

Dr. apt. Daru Estiningsih, M. Sc

# TANAMAN OBAT KELUARGA: PENGOLAHAN LAHAN DAN MANFAATNYA



# **TANAMAN OBAT KELUARGA: PENGOLAHAN LAHAN DAN MANFAATNYA**

Penulis:

Dr. apt. Daru Estiningsih, M. Sc

**UNDANG-UNDANG REPUBLIK INDONESIA  
NOMOR 28 TAHUN 2014 TENTANG HAK CIPTA**

**LINGKUP HAK CIPTA**

Pasal 1

1. Hak Cipta adalah hak eksklusif pencipta yang timbul secara otomatis berdasarkan prinsip deklaratif setelah suatu ciptaan diwujudkan dalam bentuk nyata tanpa mengurangi pembatasan sesuai dengan ketentuan peraturan perundang-undangan.

**KETENTUAN PIDANA**

Pasal 113

1. Setiap Orang yang dengan tanpa hak melakukan pelanggaran hak ekonomi sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf i untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 1 (satu) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp 100.000.000 (seratus juta rupiah).
2. Setiap Orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf c, huruf d, huruf f, dan/atau huruf h untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 3 (tiga) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp500.000.000,00 (lima ratus juta rupiah).
3. Setiap Orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf a, huruf b, huruf e, dan/atau huruf g untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 4 (empat) tahun dan/ atau pidana denda paling banyak Rp1.000.000.000,00 (satu miliar rupiah).
4. Setiap Orang yang memenuhi unsur sebagaimana dimaksud pada ayat (3) yang dilakukan dalam bentuk pembajakan, dipidana dengan pidana penjara paling lama 10 (sepuluh) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp4.000.000.000,00 (empat miliar rupiah).

# TANAMAN OBAT KELUARGA: PENGOLAHAN LAHAN DAN MANFAATNYA

Penulis:

Dr. apt. Daru Estiningsih, M. Sc

*All rights reserved*

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang  
Hak Penerbitan pada Duta Media Press

**ISBN : 978-623-10-0946-3**

**Editor :**

Dr. apt. Moch. Saiful Bachri, M. Si.

**Desain Cover :**

Ahmad Mufid Anwari

ii + 90 hlm: 15,5 x 23 cm

Cetakan Pertama, Juni 2024

Penerbit:

**PT. Duta Media Press**

Jl. Abiyasa, Ngentak, Bangunjiwo, Kasihan Bantul, D.I.Yogyakarta

Kontak: +62889-5849-917

Email: dutamediapres@gmail.com

Web: dutamediapress.com





## Kata Pengantar

Segala Puji Syukur dipanjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa sehingga buku ini dapat diselesaikan dengan tepat waktu. Buku ini disusun dan diterbitkan dengan tujuan sebagai referensi para guru, mahasiswa, dan dosen khususnya. Pekarangan merupakan salah satu bagian rumah yang sangat akrab dan bisa menjadi tempat favorit bagi penghuninya, tetapi sangat bisa jadi tempat ini menjadi bagian yang terabaikan karena kesibukan atau rutinitas lain yang dirasakan lebih penting dari pada mengurus pekarangan.

Pandangan bahwa pekarangan bagian yang tidak penting dan tidak berguna harus dihilangkan karena ini adalah potensi yang bisa dikembangkan yaitu dengan penanaman Tanaman Obat Keluarga (TOGA) sebagai salah satu kearifan local yang sangat kaya namun belum dikelola secara maksimal. Tentunya rendahnya pemanfaatan TOGA disebabkan oleh beberapa seperti; 1) tingkat pengetahuan masyarakat tentang jenis-jenis dan manfaat TOGA yang masih kurang; 2) kurangnya pengetahuan tentang bagaimana cara pembudidayaan atau penanamannya; 3) tidak mengetahui mengelola hasil yang diperoleh dari penanaman TOGA di pekarangan. Sehingga untuk mengatasi permasalahan tersebut, penulis mencarikan solusinya yakni melalui jenis tanaman herbal yang tumbuh alami serta sebagian kecil yang sudah dimanfaatkan untuk penanaman TOGA

Buku ini membahas tentang pengolahan lahan dan pemanfaatannya yang ada di sekitar kita untuk tujuan Kesehatan, selain itu dibahas pula bagaimana memanfaatkan penanaman

tanaman herbal serta peluang untuk dikembangkan agar dapat menjadi sumber pendapatan keluarga.

