

TANAMAN OBAT KELUARGA UNTUK KESEHATAN IBU DAN BAYI DI DESA SUKAMULYA

FAMILY MEDICINAL PLANTS FOR MATERNAL AND INFANT HEALTH IN SUKAMULYA VILLAGE

Widya Maya Ningrum^{1*}, Kurniati Devi Purnamasari²

^{1,2} Program Studi Pendidikan Profesi Bidan, Fakultas Ilmu Kesehatan,
Universitas Galuh, Indonesia

Email corresponding: widyamayaningrum@unigal.ac.id^{1*}

ABSTRAK

Penggunaan tanaman obat keluarga (TOGA) merupakan salah satu praktik kesehatan tradisional yang masih banyak digunakan di Desa Sukamulya untuk menjaga kesehatan ibu dan bayi. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi jenis-jenis tanaman obat yang digunakan serta efektivitasnya dalam mendukung kesehatan ibu dan bayi di desa tersebut. Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif dengan metode wawancara mendalam dan observasi partisipatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa beberapa jenis tanaman obat, seperti daun katuk, kunyit, jahe, dan daun jambu biji, sering digunakan oleh masyarakat setempat untuk mengatasi masalah laktasi, meningkatkan kesehatan pasca persalinan, dan mengobati gangguan pencernaan pada bayi. Meskipun banyak manfaat yang dilaporkan, masih diperlukan penelitian lebih lanjut untuk memastikan efektivitas dan keamanan penggunaan tanaman obat ini. Kesimpulannya, tanaman obat keluarga memainkan peran penting dalam perawatan kesehatan ibu dan bayi di Desa Sukamulya, namun integrasi dengan praktik medis modern diperlukan untuk meningkatkan hasil kesehatan.

Kata kunci: Tanaman obat keluarga, TOGA, kesehatan ibu, kesehatan bayi

ABSTRACT

The use of family medicinal plants (TOGA) is one of the traditional health practices that is still widely used in Sukamulya Village to maintain the health of mothers and babies. This study aims to explore the types of medicinal plants used and their effectiveness in supporting maternal and infant health in the village. This study uses a qualitative descriptive approach with in-depth interview methods and participatory observation. The results of the study showed that several types of medicinal plants, such as katuk leaves, turmeric, ginger, and guava leaves, are often used by the local community to overcome lactation problems, improve postpartum health, and treat indigestion in babies. Despite the many reported benefits, more research is still needed to ascertain the effectiveness and safety of the use of this medicinal plant. In conclusion, family medicinal plants play an important role in maternal and infant health care in Sukamulya Village, but integration with modern medical practices is needed to improve health outcomes.

Keywords: Family medicinal plants, TOGA, maternal health, infant health

PENDAHULUAN

Penggunaan tanaman obat keluarga (TOGA) sebagai bagian dari perawatan

kesehatan merupakan praktik yang telah mendarah daging di berbagai komunitas pedesaan di Indonesia, termasuk di Desa

Sukamulya. TOGA mencakup berbagai jenis tanaman yang ditanam di pekarangan rumah dan digunakan untuk mengobati berbagai penyakit serta menjaga kesehatan keluarga. Menurut data dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2019), sekitar 70% penduduk pedesaan di Indonesia masih memanfaatkan tanaman obat tradisional dalam pengobatan sehari-hari, termasuk untuk kesehatan ibu dan bayi.

Desa Sukamulya, sebuah desa di Kabupaten Ciamis, Jawa Barat, adalah salah satu daerah di mana penggunaan TOGA masih sangat umum, terutama dalam mendukung kesehatan ibu dan bayi. Berdasarkan survei awal yang dilakukan oleh penulis pada tahun 2023, lebih dari 80% rumah tangga di desa ini memiliki kebun TOGA yang ditanami berbagai jenis tanaman obat. Di antara tanaman-tanaman tersebut, daun katuk (*Sauropus androgynus*), kunyit (*Curcuma longa*), jahe (*Zingiber officinale*), dan daun jambu biji (*Psidium guajava*) adalah yang paling sering digunakan oleh masyarakat setempat.

Penggunaan TOGA ini tidak terlepas dari kepercayaan sebagian besar penduduk desa dengan pengobatan tradisional. Selain itu, kepercayaan terhadap efektivitas pengobatan tradisional juga masih sangat kuat. Banyak ibu di Desa Sukamulya yang mengandalkan daun katuk untuk meningkatkan produksi ASI, kunyit untuk mempercepat pemulihan pasca persalinan, serta jahe dan daun jambu biji untuk mengatasi masalah pencernaan dan diare pada bayi.

