

PEMBERDAYAAN DESA MELALUI *HERBAL GARDEN* : Mendukung Kesehatan Reproduksi dengan Tanaman Obat di Desa Sukamulya Tahun 2024

Ririn Lestari

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Galuh

email: ririn.lestari@unigal.ac.id

Widya Maya Ningrum

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Galuh

email: widyamayaningrum@unigal.ac.id

Arifah Septiane Mukti

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Galuh

Email: arifahnenden@gmail.com

Abstrak

Pengabdian masyarakat melalui pembangunan Herbal Garden di Desa Sukamulya merupakan inisiatif yang diarahkan untuk meningkatkan kesehatan reproduksi dan kesejahteraan ekonomi masyarakat desa melalui penggunaan tanaman obat tradisional. Dengan fokus pada tanaman seperti kunyit, kencur, temulawak, sambiloto, daun katuk, dan daun sirih, kegiatan ini mendekatkan masyarakat dengan praktik-praktik kesehatan alami yang telah turun-temurun menjadi bagian dari warisan lokal. Pelaksanaan kegiatan dibagi menjadi tiga tahapan utama: persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Secara ekonomi, kegiatan ini berhasil membuka peluang baru bagi masyarakat untuk meningkatkan pendapatan melalui penjualan tanaman dan produk herbal. Namun, kegiatan ini menghadapi beberapa hambatan seperti keterbatasan sumber daya, aksesibilitas lahan, dan fluktuasi iklim yang mempengaruhi pertumbuhan tanaman. Kegiatan Herbal Garden di Desa Sukamulya menawarkan model berharga tentang bagaimana prinsip-prinsip kesehatan tradisional dan modern dapat diintegrasikan untuk membantu masyarakat pedesaan mencapai kemandirian ekonomi dan kesehatan yang lebih baik. Melalui pendekatan holistik ini, kegiatan ini tidak hanya memperkuat kapasitas kesehatan lokal tapi juga mempromosikan pengelolaan sumber daya alam yang berkelanjutan.

Kata Kunci: *Herbal Garden*, Kesehatan Reproduksi, Wanita Usia Subur

Abstract

Community service through the construction of a Herbal Garden in Sukamulya Village is an initiative aimed at improving the reproductive health and economic welfare of village communities through the use of traditional medicinal plants. With a focus on plants such as turmeric, galangal, ginger, bitter, katuk leaves and betel leaves, this activity brings people closer to natural health practices that have been part of the local heritage for generations. Implementation of activities is divided into three main stages: preparation, implementation, and evaluation. Economically, this activity has succeeded in opening up new opportunities for the community to increase their income through the sale of plants and herbal products. However, this activity faces several obstacles such as limited resources, land accessibility, and climate fluctuations that affect plant growth. The Herbal Garden activities in Sukamulya

Village offer a valuable model of how traditional and modern health principles can be integrated to help rural communities achieve economic independence and better health. Through this holistic approach, this activity not only strengthens local health capacity but also promotes sustainable management of natural resources.

Herbal Garden, Reproductive Health, women of reproductive age

1. PENDAHULUAN

Kesehatan reproduksi merupakan salah satu aspek vital yang sangat mempengaruhi kualitas hidup wanita, baik sebagai individu maupun dalam konteks masyarakat lebih luas. Secara khusus, masalah kesehatan menstruasi, termasuk haid yang tidak teratur dan sindrom menstruasi, sering kali menjadi pokok bahasan penting dalam pembahasan kesehatan wanita usia subur. Data dari World Health Organization menyatakan bahwa sekitar 80% wanita di seluruh dunia mengalami menstruasi yang tidak teratur. Lebih lanjut, hasil riset kesehatan dasar pada tahun 2018 di Indonesia menunjukkan bahwa sebanyak 11,7% remaja putri mengalami haid yang tidak teratur. Gangguan menstruasi ini tidak hanya menyebabkan nyeri haid dan gangguan jumlah perdarahan tetapi juga Pre Menstrual Syndrome (PMS), yang jika tidak ditangani dengan tepat dapat mempengaruhi kualitas hidup dan kesuburan. Dampak dari masalah menstruasi yang tidak teratur termasuk potensi anovulasi, dimana tidak terjadi ovulasi pada siklus menstruasi, sehingga meningkatkan risiko kesulitan dalam memiliki keturunan atau infertilitas. Oleh karena itu, menjaga kesehatan menstruasi bukan hanya penting untuk kesehatan fisik tetapi juga untuk keberlanjutan generasi berikutnya, membuatnya menjadi komponen kunci dalam membangun kualitas sumber daya manusia yang berkelanjutan.

