

Budidaya Tanaman Obat Keluarga sebagai Upaya Meningkatkan Kesehatan Keluarga

M. Beryl Dzar Ghifari¹, Nurindah Paramita R.Nasution³, Arlin Endah Purwandari⁴, Atikah Izzatul Janah¹, Diah Cipto Lestari⁵, Evita Tri Hapsari⁶, Handayana Rehanpratama², Alfina Habibah², Fain Amri Wahlul⁷, Farah Shifa luthfianti⁸, Maghfiratul Alya⁹, An-Nisa Apriani²

¹S1 Ekonomi Syariah, Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Alma Ata,

²S1 Pendidikan Agama Islam, Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan, Universitas Alma Ata,

³S1 Manajemen, Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Alma Ata,

⁴S1 Perbankan Syariah, Ekonomi dan Bisnis, Universitas Alma Ata,

⁵S1 Gizi, Fakultas Kedokteran dan Ilmu-ilmu kesehatan, Universitas Alma Ata,

⁶S1 Administrasi Rumah Sakit, Fakultas Kedokteran dan Ilmu-ilmu kesehatan, Universitas Alma Ata,

⁷S1 Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah, Ilmu Tarbiyah dan Keguruan, Universitas Alma Ata,

⁸S1 Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Ilmu Tarbiyah dan Keguruan, Universitas Alma Ata,

⁹S1 Kebidanan, Fakultas Kedokteran dan Ilmu-ilmu kesehatan, Universitas Alma Ata

*E-mail : kkntjebedselatan@gmail.com

Abstrak

Tingginya ketergantungan masyarakat pada obat kimia mendorong perlunya alternatif kesehatan mandiri yang lebih aman dan berkelanjutan. Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) menjadi salah satu solusi karena mudah dibudidayakan di pekarangan serta memiliki khasiat sebagai obat tradisional. Kegiatan pengabdian ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat dalam mengenali, menanam, dan memanfaatkan TOGA. Metode kegiatan meliputi edukasi mengenai manfaat tanaman obat, pelatihan budidaya sederhana, serta praktik langsung penanaman beberapa jenis TOGA seperti jahe, kunyit, sereh, temulawak, kencur, beluntas, sirih, dan lidah buaya. Evaluasi dilakukan melalui pengamatan partisipasi, diskusi, dan wawancara singkat untuk menilai peningkatan pemahaman dan motivasi peserta. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya kesehatan preventif berbasis herbal serta kemampuan praktis dalam merawat TOGA di pekarangan rumah. Program ini berpotensi berkelanjutan melalui keterlibatan ibu PKK, kelompok wanita tani, dan dukungan pemerintah desa. Secara keseluruhan, kegiatan ini memberikan kontribusi nyata dalam mendukung kemandirian kesehatan keluarga sekaligus memaksimalkan pemanfaatan lahan pekarangan dan melestarikan kearifan lokal.

Kata kunci: edukasi kesehatan; herbal; pemanfaatan lahan; pengabdian masyarakat; tanaman obat keluarga

Abstrak

High dependence on chemical medicines highlights the need for safer and more sustainable self-care alternatives. Family Medicinal Plants (TOGA) offer a practical approach because they are easy to cultivate and have recognized traditional benefits. This community service program aimed to improve community knowledge and skills in identifying, cultivating, and utilizing TOGA. Activities included brief education on medicinal plant benefits, simple cultivation training, and hands-on planting of selected species such as ginger, turmeric, lemongrass, temulawak, and aloe vera. Evaluation through observation and short interviews indicated increased awareness of preventive herbal-based health practices and improved skills in maintaining TOGA at home. The program shows potential for sustainability through involvement of women's community groups and village support. Overall, this initiative strengthens family health independence and promotes productive use of home gardens.

