Contents list available at JAKP website

Jurnal Abdimas Kesehatan Perintis

Journal homepage: https://jurnal.stikesperintis.ac.id/index.php/JAKP

Pendampingan Keluarga Mitra Toga Tentang Manfaat, Pemeliharaan Dan Pengolahan Alpukat (*Persea Americana* Mill) Di Kelurahan Seberang Padang

Muthia Miranda Zaunit*, Eka Fitrianda, Pino Sawili

Sekolah Tinggi Ilmu Farmasi Indonesia Perintis Padang, Sumatera Barat, Indonesia

Article Information

Submission : Jun, 15, 20
Revised : Jul, 29, 20
Accepted : Jul, 29, 20
Available online :Jul, 30, 20

Keywords

Alpukat, Avocado Kelurahan Sebrang Padang, Seberang Padang Village Persea americana, Mill

Corespondence

Email : z.muthiamiranda@gmail.com

A B S T R A C T

Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan tentang manfaat, tata cara pemelihara dan mengolah alpukat (*Persea americana* Mill) di Kelurahan Seberang Padang. Kegiatan pengabdian dilakukan dengan metode ceramah dan demonstrasi serta pendampingan masyarakat dalam menanam dan memelihara alpukat. Peserta kegiatan ini adalah keluarga mitra TOGA yang sudah terdata di Puskesmas Seberang Padang. Materi pelatihan berupa: (a) pengetahuan tentang manfaat alpukat secara ilmiah, (b) pengetahuan tentang tata cara penanaman dan pemeliharaan alpukat yang baik dan (c) pengetahuan tentang cara pengolahan alpukat. Semua materi disampaikan oleh dosen STIFI Perintis Padang. Kegiatan pengabdian secara keseluruhan dapat dikatakan baik dan berhasil, dilihat dari keberhasilan target jumlah peserta pelatihan (100%) dan adanya peningkatan pengetahuan peserta pelatihan sebelum dan setelah dilakukan kegiatan.

This activities aims to increase knowledge about the benefit, procedures for maintaining and processing avocado (Pesea americana Mill) in Seberang Padang Village. This activities are carried out by means of lectures and demonstrations as well as community assistance in planting and caring for avocados. Participants in this activity are TOGA partner families who have been registered at the Seberang Padang Health Center. The training materials are in the form of (a) scientific knowledge of benefits of avocados, (b) knowledge of good avocado planting and maintenance prosedures and (c) knowledge of how to process avocados. All material was delivered by lecturers at STIFI Perintis Padang. This activities as a whole can be said to be good and successful, seen from the success of the target number of training participants (100%) and the increase in knowledge of extension participants before and after traning

© Jurnal Abdimas Kesehatan Perintis-ISSN : 2685-7510. All rights reserved

PENDAHULUAN

Tanaman obat keluarga (TOGA) adalah tanaman hasil budidaya rumahan yang berkhasiat sebagai obat. Taman obat keluarga pada hakekatnya memanfatkan sebidang tanah, baik di halaman rumah, kebun ataupun ladang yang digunakan untuk membudidayakan tanaman yang berkhasiat sebagai obat dalam rangka memenuhi keperluan keluarga akan obat-obatan. Kebun tanaman obat selanjutnya dapat disalurkan kepada masyarakat, khususnya obat yang berasal dari tumbuh-tumbuhan. TOGA dapat memacu usaha kecil dan menengah di bidang obat-obatan herbal sekalipun dilakukan secara individual. Setiap keluarga dapat membudidayakan tanaman obat secara mandiri dan memanfaatkannya, sehingga akan terwujud prinsip kemandirian dalam pengobatan keluarga (Kementerian Kesehatan RI, 2011).

Salah satu tamanan yang dapat dijadikan TOGa adalah alpukat. Alpukat termasuk kedalam famili Lauraceae, Genus Parsea, dan Species *Persea americana* Mill (*The Plant List*, 2019). Alpukat merupakan salah satu buah lokal yang banyak dikembangkan di Indonesia. Namun, konsumsi alpukat masih rendah. Kemungkinan disebabkan ketidaktahuan mengenai manfaat alpukat bagi kesehatan, atau persepsi yang keliru sebagian kalangan selama ini, menganggap bahwa alpukat tidak menguntungkan dari aspek kesehatan karena mengandung lemak tinggi yang dapat meningkatkan kadar kolesterol darah, sehingga membahayakan bagi kesehatan (Haryanti, 2012). Terdapat beberapa varietas alpukat yang dapat tumbuh di Indonesia, baik yang unggul dan tidak unggul (Rismunamdar, 1981; Indriyani dan Suminarsih, 1997). Menteri Pertanian RI pada tanggal 14 Januari 1987 telah menetapkan 2 varietas unggul, yaitu alpukat Ijo Panjang dan Ijo Bundar.