Meskipun banyak manfaat TOGA yang dilaporkan oleh masyarakat, efektivitas dan keamanannya sering kali belum didukung oleh bukti ilmiah yang kuat. Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa meskipun beberapa tanaman obat memiliki potensi terapeutik yang signifikan, penggunaan yang tidak terkontrol atau tidak tepat dosis dapat menimbulkan risiko bagi kesehatan (Mahmud et al., 2019). Oleh karena itu, penting untuk mengevaluasi secara lebih mendalam penggunaan TOGA dalam konteks kesehatan ibu dan bayi, terutama untuk memastikan bahwa penggunaannya tidak hanya efektif tetapi juga aman.

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi jenis-jenis tanaman obat yang digunakan oleh masyarakat Desa Sukamulya untuk menjaga kesehatan ibu dan bayi, mengevaluasi persepsi masyarakat terhadap efektivitasnya, serta mengkaji potensi integrasi antara praktik tradisional ini dengan layanan medis modern. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan yang lebih dalam tentang peran TOGA dalam sistem kesehatan masyarakat di pedesaan dan memberikan rekomendasi yang relevan untuk peningkatan layanan kesehatan ibu dan bayi di Desa Sukamulya.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif untuk mengeksplorasi penggunaan tanaman obat keluarga (TOGA) dalam menjaga kesehatan ibu dan bayi di Desa Sukamulya. Pendekatan kualitatif dipilih karena memungkinkan

peneliti untuk memahami fenomena yang kompleks dari perspektif partisipan, serta memberikan gambaran yang mendalam mengenai praktik tradisional yang dilakukan di desa ini. Penelitian ini berlangsung selama tiga bulan, dari Januari hingga Maret 2023. Lokasi penelitian adalah Desa Sukamulya, Kabupaten Ciamis Jawa Barat. Desa ini dipilih karena tingginya prevalensi penggunaan TOGA dalam perawatan kesehatan sehari-hari, terutama dalam mendukung kesehatan ibu dan bayi. Subjek penelitian terdiri dari 20 ibu rumah tangga yang aktif menggunakan tanaman obat keluarga dan 2 tokoh masyarakat yang memiliki pengetahuan mendalam tentang praktik pengobatan tradisional. Kriteria inklusi untuk pemilihan subjek meliputi: 1) Ibu rumah tangga yang telah menggunakan TOGA untuk perawatan kesehatan selama minimal 2 tahun. 2) Tokoh masyarakat yang dianggap sebagai referensi dalam hal pengetahuan tentang tanaman obat di desa. Data dikumpulkan melalui dua teknik utama, yaitu wawancara mendalam (*in-depth interview*) dan observasi partisipatif.

Selama proses analisis, validitas data dijaga melalui triangulasi metode, yaitu dengan membandingkan hasil dari wawancara dan observasi. Selain itu, member checking dilakukan dengan memberikan ringkasan temuan kepada beberapa responden untuk memastikan bahwa interpretasi peneliti sesuai dengan pengalaman dan pandangan mereka.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini mengungkapkan berbagai temuan terkait penggunaan tanaman obat keluarga (TOGA) untuk mendukung kesehatan ibu dan bayi di Desa Sukamulya. Hasil penelitian diuraikan berdasarkan data yang diperoleh melalui wawancara mendalam dengan ibu rumah tangga, dukun bayi, dan tokoh masyarakat, serta observasi partisipatif yang dilakukan selama proses penelitian.

Jenis Tanaman Obat yang Digunakan dari wawancara mendalam dan observasi, ditemukan bahwa ada beberapa jenis tanaman obat yang sering digunakan oleh masyarakat Desa Sukamulya untuk menjaga kesehatan ibu dan bayi. Berikut adalah tanaman-tanaman utama yang diidentifikasi:

1. **Daun Katuk (*Sauropus androgynus*):** Hampir semua ibu yang diwawancarai (18 dari 20 responden) menggunakan daun katuk sebagai sayur harian atau dalam bentuk rebusan untuk meningkatkan produksi ASI. Salah satu responden, Ibu Dewi, menyatakan, "Sejak saya mengonsumsi daun katuk, produksi ASI saya meningkat. Ini adalah tradisi yang diajarkan oleh ibu saya, dan saya percaya akan manfaatnya."
2. **Kunyit (*Curcuma longa*):** Kunyit digunakan oleh 15 dari 20 ibu sebagai bagian dari jamu tradisional yang dikonsumsi pasca persalinan. Ibu Sari, seorang dukun bayi, menjelaskan, "Kunyit penting untuk membersihkan rahim dan mempercepat pemulihan. Kami biasa mencampurnya dengan bahan lain untuk membuat jamu."