Keywords: community service; family medicinal plants; health education; herbs; land utilization

1. PENDAHULUAN

Kesehatan keluarga merupakan aspek penting dalam pembangunan kesehatan masyarakat. Di Indonesia, akses ke layanan kesehatan dan obat-obatan modern masih terbatas, terutama di lokasi pedesaan atau kawasan dengan fasilitas kesehatan jauh. Oleh karena itu, alternatif pengobatan secara lokal dan tradisional menjadi pilihan yang relevan. Salah satu strategi yang sesuai adalah melalui budidaya dan pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) di lingkungan rumah. Tanaman Obat Keluarga (TOGA) adalah tanaman berkhasiat yang ditanam di lahan pekarangan maupun ladang dan dikelola oleh keluarga (1). Jenis tanaman yang dibudidayakan disesuaikan dengan kebutuhan keluarga terhadap obat tradisional yang dapat diolah secara mandiri. Umumnya, tanaman yang dipilih adalah jenis herbal yang bermanfaat untuk penanganan awal atau pengobatan ringan seperti flu, demam, dan batuk (2). Kehadiran tanaman obat di sekitar rumah menjadi sangat diperlukan, terutama bagi keluarga yang memiliki keterbatasan akses terhadap fasilitas kesehatan seperti klinik, puskesmas, maupun rumah sakit. Urgensi pelaksanaan program budidaya Tanaman Obat Keluarga (TOGA) perlu dipertegas melalui data empiris mengenai kondisi pengetahuan masyarakat dan pemanfaatan lahan pekarangan. Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan memiliki hubungan dengan praktik pemanfaatan tanaman obat di rumah tangga. Penelitian di Banjarmasin Barat terhadap 127 responden mencatat bahwa 78% masyarakat memiliki pengetahuan baik mengenai TOGA dan 95% di antaranya telah mempraktikkan pemanfaatannya dalam kehidupan sehari-hari (3). Temuan lain dari studi di Copala menunjukkan bahwa 87,5% keluarga memiliki tingkat pengetahuan baik mengenai TOGA, meskipun praktik budidayanya masih terbatas pada sebagian responden (4).

Desa Jebed Selatan, Kecamatan Taman, Kabupaten Pemalang, merupakan wilayah dengan karakteristik pedesaan yang memiliki potensi sumber daya alam, terutama berupa lahan pekarangan yang masih belum dimanfaatkan secara optimal. Berdasarkan profil desa yang tersedia melalui laman informasi desa, sebagian besar penduduk bekerja pada sektor informal seperti perdagangan, buruh harian, pertanian pekarangan, dan usaha rumah tangga, sehingga kondisi ekonomi masyarakat tergolong bervariasi dengan sebagian kelompok tergolong menengah ke bawah. Kondisi desa terdiri atas mayoritas masyarakat dengan pekerjaan sebagai petani dan buruh harian, dengan tingkat pendidikan menengah dan akses fasilitas kesehatan yang berjarak ±4 km dari pusat desa. Berdasarkan survei awal terhadap 50 responden, ditemukan bahwa tingkat pengetahuan masyarakat mengenai TOGA masih rendah, di mana hanya 42% masyarakat mengetahui fungsi TOGA, dan sebagian besar pekarangan rumah digunakan untuk tanaman hias atau dibiarkan kosong, padahal terdapat lebih dari 100 pekarangan yang layak ditanami TOGA. Dari aspek sosial, masyarakat memiliki budaya gotong royong yang cukup kuat, sehingga kegiatan berbasis pemberdayaan dan partisipasi masyarakat berpotensi mendapat dukungan luas. Secara lingkungan, Desa Jebed Selatan masih memiliki area hijau yang dapat dimanfaatkan sebagai ruang budidaya tanaman produktif, termasuk tanaman obat keluarga (TOGA). Namun demikian,

observasi lapangan menunjukkan bahwa sebagian pekarangan rumah warga belum dimanfaatkan secara berkelanjutan dan belum diintegrasikan dengan kegiatan peningkatan kesehatan keluarga. Rumusan masalah dalam kegiatan ini meliputi:

- a. Rendahnya pengetahuan masyarakat mengenai jenis dan manfaat TOGA.
- b. Belum optimalnya pemanfaatan lahan pekarangan rumah.
- c. Belum adanya pendampingan berkelanjutan dalam budidaya TOGA.

