pemberian vitamin dilakukan secara rutin sesuai jadwal pemberian. Pemeriksaan gigi anak sudah rutin dilakukan dan penyuluhan sikat gigi yang benar dan benar sudah pernah diadakan.

Status gizi balita berdasarkan BB/U, TB/U, dan BB/TB didapatkan kondisi balita rata-rata di daerah ini baik atau diatas garis kuning kalau dilihat pada buku KMS. Cakupan imunisasi lengkap, kunjungan neonatal ke petugas kesehatan, dan cakupan penolong persalinan di daerah ini yakni tenaga kesehatan (dokter, bidan dan perawat) tergolong sudah sangat baik. Serta untuk pemberian ASI Eksklusif lebih baik dibandingkan dengan daerah lain disekitarnya. Sedangkan cakupan Ante Natal Care juga sudah bagus.

Pelaksanaan kegiatan pemberian TOGA dan sosialisasi tentang pentingnya menjaga imun dikala pandemi di wilayah RT 06 dan RT 07 RW 03 kelurahan Gunung Anyar Tambak berjalan dengan lancar. Peserta yang mengikuti kegiatan sosialisai sebanyak 16 orang. Dalam semua kegiatan mendapatkan hasil yang memuaskan. Namun dengan adanya beberapa kegiatan yang dilaksanakan, kami menemukan hambatan yang dihadapi selama kegiatan diantaranya: ada beberapa warga yang terkena covid-19 sehingga sulit melakukan kegiatan secara offline, warga kurang aktif dalam mengikuti kegiatan yang diadakan dilingkungan tempat tinggal.



**Gambar 1 Gotong Royong dan Menanam Tanaman Obat Keluarga (TOGA) di RT 06 dan RT 07 RW 03 Kelurahan Gunung Anyar**



**Gambar 2 Sosialisasi Pentingnya Menjaga Imun dikala Pandemi Secara Zoom Bersama Warga**

## DISKUSI

Tanaman obat keluarga yang biasanya disingkat dengan TOGA merupakan tanaman hasil budidaya yang berkhasiat sebagai obat. Toga pada hakikatnya yaitu sebidang tanah, baik di halaman rumah, kebun ataupun ladang yang digunakan khusus untuk membudidayakan tanaman yang berkhasiat sebagai obat (apotik hidup) (Adigunawan, 2018). Tanaman obat keluarga memiliki fungsi dalam bidang preventif (pencegahan), promotif (meningkatkan/menjaga kesehatan), kuratif (penyembuhan), dan rehabilitatif pemulihan. Selain itu toga juga berfungsi untuk mensejahterakan keluarga, pelestarian alam,



penghijauan, pemerataan pendapatan dan keindahan (Murdani, 2014).

Sistem imun adalah sistem yang membentuk kemampuan tubuh untuk melawan bibit penyakit dengan menolak berbagai benda asing yang masuk ke tubuh agar terhindar dari penyakit. Sistem imun mencakup semua struktur dan proses yang menyediakan pertahanan tubuh untuk melawan bibit penyakit dan dapat di kelompokkan menjadi dua kategori yaitu; sistem imun bawaan (innate) yang bersifat non-spesifik dan sistem imun adaptif yang bersifat spesifik. Daya tahan tubuh non-spesifik merupakan daya tahan terhadap berbagai bibit penyakit yang tidak selektif, artinya tubuh harus mengenal dahulu jenis penyakitnya dan tidak harus memilih bibit penyakit tertentu untuk dihancurkan. Adapun daya tahan tubuh spesifik adalah suatu daya tahan tubuh yang khusus untuk jenis bibit penyakit tertentu saja. Hal ini meliputi pengenalan terlebih dahulu terhadap bibit penyakit, kemudian tubuh akan memproduksi antibodi atau T-limfosit khusus yang hanya akan bereaksi terhadap bibit penyakit tersebut (Irianto, 2012). Daya tahan tubuh non-spesifik mencakup rintangan mekanis (kulit), rintangan kimiawi (lisozim dan asam lambung), sistem komplemen (opsinon, histamin, kemotoksin, dan kinin), interferon, fagositosis, demam, dan radang. Sedangkan daya tahan tubuh spesifik atau imunitas dibagi menjadi imunitas humoral yang menyangkut reaksi antigen dan antibodi yang komplementer di dalam tubuh dan imunitas seluler yang menyangkut reaksi sejenis sel (T-limfosit) dengan antigen di dalam tubuh. Secara umum sistem imun memiliki fungsi sebagai berikut: 1. Pembentuk kekebalan tubuh. 2. Penolak dan penghancur segala bentuk benda asing yang masuk ke dalam tubuh. 3. Pendeteksi adanya sel abnormal, infeksi dan patogen yang membahayakan. 4. Penjaga keseimbangan komponen dan fungsi tubuh

## KESIMPULAN

Pelaksanaan kegiatan penanaman toga dan sosialisasi yang dilakukan kelompok bahwa penyakit diabetes dan hipertensi ini dapat disembuhkan atau diringankan gejalanya dengan tanaman toga yang ada disekitar dengan dimanfaatkan sebagai minuman atau makanan yang dapat memberi khasiat untuk penderita hipertensi dan diabetes, contohnya tanaman serai dan daun salam.

## DAFTAR REFERENSI

- [1] Adigunawan, I Wayan Bagus.2018.Uji Aktivitas Antibakteri Ekstrak Etanol Daun Salam Terhadap Pertumbuhan Bakteri Streptococcus Pyogenes dan Klebsiella Pneumoniae.Diploma Thesis.Poltekes Denpasar.
- [2] Djafri, D, & Sri Ridha Hasanah. 2014. Meta-Analisis Faktor Risiko Modifiable Penyakit Kardiovaskular (Hipertensi, Penyakit Jantung Koroner dan Stroke) di Asia Tenggara. Laporan Hasil Penelitian. Universitas Andalas.
- [3] Hakim, M.R.A.K. 2018. Pengaruh Diit Rendah Garam terhadap Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi Usia Lansia (Di Dusun Candimulyo, Desa Candimulyo, Kecamatan Jombang, Kabupaten Jombang). Skripsi. Sekolah Tinggi Ilmu Keperawatan Insan Cendekia Medika Jombang.
- [4] Murdani, Hamra.2014.Gambaran Pengetahuan Masyarakat Tentang Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) di Wilayah Gamol RW 5 Kecamatan Sidomukti Kota Salatiga.skripsi.Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga
- [5] Susilo, A., Rumende, C.M., Pitoyo, C. W., Santoso, W.D., Yulianti, M., & Sinto. R.



---

Coronavirus disease 2019: Riview of current literatures. Jurnal Penyakit Dalam Indonesia, Vol. 7 No 1 (2020): 45-67.