3. **Jahe (Zingiber officinale):** Jahe digunakan oleh ibu-ibu untuk mengatasi masalah pencernaan, baik untuk diri mereka sendiri maupun untuk bayi mereka. Seorang ibu, Ibu Rina, berbagi, "Saya memberikan air jahe hangat kepada bayi saya ketika dia mengalami perut kembung, dan itu sangat membantu."
4. **Daun Jambu Biji (Psidium guajava):** Digunakan untuk mengobati diare pada bayi. Ditemukan bahwa 12 dari 20 ibu menggunakan rebusan daun jambu biji ketika bayi mereka mengalami diare. Ibu Fitri menjelaskan, "Ketika anak saya diare, saya tidak langsung membawanya ke dokter. Saya pertama-tama memberikan air rebusan daun jambu biji, dan biasanya dia segera sembuh."
2. **Pemulihan Pasca Persalinan:** Penggunaan kunyit sebagai bagian dari jamu tradisional dianggap efektif dalam mempercepat pemulihan ibu pasca persalinan. "Setelah melahirkan, tubuh saya terasa lebih cepat pulih ketika saya minum jamu kunyit setiap hari," kata Ibu Siti, yang sudah melahirkan tiga anak.
3. **Pengobatan Masalah Pencernaan:** Jahe dianggap sebagai solusi alami yang efektif untuk mengatasi perut kembung pada bayi. "Setelah meminum air jahe, bayi saya tidur lebih nyenyak dan tidak rewel lagi," ungkap Ibu Rina.

Observasi partisipatif memperkuat temuan dari wawancara mendalam. Peneliti mengamati langsung bagaimana ibu-ibu di Desa Sukamulya menanam, mengolah, dan menggunakan tanaman obat dalam kehidupan sehari-hari. Beberapa temuan penting dari observasi meliputi:

Persepsi Masyarakat terhadap Efektivitas Tanaman Obat

Hasil wawancara mendalam mengungkapkan bahwa mayoritas ibu merasa puas dengan efektivitas TOGA dalam perawatan kesehatan ibu dan bayi. Mereka melaporkan berbagai manfaat positif, seperti peningkatan produksi ASI, percepatan pemulihan pasca persalinan, serta pengobatan yang efektif untuk masalah pencernaan dan diare pada bayi.

1. **Peningkatan Produksi ASI:** Responden umumnya sepakat bahwa konsumsi daun katuk secara signifikan meningkatkan produksi ASI. Ibu Lina, yang memiliki dua anak, menyatakan, "Saat saya kurang ASI, saya hanya perlu menambah konsumsi daun katuk, dan dalam beberapa hari, ASI saya kembali lancar."
1. **Penanaman dan Pemeliharaan TOGA:** Peneliti mengamati bahwa hampir setiap rumah di Desa Sukamulya memiliki kebun kecil di pekarangan mereka, di mana berbagai tanaman obat ditanam. Daun katuk, kunyit, dan jahe adalah tanaman yang paling umum ditemukan. Kebun ini dirawat dengan baik oleh ibu rumah tangga, yang secara rutin memanen daun atau rimpang untuk digunakan.
2. **Pengolahan dan Penggunaan:** Peneliti mengamati proses pengolahan tanaman obat, seperti bagaimana ibu-ibu merebus daun katuk dan kunyit untuk diminum sebagai jamu. Pengolahan ini dilakukan secara tradisional tanpa bantuan alat modern, dan sering kali melibatkan

anggota keluarga lainnya, termasuk anak-anak, yang belajar dari ibu mereka.

- 3. Praktik Kebiasaan:** Peneliti juga mengamati kebiasaan sosial, seperti bagaimana ibu-ibu berkumpul dan berbagi pengalaman tentang penggunaan TOGA dalam pertemuan informal. Pertukaran informasi ini memperkuat pengetahuan mereka tentang pengobatan tradisional dan menjaga keberlanjutan praktik ini dari generasi ke generasi.