TOGA merupakan singkatan dari Tanaman Obat Keluarga yaitu jenis tanaman yang sebagian atau seluruh bagianya dapat digunakan sebagai obat herbal/obat tradisional. Mulai dari daun, batang, buah, bunga hingga akarnya dapat dikonsumsi sebagai obat herbal atau *medicinal plants*. Tanaman toga juga merupakan tanaman hasil budidaya rumahan yang berkhasiat sebagai obat. Obat adalah suatu bahan atau panduan bahan-bahan yang dimaksudkan untuk digunakan dalam mencegah, mengurangkan, menghilangkan, menyembuhkan penyakit atau gejala penyakit, dan luka (5). TOGA sering disebut juga “apotek hidup” karena mudahnya diakses di lingkungan rumah. Jenis tanam TOGA yang ditanam di desa Jebed Selatan ada 9 macam yaitu Jahe, Kunyit, Sereh, Daun Sirih, Lidah Buaya, Lengkuas, Beluntas, Kencur, Temulawak. Budidaya Tanaman Obat Keluarga (TOGA) adalah proses menanam, merawat, dan memanen tanaman obat di lingkungan rumah atau pekarangan keluarga, agar dapat dimanfaatkan secara rutin untuk kesehatan (6). Pemanfaatan tanaman obat keluarga tidak hanya berperan dalam menjaga kesehatan, tetapi juga dapat membantu meningkatkan efisiensi ekonomi rumah tangga karena dapat mengurangi kebutuhan membeli obat-obatan modern di apotek (7).

Program pengabdian masyarakat ini memiliki beberapa tujuan utama, antara lain meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang Tanaman Obat Keluarga (TOGA) sehingga mereka memahami manfaat dan kegunaannya dalam menjaga kesehatan keluarga. Selain itu, program ini juga bertujuan meningkatkan keterampilan masyarakat dalam budidaya TOGA, mulai dari penanaman, perawatan, hingga pemanenan tanaman obat (8). Tujuan lainnya adalah mengoptimalkan pemanfaatan lahan pekarangan rumah yang masih belum produktif, sehingga setiap keluarga dapat memanfaatkan ruang yang tersedia secara efektif. Lebih jauh, kegiatan ini mendorong kemandirian masyarakat dalam menjaga kesehatan keluarga melalui pemanfaatan TOGA sebagai sumber obat tradisional yang mudah diakses dan ramah lingkungan.

Dalam sebuah pengabdian Masyarakat di Bandung, kegiatan edukasi dan penanaman TOGA meningkatkan kepedulian Masyarakat akan TOGA sebagai tanaman obat alternatif (9). Pengobatan tradisional menggunakan tanaman herbal dinilai lebih aman dan relatif murah dibandingkan obat berbahan kimia(10). Dari sudut pandang sosial dan ekonomi, penelitian (11) membuktikan bahwa pemanfaatan TOGA dapat mengurangi biaya pengeluaran rumah tangga untuk obat-obatan hingga 20–35% dalam kurun waktu enam bulan. Temuan ini memperkuat urgensi program, terutama di desa yang memiliki karakteristik masyarakat dengan pendapatan menengah ke bawah seperti Desa Jebed Selatan. Pendekatan pengabdian yang dikembangkan dalam kegiatan ini selaras dengan model *community-based empowerment*, di mana masyarakat dilibatkan dalam seluruh

proses mulai dari perencanaan hingga implementasi agar tercipta keberlanjutan program (12).