Alpukat memiliki kandungan zat gizi yang lengkap. Alpukat mengandung protein, lemak, karbohidrat dan vitamin (A, E dan C) serta mineral (Fe, Na, K dan P) (Marsigit dkk, 2016). Mayoritas masyarakat belum memahami manfaat alpukat berdasarkan data-data ilmiah. Segi aplikasi penggunan obat tradisional di masyarakat sudah banyak yang menggunakan alpukat namun masih sedikit yang paham manfaat yang di gunakan sebagai obat tradisional, sehingga pengetahuan sangat berperan penting untuk mengambil sikap dan tindakan yang semestinya (Tukiman, 2004. Alasan masyarakat belum mengetahui fungsi dan penggunaan dari obat tradisional karena memang belum ada penyuluhan dari tenaga kesehatan khususnya tenaga kefarmasian tentang penggunaan dan manfaat dari obat tradisional. Dari hasil penelitian Sari dkk (2015) diketahui bahwa implementasi program TOGA masih kurang. Hal ini disebabkan antara lain karena masyarakat belum mengetahui akan manfaat tanaman obat keluarga sehingga pemanfaatan lahan pekarangan masih belum optimal. Penyebab kedua adalah tidak adanya petugas khusus di puskesmas yang mengelola kegiatan penanaman tanaman obat.

Salah satu daerah di Kota Padang yang memiliki keluarga mitra TOGA adalah Kelurahan Seberang Padang. Puskesmas Seberang Padang telah membentuk kelompok mitra TOGA, namun beum dilakukan pembinaan secara intensif. Untuk meningkatkan pengetahuan keluarga mitra TOGA di Kelurahan Seberang Padang perlu dilakukan studi pengetahuan, sikap dan tindakan terhadap pemanfatan alpukat di Kelurahan Seberang Padang perlu dilakukan. Sebelumnya Puskesmas Seberang Padang sudah membentuk kelompok-kelompok TOGA namun informasi tentang tata cara pemeliharaan tumbuhan masih belum optimal dilakukan. Solusi yang ditawarkan untuk mengatasi masalah ini yakni dengan optimalisasi budidaya melalui kebun Tanaman Obat Keluarga (TOGA) dan masyarakat diikutsertakan secara aktif pada pelatihan dan penanaman Tanaman Obat Keluarga (TOGA), khususnya tumbuhan alpukat (*Persea americana* Mill) di Kelurahan Seberang Padang. Kegiatan ini bertujuan untuk menambah pengetahuan dan wawasan mitra TOGA Puskesmas Seberang Padang tentang manfaat, pemeliharaan dan pengolahan tumbuhan alpukat.

© Jurnal Abdimas Kesehatan Perintis-ISSN : 2685-7510. All rights reserved

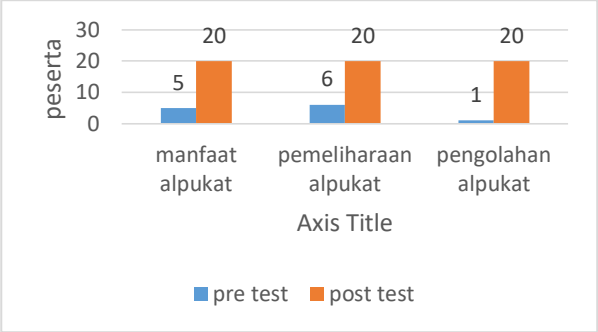
METODE PELAKSANAAN KEGIATAN

Metode ceramah digunakan untuk memberikan pengetahuan kepada peserta penyuluhan tentang manfaat, pemeliharaan dan pengolahan alpukat. Sasaran dari kegiatan ini adalah keluarga mitra TOGA yang sudah terdata di Puskesmas Seberang Padang. Teknik pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner. Untuk menguji pemahaman peserta pengabmas tentang kegiatan maka dilakukan *pre test* dan *post test* melalui kuesioner.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian pendampingan Keluarga Mitra TOGA tentang Pengolahan dan Pemeliharaan Alpukat (Persea americana Mill) di Kelurahan Seberang Padang dilaksanakan pada hari Sabtu, tanggal 15 Februari 2020, di Puskesmas Seberang Padang. Kegiatan pengabdian dihadiri oleh 20 orang peserta Para peserta cukup senang dan antusias dengan adanya program pengabdian dari Tim STIFI Perintis Padang.

