

Penanaman Tanaman TOGA Guna Mencegah Stunting Di Desa Arul Kumer Selatan*Planting TOGA Plants To Prevent Stunting In South Arul Kumer Village***Hikmah Hikmah¹, Syahdan Syahputra²**¹⁻²Agroteknologi, Agribisnis, Perkebunan Kopi, Fakultas Pertanian, Universitas Gajah Putih,
Blang Bebangka, Kec Pegasing, Kab Aceh Tengah**Article History:**

Received: Desember 28, 2023

Accepted: Januari 30, 2024

Published: Februari 29, 2024

Keywords: *planting TOGA, planting vegetable plants in the home garden, nutritional intake, stunting.***Abstract.** *Stunting is an irreversible growth disorder that can be influenced by many factors, one of which is influenced by insufficient nutrition. One of the efforts made to prevent stunting is by planting TOGA plants in the yard. Planting TOGA plants is useful for preventing stunting because it can be used as a fitness drink, a concoction for minor health problems, and maintaining health, as well as improving nutrition. So it is safe for consumption, both by pregnant women and babies or toddlers. Planting TOGA plants in the home yard will influence the amount and type of variation in nutritional intake for toddlers, thereby avoiding chronic malnutrition and stunting.***Abstrak**

Stunting merupakan gangguan pertumbuhan yang bersifat irreversible yang dapat dipengaruhi oleh banyak faktor salah satunya dipengaruhi oleh nutrisi yang tidak mencukupi. Salah satu upaya yang dilakukan untuk mencegah stunting adalah dengan menanam tanaman TOGA di pekarangan rumah. Penanaman tanaman TOGA berguna untuk mencegah stunting karena dapat dimanfaatkan sebagai minuman kebugaran, ramuan untuk gangguan kesehatan ringan, dan memelihara kesehatan, serta meningkatkan gizi. Sehingga aman dikonsumsi, baik ibu hamil maupun bayi atau balita. Penanaman tanaman TOGA di pekarangan rumah akan mempengaruhi jumlah dan jenis variasi asupan gizi pada balita, sehingga terhindar dari malnutrisi kronis dan kejadian stunting.

Kata kunci : Tanaman Toga, Pemanfaatan lahan pekarangan, asupan gizi, stunting**PENDAHULUAN**

TOGA (tanaman obat keluarga) merupakan tanaman obat pilihan yang dapat ditanam di lingkungan rumah. (Ennimay, Rasyid & Sari, 2019). Setiap keluarga harus bisa mewujudkan kemandirian obat untuk menjaga kesehatan, salah satunya melalui budidaya TOGA. (Adit, 2020). Budidaya TOGA sendiri telah tertuang dalam Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 9 tahun 2016, yaitu tentang upaya pengembangan kesehatan tradisional melalui asuhan mandiri (self care) dengan pemanfaatan TOGA. Kebijakan ini sendiri dapat memperkuat upaya kesehatan, pencegahan penyakit, dan meningkatkan kualitas hidup seseorang.

Meningkatnya kesadaran, motivasi, dan kemampuan masyarakat untuk hidup sehat mampu mempercepat tercapainya status kesehatan yang optimal. (Kementerian Kesehatan RI, 2017). Namun masyarakat perkotaan cenderung mengabaikan kesehatan untuk mengutamakan kesejahteraan. Mereka baru akan berobat ketika penyakit yang diderita cenderung sudah parah (Suryati, 2022).

Hal ini dikarenakan perilaku preventif atau pencegahan belum menjadi kebudayaan masyarakat kota, khususnya keluarga muda. Sedangkan pencegahan akan penyakit sebenarnya dapat diatasi dengan memanfaatkan TOGA, akan tetapi hal tersebut tidak disadari oleh warga keluarga muda yang kebanyakan tidak mengenal TOGA. Pengetahuan masyarakat akan manfaat dan cara budidaya TOGA dinilai masih sangat kurang, sehingga belum ada lahan yang dimanfaatkan untuk tanaman obat. (Martono, Setiawan & Widodo, 2018).

Rendahnya pemanfaatan TOGA terjadi karena kurangnya pengembangan program dan sosialisasi TOGA kepada masyarakat oleh instansi kesehatan maupun dari dunia akademik. (Kholif, Susilowati & Sugito, 2017).

METODE

Untuk dapat menjalankan kegiatan pemberdayaan ini, maka diperlukan tahapan metode pelaksanaan yang terstruktur, yaitu;

Tahap I Diskusi Kelompok

Pada tahap ini, seluruh anggota kelompok 15 melakukan kegiatan diskusi terkait kegiatan pengabdian yang akan dilaksanakan. Seperti menentukan kegiatan dan sarana dan prasarana kegiatan.