Pelaksanaan kegiatan budidaya Tanaman Obat Keluarga (TOGA) di Desa Jebed Selatan dilaksanakan pada tanggal 30 Agustus 2025 bertempat di Balai Desa setempat. Kegiatan diawali dengan sambutan dari perangkat desa dan perkenalan tim KKN kepada warga, dilanjutkan dengan penyampaian materi mengenai tujuan program, manfaat TOGA, serta pentingnya pemanfaatan pekarangan rumah untuk menunjang kesehatan keluarga(13). Setelah itu, dilakukan demonstrasi teknik budidaya TOGA, termasuk cara menanam, merawat, dan memanen tanaman obat seperti jahe, kunyit, sereh, lidah buaya, daun sirih, temulawak, kencur, beluntas, dan lengkuas. Warga dilibatkan secara aktif dalam praktik langsung di lahan pekarangan yang tersedia, sehingga mereka memperoleh pengalaman nyata dalam budidaya TOGA(14). Selama kegiatan, tim KKN memberikan pendampingan intensif, menjawab pertanyaan warga, serta memberikan tips pengelolaan lahan dan pemeliharaan tanaman agar hasil panen optimal. Kegiatan ini tidak hanya bertujuan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat, tetapi juga mendorong kemandirian keluarga dalam memanfaatkan tanaman obat untuk kebutuhan kesehatan sehari-hari (15).

Melalui program Kuliah Kerja Nyata (KKN), masyarakat diperkenalkan serta diberdayakan melalui edukasi dan pelatihan budidaya TOGA sebagai langkah preventif dan promotif dalam meningkatkan kesehatan keluarga. Selain itu, pelatihan disertai praktik penanaman langsung di pekarangan serta penyediaan bibit tanaman obat menjadi bagian dari strategi untuk meningkatkan partisipasi dan keberlanjutan program.

2. METODE

Metode pengabdian yang diterapkan ialah menggunakan pendekatan edukatif partisipatif dan praktik langsung, dimana dalam kegiatan ini meliputi edukasi dan penanaman bersama tanaman herbal tradisional yang dimanfaatkan untuk TOGA. Sasaran masyarakat dalam pengabdian ini tertuju kepada seluruh warga desa Jebed Selatan, khususnya kepada ibu-ibu PKK dan KWT. Untuk mengukur keberhasilan program, hal yang dilakukan yaitu dengan cara mengukur evaluasi peningkatan pengetahuan dan keterampilan, menggunakan metode tanya jawab dan pengamatan praktik penanaman budidaya TOGA yang dilakukan warga setelah penyuluhan. Keberhasilan program dapat dilihat dari beberapa indikator yaitu:

- a. Meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya pengetahuan budidaya TOGA
- b. Meningkatnya praktik penanaman budidaya TOGA
- c. Munculnya semangat gotong royong dan interaksi warga
- d. Munculnya potensi pengembangan ekonomi melalui produk atau menjual hasil budidaya TOGA.

Kegiatan ini diawali dengan pemaparan edukasi tentang Tanaman Obat Keluarga (TOGA) dan penanaman TOGA secara bersama. Media edukasi yang digunakan adalah banner dan papan nama dimana sudah terdapat keterangan kandungan dan juga manfaat masing-masing jenis

tanaman. Kegiatan ini dilakukan melalui beberapa tahap yaitu;

a. Tahap Persiapan

- 1) Kegiatan ini dimulai dari perizinan dan koordinasi dengan perangkat desa dengan Ibu kader PKK dan KWT
- 2) Melakukan penentuan lokasi yang dimusyawarahkan dengan perangkat desa
- 3) Sasaran dalam kegiatan ini adalah seluruh warga jebed selatan khususnya ibu PKK dan KWT
- 4) Pemilihan bibit tanaman yang baik
- 5) Pembuatan media tanam dilakukan secara gotong royong oleh mahasiswa beserta ibu PKK dan KWT, media tanam yang digunakan adalah bedengan dan pot dari pemanfaatan barang bekas.



Gambar 1. Tahap persiapan

b. Tahap Pelaksanaan

- 1) Edukasi mengenai kandungan dan manfaat masing-masing jenis tanaman obat keluarga
- 2) Menyiapkan lahan dengan menggemburkan tanah yang dicampur dengan pupuk dan disiapkan bedengan juga lubang untuk menanam TOGA (Gambar 2)
- 3) Penanaman langsung tanaman obat bersama warga

c. Tahap Evaluasi

Pada tahap ini, mahasiswa memberikan pertanyaan secara langsung kepada warga mengenai pengetahuan tentang budidaya TOGA yang telah dilakukan sebelumnya.