Materi pelatihan berupa: (a) pengetahuan tentang manfaat alpukat secara ilmiah, (b) pengetahuan tentang tata cara penanaman dan pemeliharaan alpukat yang baik dan (c) pengetahuan tentang cara pengolahan alpukat yang disampaian oleh dosen STIFI Perintis Padang. Penyampaian materi dengan metode ceramah dan demonstrasi mendukung kemampuan peserta dalam menguasai materi yang disampaikan oleh tim pengabdian. Pada sesi tanya jawab ada beberapa pertanyaan yang diajukan peserta, antara lain: persyaratan apa yang harus dipenuhi agar tanaman alpukat dapat tumbuh subur, peluang budidaya tanaman obat. Kemampuan peserta dalam penguasaan materi dapat dikatakan baik. Sebelum dilakukan penyuluhan, peserta yang mengetahui tentang manfaat alpukat ada 5 orang, pemeliharaan alpukat ada 6 orang dan pengolahan alpukat ada 1 orang. Setelah dilakukannya penyuluhan semua peserta mengetahui tentang manfaat, pemeliharan dan pengolahan alpukat. Hal ini dapat dilihat dari Grafik 1.



Grafik 1. Pengetahuan Peserta Kegiatan Pengabmas tentang Manfaat, Pemeliharaan dan Pengolahan Alpukat

Secara keseluruhan kegiatan Pelatihan Pendampingan Keluarga Mitra TOGA tentang Pengolahan dan Pemeliharaan Alpukat (*Persea americana* Mill) di Kelurahan Seberang Padang dapat dikatakan baik dan berhasil.

KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil kegiatan ini adalah meningkatnya pengetahuan keluarga mitra TOGA tentang manfaat, tata cara penanaman dan pemeliharaan dan mengolah tanaman alpukat (*Persea americana* Mill) di Kelurahan Seberang Padang. Mitra TOGA yang ikut dalam pelatihan ini dapat juga membagikan informasi tentang tanaman alpukat di lingkungan sekitarnya.

REFERENSI

Departemen Kesehatan RI. 1983. Pemanfaatan Tanaman Obat. Edisi III. Jakarta: Direktorat Jenderal Pengawasan Obat dan Makanan. Fauziah Muhlisah, 2000:1

Fauziah, Muhlisah. 2000. Taman Obat Keluarga (TOGA). Jakarta: Penebar Swadaya.

Haryanti, W.H. 2012. *Potensi Omega-9 Asam Oleat pada Dading Buah Alpukat dalam Penurunan Kolesterol Serum Darah*. Jurusan Pendidikan Biologi. Institut Keguruan dan Ilmu Pendidikan.

© Jurnal Abdimas Kesehatan Perintis-ISSN : 2685-7510. All rights reserved

Persatuan Guru Republik Indonesia, Semarang

Indriyani, Y.H. dan Suminarsih, E. (1997). *Alpukat*. Penebar Swadaya, Jakarta.

Kementerian Kesehatan RI. 2011. 100 Top Tanaman Obat Indonesia. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Balai Besar Penelitian dan Pengembangan Tanaman Obat dan Obat Tradisional.

Marsigit W dkk. 2016. Kandungan Gizi, Rendemen Tepung, Dan Kadar Fenol Total Alpukat (*Persea americana* Mill) Varietas Ijo Panjang dan Ijo Bundar. *Agritech, 36(1): 48-55*

Ridwan. 2007. Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga. Jakarta: Pusat Perbukuan Departemen Pertanian.

Rismundanar. 1981. *Memperbaiki Lingkungan dengan Bercocok Tanam Jambu Mede dan Alpukat*. Sinar Baru, Bandung.

Sari, I.D, Y. Yuniar, S. Siahaan, Riswati, M. Syaripuddin. 2015. Tradisi Masyarakat dalam Penanaman dan Pemanfaatan Tumbuhan Obat Lekat di Pekarangan. Jurnal Kefarmasian Indonesia, 5(2):123-132

The Plant List. 2019. http://www.theplantlist.org/tpl/record/kew-2529835 , diakses pada tanggal 28 Desember 2019.

Tukiman. 2004. Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) Untuk Kesehatan Keluarga. Bagian Pendidikan Kesehatan dan Ilmu Perilaku Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sumatera Utara. USU: Digital Library.

© Jurnal Abdimas Kesehatan Perintis-ISSN : 2685-7510. All rights reserved