Penulis mengucapkan terima kasih kepada semua tim terkait atas partisipasi, dukungan, kerja sama yang baik, sehingga buku ini layak untuk diterbitkan sebagai buku monograf. Buku ini telah dibuat dengan baik, namun disadari masih kekurangan seperti pepatah yang mengatakan bahwa tidak ada gading yang tak retak, sehingga dimungkinkan masih ada yang kurang sempurna. Untuk itu, penulis sangat mengharapkan kritik, masukan dan saran yang konstruktif dari pembaca demi perbaikan dan kesempurnaannya.

Semoga buku ini dapat memberikan manfaat bagi para pembaca, sekaligus memberikan suatu sumbangan pemikiran bagi peningkatan dan pengembangan ilmu pengetahuan.

Yogyakarta, Juni 2024

Penulis,

**Dr. apt. Daru Estiningsih, M. Sc**



# DAFTAR ISI

<b>Kata Pengantar</b> .....	v
<b>Daftar Isi</b> .....	vii

## **BAB I**

<b>PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
--------------------------	----------

## **BAB II**

<b>KONSEP DASAR TANAMAN OBAT KELUARGA</b> .....	<b>9</b>
A. Definisi dan ruang lingkup .....	9
B. Sejarah dan perkembangannya .....	12
C. Teknik Budidaya Tanaman Obat Keluarga .....	15
1. Pemilihan Lokasi dan Media Tanam .....	15
2. Perawatan Tanaman .....	19
3. Pengendalian Hama dan Penyakit .....	23


## **BAB III**

<b>KHASIAT DAN JENIS TANAMAN OBAT KELUARGA (TOGA)</b> .....	<b>31</b>
A. Kunyit ( <i>Curcuma longa</i> ) .....	31
B. Sereh ( <i>Cymbopogon citratus</i> ) .....	34
C. Lengkuas ( <i>Alpinia purpurata</i> K. Schum) .....	38
D. Daun Sirih Merah ( <i>Piper crocatum</i> ) .....	40
E. Sirih Hijau ( <i>Piper battle</i> ) .....	43
F. Binahong ( <i>Anredera cordifolia</i> ) .....	45
G. Jahe ( <i>Zingiber officinalae</i> ) .....	48
H. Kencur ( <i>Kaemferia galang L</i> ) .....	50
I. Petai Cina ( <i>Leucaena leucocephala</i> ) .....	53
J. Jeruk Nipis ( <i>Citrus aurantifolia</i> ) .....	55

<b>BAB IV</b>	
<b>IMPLEMENTASI PENANAMAN TANAMAN OBAT</b>	
<b>KELUARGA (TOGA).....</b>	<b>59</b>
<b>BAB V</b>	
<b>PENUTUP.....</b>	<b>77</b>
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>75</b>
<b>PROFIL PENULIS.....</b>	<b>83</b>
<b>INDEKS.....</b>	<b>85</b>

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar 1.</b> Rimpang Kunyit .....	31
<b>Gambar 2.</b> Sereh .....	34
<b>Gambar 3.</b> Rimpang Lengkuas.....	38
<b>Gambar 4.</b> Daun Sirih Merah.....	40
<b>Gambar 5.</b> Daun Sirih Hijau .....	43
<b>Gambar 6.</b> Daun Binahong .....	45
<b>Gambar 7.</b> Rimpang Jahe .....	48
<b>Gambar 8.</b> Rimpang Kencur .....	50
<b>Gambar 9.</b> Gambar Petai cina .....	53
<b>Gambar 10.</b> Jeruk Nipis .....	55



# BAB I

## PENDAHULUAN

Obat tradisional dikenal sebagai bahan atau ramuan yang berupa bahan tumbuhan, bahan hewan, bahan mineral, sediaan sarian (galenik) atau campuran dari bahan tersebut yang secara turun temurun telah digunakan untuk pengobatan dalam waktu yang sangat lama oleh masyarakat. Obat tradisional di Indonesia sangat besar peranannya dalam pelayanan kesehatan, sehingga obat tradisional sangat berpotensi untuk dikembangkan. Indonesia kaya akan tanaman obat-obatan, yang mana masih belum dimanfaatkan secara optimal untuk Kesehatan (Dipuja, Diah Anugrah; Nurhidayati, Atikah; Maulana et al., 2022).

Penanaman TOGA (Tanaman Obat Keluarga) dapat dilakukan pada lahan yang minimalis di sekitar atau di pekarangan rumah. TOGA sebagai obat tradisional karena selain harganya yang cukup murah juga tidak menimbulkan efek samping bagi kesehatan. Selain manfaat yang besar tersebut, perawatan TOGA juga tergolong mudah

dan dapat dilakukan pada halaman rumah. Melihat kondisi semakin menurunnya pemanfaatan tanaman herbal dalam pengobatan maka tim pengabdian masyarakat mengadakan sosialisasi terkait pemanfaatan tanaman herbal dan cara pengolahannya, serta mengadakan penanaman tanaman obat keluarga (TOGA).