d. Tahap Pelaporan



Gambar 2. Proses penggemburan tanah

Laporan kegiatan disusun sebagai laporan berdasarkan proses kegiatan yang dilakukan, dimana hasil dikembalikan kepada warga setempat untuk ditindaklanjuti dan dilakukan pemantauan berkala serta dapat berkelanjutan untuk perawatan tanaman TOGA.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pemberdayaan masyarakat dengan penyuluhan dan penanaman TOGA bersama ibu PKK dan KWT di Desa Jebed Selatan. Penanaman tumbuhan obat rumah tangga (TOGA) merupakan inisiatif penting untuk mendukung kemandirian kesehatan masyarakat di Desa Jebed Selatan di mana akses terhadap fasilitas kesehatan masih terbatas, pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) menjadi solusi ideal karena tanaman ini mudah ditanam di pekarangan rumah atau lahan komunal, serta memiliki khasiat tradisional yang telah diwariskan secara turun-temurun. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dirancang untuk mengatasi masalah tersebut dengan fokus pada peningkatan pengetahuan dan keterampilan warga dalam memanfaatkan lahan pekarangan melalui penanaman TOGA. Mengingat warga setempat sudah memiliki pengetahuan dasar tentang berbagai jenis TOGA, jahe untuk mengatasi masalah pencernaan dan masuk angin, beluntas sebagai antioksidan alami, lengkuas untuk pereda nyeri, sereh (serai) untuk relaksasi dan pengusir nyamuk, temulawak untuk meningkatkan daya tahan tubuh, kunyit sebagai anti-inflamasi, kencur untuk obat batuk, sirih untuk kesehatan mulut, serta lidah buaya untuk perawatan kulit.

Kegiatan ini dirancang dengan pendekatan edukasi dan eksekusi langsung. tujuannya adalah memperkuat pemahaman praktis melalui keterlibatan aktif, sehingga warga tidak hanya mengetahui manfaat TOGA, tetapi juga mampu menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Kegiatan ini dilaksanakan di lahan belakang balai desa Jebed Selatan. Tahap pertama dalam kegiatan ini adalah pemilihan bibit TOGA yang berkualitas dan kriteria bibit unggul, seperti ukuran rimpang jahe yang segar dan bebas hama, daun serai yang hijau cerah tanpa layu. kegiatan pengabdian masyarakat (Pengabmas) tentang penyuluhan dan penanaman TOGA (Tanaman Obat Keluarga)di Desa Jebed Selatan, mulai dari tahap persiapan, pelaksanaan, evaluasi, dan penutup sebagai berikut:

a. Kegiatan Persiapan

Tahap persiapan kegiatan pengabdian masyarakat dimulai dengan koordinasi antara mahasiswa KKN dengan perangkat Desa Jebed Selatan, ibu PKK, serta Kelompok Wanita Tani (KWT). Koordinasi ini bertujuan untuk menentukan lokasi, waktu, serta pembagian tugas dalam pelaksanaan kegiatan penyuluhan dan penanaman Tanaman Obat Keluarga (TOGA). Berdasarkan hasil survei lokasi, lahan di belakang Balai Desa Jebed Selatan dipilih sebagai tempat pelaksanaan karena memiliki area yang cukup luas, dekat dengan sumber air, serta mudah dijangkau oleh warga. Selanjutnya, dilakukan pemilihan jenis tanaman TOGA yang sesuai dengan kondisi lingkungan dan kebutuhan masyarakat. Jenis tanaman yang dipilih antara lain jahe, kunyit, temulawak, kencur, sereh, beluntas, sirih, lidah buaya, dan lengkuas. Pemilihan bibit dilakukan

dengan memperhatikan kriteria bibit unggul, seperti kondisi rimpang yang segar, tidak berjamur, serta daun berwarna hijau cerah. Selain itu, dilakukan pula persiapan alat dan bahan yang dibutuhkan, seperti cangkul, sabit, sekop, ember, serta pupuk organik untuk pengomposan.