Di banyak komunitas, terutama di wilayah pedesaan atau terpencil, pendekatan ethnomedicine—yang mencakup pengetahuan, praktik, dan kepercayaan yang diwariskan turun-temurun—masih sangat relevan dan berperan penting dalam menjaga kesehatan reproduksi. Praktik ini sering kali memiliki akar yang kuat dalam budaya dan lingkungan lokal, menawarkan solusi berbasis alam yang telah terbukti efektif sepanjang generasi. Desa Sukamulya di Indonesia adalah contoh nyata dari komunitas yang masih menghargai dan menerapkan ethnomedicine secara luas dalam kehidupan sehari-hari. Penggunaan tanaman obat tradisional, seperti kunyit, kencur, temulawak, sambiloto, daun katuk, dan daun sirih, telah menjadi bagian integral dari pengobatan tradisional di desa ini, khususnya dalam mengatasi masalah menstruasi yang abnormal. Namun, tantangan utama yang dihadapi adalah ketersediaan tanaman obat tersebut, yang sering kali dibatasi oleh jumlah orang yang menanamnya, menimbulkan masalah aksesibilitas dan keberlanjutan penggunaannya. Jika masalah aksesibilitas dan keberlanjutan penggunaan tanaman obat di Desa Sukamulya tidak segera ditangani, dampak yang dapat terjadi cukup signifikan dan memiliki konsekuensi jangka panjang, baik untuk kesehatan individu maupun kesejahteraan komunitas secara keseluruhan.

Akses yang terbatas terhadap tanaman obat akan secara langsung mempengaruhi kemampuan wanita dalam mengelola dan mengatasi gangguan kesehatan menstruasi yang mereka alami. Tanaman seperti kunyit, kencur, dan temulawak, yang telah terbukti efektif dalam meredakan nyeri menstruasi dan mengatur siklus haid, jika sulit diakses, akan memaksa wanita untuk mencari alternatif lain yang mungkin tidak seefektif atau seaman pengobatan tradisional yang telah mereka andalkan selama generasi. Terbatasnya ketersediaan tanaman obat ini juga bisa mempengaruhi pengetahuan tradisional. Pengetahuan tentang cara penggunaan dan manfaat tanaman obat ini, yang diwariskan dari generasi ke generasi, bisa terancam punah jika generasi muda tidak melihat atau mengalami langsung manfaat dari tanaman ini karena kurangnya akses. Ini berarti pengetahuan berharga yang telah membantu komunitas selama berabad-abad bisa hilang.

Selain itu, jika masalah ini tidak ditangani, dampak ekonomi juga bisa menjadi pertimbangan. Untuk beberapa keluarga, budidaya tanaman obat bisa menjadi sumber pendapatan. Kegiatan ini tidak hanya membantu keberlangsungan hidup mereka tetapi juga mendukung ekonomi lokal. Ketika akses terbatas dan tanaman obat tidak dikelola dengan baik, potensi ekonomi ini tidak bisa dimaksimalkan. Oleh karena itu, sangat penting untuk mengambil langkah-langkah yang konkrit dalam memastikan aksesibilitas dan keberlanjutan penggunaan tanaman obat. Ini tidak hanya tentang menjaga kesehatan reproduksi wanita tetapi juga tentang melestarikan pengetahuan budaya, menguatkan identitas komunitas, dan mendukung ekonomi lokal yang berkelanjutan. Dengan pengabdian masyarakat melalui pemberdayaan Herbal Garden dapat mengatasi tantangan ini, memastikan bahwa tanaman obat dapat lebih mudah diakses oleh masyarakat luas, terutama wanita, untuk menjaga dan meningkatkan kesehatan reproduksi mereka.