Tahap II Mempelajari Materi Pemberdayaan

Pada tahap ini seluruh anggota kelompok mendatangi salah satu kediaman aparat desa Arul Kumer Selatan untuk membicarakan kegiatan atau pemberdayaan yang akan di lakukan .

Tahap III Pemberdayaan Sasaran

Manfaat dari pemberdayaan ini adalah untuk memberikan informasi dan penanaman TOGA dapat menjadi apotek hidup.

Cara Pembuatan

1. Siapkan bibit tanaman TOGA yang ingin ditanam.
2. Bersihkan lahan yang ingin digunakan sebagai media tanam dari gulma
3. Pengolahan lahan
4. Membuat bedengan dan memberi naungan agar tanaman yang di tanam terjaga
5. Melakukan penanaman tanaman TOGA

HASIL DAN PEMBAHASAN



Gambar 1. Pengolahan Lahan



Gambar 2. Penanaman Tanaman TOGA

Program penanaman tanaman TOGA yang dilakukan di Desa Arul Kumer Selatan, Kecamatan Silih Nara Kabupaten Aceh Tengah. Hal tersebut dapat memberi ilmu pengetahuan kepada para masyarakat yang ada di Desa Arul Kumer Selatan untuk lebih menyadari dan mengenal TOGA serta memanfaatkan lahan pekarangan rumah.

Hal ini dilakukan karena TOGA (tanaman obat keluarga) merupakan tanaman obat pilihan yang dapat ditanam di lingkungan rumah dan dapat mengatasi stunting.

Program ini diharapkan dapat memberi lebih banyak manfaat untuk banyak pihak. Mahasiswa dapat memanfaatkan program ini sebagai media untuk menambah wawasan tentang tanaman TOGA.

KESIMPULAN

Banyak masyarakat yang tidak menyadari manfaat dari tanaman TOGA, bahkan tidak mengenal apa itu tanaman TOGA. Sehingga banyak tanaman TOGA yang tumbuh liar dan tidak di manfaatkan. Melakukan penanaman tanaman TOGA adalah cara yang efektif dan

mampu mengatasi berbagai masalah penyakit dan memanfaatkan lahan pekarangan menjadi apotek hidup di Desa Arul Kumer Selatan.

Pemanfaatan tanaman obat keluarga sebagai obat-obatan tradisional bagi kalangan keluarga dapat diolah dengan cara sederhana, yaitu dengan cara ditumbuk atau direbus. Tanaman obat keluarga ini cukup ampuh untuk mengatasi beberapa masalah kesehatan umum seperti batuk, demam, gatal-gatal, dan sakit perut. Penggunaan tanaman obat tidak mempunyai efek samping bagi yang konsumsinya. Selain sebagai konsumsi untuk obat-obatan, penanaman tanaman obat-obatan disekitar pekarangan rumah adalah salah satu usaha 2 penghijauan sehingga rumah menjadi asri dengan tumbuhnya tanaman obat keluarga disekitar pekarangan rumah

DAFTAR PUSTAKA

- Adit, A. (2020, September 3). Akademi UNS Ini pentingnya tanaman obat keluarga bagi kesehatan. Diunduh dari <https://edukasi.kompas.com/read/2020/09/03/140030971/akademisi-uns-ini-pentingnya-tanaman-obat-keluarga-bagi-kesehatan?page=all>
- Ennimay., Rasyid, A., Sari, S. M. (2019). Pemanfaatan tanaman obat keluarga (TOGA) pada masyarakat. *DINAMISIA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3, 1-7. Diunduh dari <http://journal.unilak.ac.id/index.php/dinamisia/article/view/2833>
- Kemenkes RI, 2017. Profil kesehatan Indonesia. Jakarta.
- Kholif, M. A., Sugito., Susilowati. (2017). Strategi pemanfaatan lahan pekarangan untuk budidaya tanaman obat keluarga (TOGA). *PENAMAS ADI BUANA*, 2(2). Diunduh dari <http://jurnal.unipasby.ac.id/index.php/penamas/article/view/965>.
- Martono, Y., Setiawan, A., Widodo, S. (2018). Sarana budidaya tanaman obat keluarga (SABDA TOGA) untuk daerah perkotaan di RT 04 dan RT 06 RW 07 Kelurahan Tegalrejo Salatiga. *BERDIKARI: Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 1(1), 1-10. Diunduh dari <https://jurnaljpmi.com/index.php/jpmi/article/download/21/1>
- Suryati D, Amini R, Nurmiati, Meiyanti W, Bukhori Muslim. Penguatan ekonomi masyarakat melalui pemanfaatan lahan pekarangan di desa merembu, Lombok Barat. *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA*. 2022; 5(1): 40-44.