Diketahui Indonesia sangat kaya akan keanekaragaman hayati, diantaranya berupa ratusan jenis tumbuhan/tanaman obat. Tumbuhan tersebut banyak dimanfaatkan selain untuk penyembuhan dan pencegahan penyakit, juga untuk peningkatan daya tahan tubuh, serta pengembalian kesegaran yang pada akhirnya meningkatkan kesehatan masyarakat.

Disinilah jenis tanaman obat, pada umumnya lebih banyak tumbuh sebagai tanaman liar, akan tetapi pada saat ini tanaman obat banyak ditanam di kebun dan dilahan pekarangan. Oleh karena itu bibit tanaman obat banyak dibutuhkan oleh masyarakat untuk ditanam di lahan pekarangan.

Menurut Permenkes RI No.26 tahun 2018, obat tradisional merupakan bahan atau ramuan yang berasal dari tumbuhan, hewan, bahan mineral, campuran sediaan sarian yang secara turun temurun telah digunakan untuk

dengan hati-hati. Waktu panennya yaitu pada musim kemarau karena pada saat itu kandungan zat sebagai obatnya lebih banyak (Rahardjo & Rostiana, 2005).

## B. SEREH (*Cymbopogon citratus*)



Sumber; Internet

Gambar 2. Sereh

### **Khasiat:**

#### 1. Sebagai minuman

Minuman dari sereh untuk meningkatkan daya tahan tubuh karena dari batang sereh mengandung vitamin B, Vitamin C, fosfor, mangan, tembaga, zinc, dan besi yang dibutuhkan untuk membentuk imun tubuh yang kuat.

### C. LENGKUAS (*Alpinia purpurata* K. Schum)



Sumber; Internet

Gambar 3. Rimpang Lengkuas

#### **Khasiat:**

Terdapat komponen aktif yang dapat menghambat bakteri penyebab diare yaitu *Escherichia coli* yang berkembang dalam tubuh manusia. Lengkuas juga berkhasiat sebagai antiinflamasi dan analgetik serta antialergi (Hardiman, 2014)

#### **Contoh cara penyajian;**

1. Siapkan segenggam lengkuas di potong kecil atau tipis, kemudian di masukan kedalam wadah
2. Masukan 2 gelas air (400ml) dan dididihkan hingga mendapatkan 1 gelas air rebusan
3. Dinginkan dan saring rebusan lengkuas kemudian diminumkan pada penderita diare.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adelina, S. O., Adelina, E., & Hasriyanty. (2017). Identifikasi Morfologi Dan Anatomi Jeruk Lokal (Citrus Sp) Di Desa Doda Dan Desa Lempe Kecamatan Lore Tengah Kabupaten Poso. *Jurnal Agrotekbis*, 5(1), 58–65.
- Albuquerque, U. P., de Sousa, D. J., de Barros, E. M., de Aguiar, A., & de Lima, A. L. (2012). *Medicinal plants of the caatinga (semi-arid)*
- Altieri, M. A., & Nicholls, C. I. (2004). *Biodiversity and pest management in agroecosystems*. CRC Press.
- Azizi, A., Mirza, M., & Bhat, M. (2018). *Agroecological approaches for sustainable medicinal plant cultivation: A review*. In A. H. Mirza, & M. A. Beigh (Eds.), *Medicinal Plants and Environmental Challenges* (pp. 45-57).
- Bodeker, G., Kronenberg, F., & Aerts, A. (2015). *The significance of gardens in enhancing human well-being: A conceptual framework*. In B. R. R. Pérez-Camacho, & B. R. R. Pérez-Camacho (Eds.), *Public health and wellbeing in the anthropocene* (pp. 47-62). Springer.

## *Tentang Penulis*



**Dr. apt. Daru Estiningsih, M. Sc.** lahir di Yogyakarta, pada 14 Mei 1971. Menyelesaikan pendidikan S1 di Fakultas Farmasi Universitas Gadjah Mada (UGM), Profesi di Program Studi Profesi Apoteker Fakultas Farmasi UGM, S2 di Program Magister Farmasi Klinik Fakultas Farmasi UGM dan S3 di Program Doktor Ilmu Farmasi Fakultas Farmasi UGM. Sampai saat ini penulis sebagai dosen Program Studi Farmasi Universitas Alma Ata Yogyakarta.