2. IDENTIFIKASI MASALAH

Masalah ketersediaan lahan yang memadai untuk pengembangan kebun obat di Desa Sukamulya merupakan salah satu tantangan utama dalam proyek Herbal Garden. Desa ini, meskipun kaya akan sumber daya alam, menghadapi kendala signifikan dalam alokasi lahan yang cukup luas dan kondusif untuk budidaya tanaman obat. Hal ini tidak hanya mempengaruhi skala kegiatan tetapi juga potensi keseluruhan dari proyek dalam meningkatkan kesejahteraan ekonomi dan kesehatan masyarakat.

3. METODOLOGI PELAKSANAAN

Pemberdayaan masyarakat melalui Herbal Garden di Desa Sukamulya diimplementasikan dalam tiga tahapan yang sistematis: tahap persiapan, tahap pelaksanaan, dan tahap evaluasi. Setiap tahapan memiliki fokus yang spesifik untuk memastikan keberhasilan dan keberlanjutan dari inisiatif ini.

1. Tahap Persiapan

Pada tahap ini, fokus utama adalah pengumpulan data, perencanaan, dan koordinasi dengan semua pemangku kepentingan. Ini meliputi:

- a. Identifikasi dan pemetaan lokasi: Menentukan lokasi yang paling sesuai untuk Herbal Garden berdasarkan kriteria seperti aksesibilitas, kualitas tanah, dan ketersediaan air.
- b. Pengadaan sumber daya: Mengamankan sumber daya yang dibutuhkan, termasuk benih atau bibit tanaman, alat bertani, dan bahan lain yang diperlukan untuk penanaman.
- c. Pelatihan tim pelaksana: Melakukan pelatihan untuk kader dan wanita usia subur yang akan terlibat langsung dalam kegiatan, memastikan mereka memiliki pengetahuan dan keterampilan yang diperlukan untuk mengelola Herbal Garden.
- d. Sosialisasi kegiatan: Menyebarkan informasi tentang kegiatan kepada komunitas untuk meningkatkan kesadaran dan mendapatkan dukungan lebih luas.

2. Tahap Pelaksanaan

Tahap ini adalah pelaksanaan aktif dari Herbal Garden, dengan langkah-langkah sebagai berikut:

- a. Penanaman: Melaksanakan penanaman berbagai tanaman obat sesuai dengan rencana yang telah ditetapkan pada tahap persiapan.
- b. Pendampingan dan monitoring berkala: Menyediakan dukungan terus-menerus kepada para kader dan wanita usia subur dalam mengelola tanaman, termasuk cara pemeliharaan, pengendalian hama, dan teknik pemanenan yang berkelanjutan.
- c. Kegiatan edukasi: Melaksanakan workshop dan sesi belajar tentang manfaat kesehatan dan teknik penggunaan tanaman obat untuk memperkuat pengetahuan dan keterampilan komunitas.