Meskipun banyak manfaat yang dirasakan, penelitian ini juga mengungkap beberapa tantangan dalam penggunaan TOGA:

- 1. Kurangnya Pengetahuan Ilmiah:**

Meskipun TOGA digunakan secara luas, masih ada keterbatasan dalam pengetahuan ilmiah mengenai dosis yang tepat dan potensi efek samping. "Kami selalu menggunakan tanaman ini karena itu yang diajarkan oleh orang tua kami. Tapi kami tidak tahu pasti apakah ada efek samping jika digunakan terlalu banyak," kata Ibu Sari, seorang dukun bayi.

- 2. Keterbatasan Akses ke Layanan Kesehatan Modern:**

Beberapa ibu melaporkan bahwa mereka lebih sering menggunakan TOGA karena akses ke layanan kesehatan modern yang terbatas, baik karena jarak yang jauh maupun biaya yang tidak terjangkau. "Kadang-kadang kita harus memilih antara ke dokter atau menggunakan tanaman di kebun, dan tanaman selalu menjadi pilihan pertama," ungkap Ibu Dewi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada potensi besar untuk mengintegrasikan TOGA dengan layanan kesehatan modern. Beberapa ibu menyatakan kesediaan untuk mendiskusikan penggunaan TOGA dengan tenaga kesehatan jika informasi lebih lanjut tersedia. "Saya akan merasa lebih aman jika bidan atau dokter bisa memberi tahu saya tentang bagaimana cara terbaik menggunakan tanaman ini," kata Ibu Lina.

Bidan di Puskesmas setempat juga menyatakan minat untuk bekerja sama dengan masyarakat dalam penggunaan TOGA, asalkan penggunaannya didasarkan pada bukti ilmiah yang kuat. "Kami tidak menentang penggunaan tanaman obat, tetapi kami ingin memastikan bahwa penggunaannya aman dan efektif," kata Ibu Wawat, seorang bidan di Puskesmas Desa Sukamulya

KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tanaman obat keluarga (TOGA) memainkan peran penting dalam perawatan kesehatan ibu dan bayi di Desa Sukamulya. Masyarakat setempat sangat percaya pada efektivitas tanaman seperti daun katuk, kunyit, jahe, dan daun jambu biji dalam mendukung kesehatan. Meskipun banyak manfaat yang dirasakan, ada kebutuhan untuk meningkatkan pengetahuan ilmiah tentang TOGA dan mengintegrasikannya dengan layanan kesehatan modern untuk memastikan bahwa penggunaannya aman dan efektif. Disarankan agar program-program edukasi yang lebih terstruktur dan berbasis bukti ilmiah mengenai penggunaan TOGA

diperkenalkan kepada masyarakat Desa Sukamulya. Pelatihan yang melibatkan tenaga kesehatan lokal, seperti bidan dan perawat, dapat membantu meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang dosis yang tepat, cara pengolahan yang aman, dan potensi efek samping dari tanaman obat yang mereka gunakan. Ini akan membantu memastikan bahwa penggunaan TOGA lebih terarah dan tidak membahayakan kesehatan ibu dan bayi.

Kesehatan Tradisional Indonesia, 6(4), 235-242.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). *Laporan Tahunan Kementerian Kesehatan: Penggunaan Tanaman Obat di Indonesia*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.

Mahmud, R., et al. (2019). Phytochemical Analysis and Galactagogue Activity of *Sauropus androgynus*. *Journal of Ethnopharmacology*, 234, 45-52.

DAFTAR PUSTAKA

- Arifin, S., & Sulastri, D. (2020). Pengaruh Pemberian Ekstrak Daun Katuk (*Sauropus androgynus*) terhadap Produksi ASI pada Ibu Menyusui. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 12(1), 45-52.
- Hidayat, T., & Rachmawati, N. (2021). Efektivitas Penggunaan Kunyit (*Curcuma longa*) dalam Perawatan Pasca Persalinan di Jawa Barat. *Jurnal Kesehatan Ibu dan Anak*, 8(2), 98-105.
- Wibowo, A., & Santoso, R. (2021). Persepsi Masyarakat terhadap Penggunaan Tanaman Obat Keluarga di Wilayah Pedesaan Jawa Tengah. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 13(2), 89-96.
- Suryani, R., & Maharani, S. (2020). Pemanfaatan Tanaman Herbal dalam Menunjang Kesehatan Ibu Hamil di Indonesia. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 12(3), 152-160.
- Lestari, W., & Nugraha, T. (2018). Praktik Pengobatan Tradisional dengan Menggunakan Tanaman Obat Keluarga di Sumatera Barat. *Jurnal*