3. Tahap Evaluasi

Tahap evaluasi bertujuan untuk menilai efektivitas dan dampak kegiatan serta mengidentifikasi area untuk perbaikan di masa depan:

- a. Pengumpulan dan analisis data: Mengumpulkan data terkait pertumbuhan tanaman, partisipasi komunitas, dan penggunaan tanaman obat dalam praktik kesehatan lokal.
- b. Feedback dari komunitas: Mengadakan forum diskusi dengan peserta kegiatan untuk mendapatkan masukan dan testimoni mereka tentang manfaat dan hambatan yang dihadapi selama kegiatan.
- c. Penyusunan laporan dan rekomendasi: Menyusun laporan yang mendetail tentang pencapaian dan hambatan kegiatan serta menyusun rekomendasi untuk perbaikan dan inisiatif serupa di masa depan.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Proyek Herbal Garden yang dilaksanakan di Desa Sukamulya telah menunjukkan hasil yang signifikan dalam beberapa aspek yang berkaitan dengan pengetahuan dan pemanfaatan tanaman obat oleh masyarakat setempat, serta dampak ekonomi yang dihasilkan dari kegiatan tersebut. Program ini dirancang untuk meningkatkan kesadaran dan keterampilan dalam penggunaan dan budidaya tanaman obat, dengan tujuan akhir untuk mendukung kesehatan reproduksi dan menginisiasi sumber pendapatan baru melalui penjualan produk herbal.

Tabel 1. Distribusi frekuensi peningkatan pengetahuan

Pengetahuan	Sebelum		Sesudah	
	Frekuensi (N)	Persentase (%)	Frekuensi (N)	Persentase (%)
Baik	3	10	24	80
Cukup	21	70	6	20
Kurang	6	20	0	0
Total	30	100	30	100

Dari hasil pretest dan posttest yang dilakukan sebelum dan setelah serangkaian pelatihan, terlihat adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan di antara peserta. Skor rata-rata posttest menunjukkan peningkatan dibandingkan dengan skor pretest. Hal ini menandakan bahwa materi pelatihan yang disampaikan efektif dalam meningkatkan pemahaman masyarakat tentang manfaat kesehatan dari tanaman obat dan teknik budidaya yang tepat. Peserta pelatihan juga menunjukkan peningkatan keterampilan dalam mengidentifikasi tanaman, memanen, serta mengolah tanaman menjadi produk yang siap pakai atau dijual.

Secara ekonomi, kebun obat telah memulai transformasi dalam ekonomi lokal. Beberapa peserta telah mulai menghasilkan dan menjual produk berbasis tanaman obat, seperti teh herbal, salep, dan suplemen. Ini tidak hanya meningkatkan pendapatan mereka tetapi juga memperkenalkan model bisnis baru dalam komunitas yang sebelumnya bergantung pada pertanian subsisten atau pekerjaan musiman. Kegiatan ini juga menarik minat pemuda desa yang sebelumnya tidak terlibat dalam pertanian, membuka peluang kerja dan usaha baru di desa.

Salah satu hasil yang paling menonjol adalah peningkatan kesadaran dan partisipasi masyarakat dalam kegiatan kebun obat. Masyarakat mulai melihat nilai jangka panjang dari menjaga dan menggunakan tanaman obat, tidak hanya sebagai sumber pengobatan alternatif tetapi juga sebagai bagian dari warisan budaya mereka yang bisa dijadikan keuntungan ekonomi. Ini tercermin dari jumlah peserta yang meningkat dalam kegiatan pelatihan dan keinginan masyarakat untuk terlibat secara aktif dalam pengelolaan dan pengembangan kebun obat.

Melalui pelaksanaan dan hasil dari proyek Herbal Garden, terlihat jelas bahwa integrasi pengetahuan tradisional dengan praktek modern dalam penggunaan tanaman obat bisa

memberikan banyak manfaat. Namun, masih ada beberapa tantangan yang perlu diatasi untuk memastikan keberlanjutan dan skalabilitas proyek ini. Keterbatasan lahan dan sumber daya, serta kebutuhan untuk terus meningkatkan keterampilan masyarakat, adalah beberapa area yang memerlukan perhatian lebih lanjut. Selanjutnya, menjaga motivasi dan partisipasi masyarakat merupakan kunci untuk memastikan bahwa kegiatan ini bukan hanya berjalan sesaat tapi menjadi bagian integral dari kehidupan masyarakat Desa Sukamulya.

Proyek ini telah membuka banyak peluang dan potensi untuk replikasi di wilayah lain, serta pengembangan lebih lanjut untuk menginclude lebih banyak jenis tanaman dan produk berbasis herbal. Dengan dukungan yang berkelanjutan dari pemangku kepentingan, Herbal Garden di Desa Sukamulya dapat menjadi model untuk pengembangan berkelanjutan dan pemberdayaan masyarakat di banyak daerah lain di Indonesia.



Gambar 1. Kegiatan *story telling*

5. KESIMPULAN

Kesimpulan dari pembahasan tentang pelaksanaan pengabdian masyarakat melalui kegiatan Herbal Garden di Desa Sukamulya menunjukkan bahwa kegiatan ini memiliki potensi besar untuk memberikan manfaat ekonomi dan sosial bagi komunitas. Inisiatif ini tidak hanya meningkatkan kesejahteraan ekonomi melalui peningkatan pendapatan dari penjualan tanaman obat dan produk turunannya, tetapi juga memperkuat kohesi sosial dan kapasitas komunitas dalam pengelolaan sumber daya alam secara berkelanjutan.

Namun, terdapat beberapa tantangan yang harus dihadapi, termasuk keterbatasan sumber daya, akses ke lahan yang adekuat, penerimaan komunitas, serta kondisi iklim dan lingkungan yang tidak menentu. Untuk mengatasi tantangan ini, diperlukan komitmen kuat dari semua pihak yang terlibat, termasuk pemerintah lokal, mitra akademik, dan terutama masyarakat itu sendiri, untuk memastikan keberlanjutan dan kesuksesan kegiatan.

Mitra kegiatan memainkan peran kritis dalam menyediakan sumber daya, pengetahuan, dan dukungan teknis yang diperlukan untuk membantu kegiatan mencapai tujuannya. Dengan kerja sama yang baik dan strategi yang efektif, kegiatan Herbal Garden di Desa Sukamulya dapat menjadi model untuk pengembangan serupa di daerah lain, yang menunjukkan bagaimana integrasi antara pendekatan tradisional dan modern dalam pengelolaan kesehatan dan sumber daya alam dapat menciptakan dampak yang berarti dan berkelanjutan..

6. UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada semua yang telah mendukung dan berpartisipasi dalam kegiatan ini. Tanpa dedikasi dan komitmen dari semua pihak, kegiatan Herbal Garden di Desa Sukamulya tidak akan mampu mencapai hasil yang signifikan. Kami berharap laporan ini akan membuka jalan bagi lebih banyak inisiatif yang berfokus pada pengembangan berkelanjutan dan pemberdayaan masyarakat di berbagai wilayah.

7. REFERENSI

- Anderson, R. K., et al. (2020). *Herbal Medicines in Traditional Cultures*. Oxford University Press.
- Budi, S., & Rahayu, S. (2018). *Penggunaan Tanaman Obat dalam Masyarakat Tradisional*. Jakarta: Penerbit Buku Kompas.
- Dawson, T. J., & Parker, P. (2019). *Sustainable Horticultural Systems: Issues, Technology and Innovation*. Springer Nature.
- Departemen Kesehatan RI. (2017). *Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta: Departemen Kesehatan Republik Indonesia.
- Hariyadi, P., & Sudiby, A. (2021). *Konservasi dan Pemanfaatan Sumber Daya Alam di Indonesia*. Bandung: ITB Press.
- Kumar, S., & Pandey, A. K. (2013). "Chemistry and Biological Activities of Flavonoids: An Overview." *The Scientific World Journal*, 2013, Article ID 162750, 16 pages. <https://doi.org/10.1155/2013/162750>.
- Sullivan, K. M., et al. (2018). "Environmental Sustainability and Community Health Initiatives." *Journal of Environmental Studies and Sciences*, vol. 8, no. 3, pp. 301-310.
- World Health Organization. (2016). *Traditional Medicine Strategy 2014–2023*. Geneva: World Health Organization.