Pada tahap ini, mahasiswa juga memberikan penyuluhan awal mengenai pentingnya pemanfaatan TOGA bagi kesehatan keluarga dan potensi ekonominya apabila dikembangkan secara berkelanjutan. Tahap persiapan ditutup dengan penyusunan jadwal pelaksanaan dan pembagian peran bagi mahasiswa, ibu PKK, dan KWT.

b. Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan penyuluhan dan penanaman TOGA dilaksanakan di lahan belakang Balai Desa Jebed Selatan dengan melibatkan sekitar 50 peserta dari kalangan ibu PKK, anggota KWT, dan masyarakat umum. Kegiatan ini dilaksanakan dengan pendekatan partisipatif, di mana warga tidak hanya menerima penyuluhan, tetapi juga terlibat secara langsung dalam proses penanaman.

Pelaksanaan kegiatan dimulai dengan tahap pembersihan dan pengolahan lahan. Lahan yang sebelumnya ditumbuhi rumput liar diberesihkan secara gotong royong oleh mahasiswa dan masyarakat. Pembersihan dilakukan dengan cara memotong rumput menggunakan sabit, membuang sampah non-organik, serta menggemburkan tanah menggunakan cangkul hingga kedalaman 20–30 cm. Untuk meningkatkan kesuburan tanah, dilakukan pula pengomposan sederhana menggunakan pupuk organik. Proses pembersihan berlangsung selama kurang lebih tiga jam dan menunjukkan partisipasi aktif dari seluruh peserta.

Tahap berikutnya adalah penyuluhan dan edukasi mengenai manfaat TOGA serta teknik penanamannya. Mahasiswa menjelaskan langkah-langkah penanaman yang benar, mulai dari pemilihan bibit, jarak tanam, pemupukan, hingga perawatan tanaman. Peserta juga diajak berdiskusi mengenai manfaat masing-masing tanaman, seperti jahe untuk pencernaan, beluntas sebagai antioksidan alami, kunyit sebagai antiinflamasi, dan temulawak untuk meningkatkan daya tahan tubuh. Tahap terakhir yaitu kegiatan penanaman TOGA. Peserta dibimbing untuk membuat bedengan berukuran 1 x 2 meter per plot, kemudian menanam bibit sesuai jarak tanam masing-masing jenis tanaman, seperti jahe dengan jarak 20 cm antar rimpang. Setelah itu, dilakukan penyiraman awal menggunakan air bersih dari sumur desa. Kegiatan ini berlangsung selama dua jam dan diakhiri dengan diskusi singkat mengenai jadwal perawatan tanaman yang disepakati dilakukan setiap dua hari sekali. Program pengabdian masyarakat ini menghasilkan perubahan nyata yang signifikan pada tingkat pengetahuan, keterampilan, dan pemanfaatan sumber daya lokal di Desa Jebed Selatan. Perubahan ini terwujud dalam peningkatan kesadaran peserta mengenai pentingnya kesehatan preventif berbasis herbal, sebagai alternatif yang lebih aman, murah, dan berkelanjutan dibandingkan obat-obatan kimia.

Nilai tambah utama bagi masyarakat adalah terwujudnya kemandirian keluarga dalam menjaga kesehatan dan pengurangan biaya pengobatan melalui kemudahan akses terhadap "apotek hidup" berupa TOGA yang dibudidayakan sendiri di pekarangan atau lahan komunal. Selain itu, kegiatan ini secara produktif memanfaatkan lahan pekarangan yang sebelumnya tidak

terkelola, menjadikannya area yang tidak hanya bernalih kesehatan, tetapi juga memiliki fungsi estetika dan penyedia rempah masakan. Keterlibatan aktif (partisipatif) dari ibu-ibu PKK dan KWT dalam semangat gotong royong juga memperkuat hubungan sosial dan menjadi model yang diharapkan berkelanjutan.

Tabel 1. Jenis - jenis tanaman toga

No.	Nama Tanaman	Bagian yang Dimanfaatkan	Manfaat Utama	Cara Penggunaan
1	Jahe (<i>Zingiber officinale</i>)	Rimpang	Menghangatkan tubuh, Direbus menjadi wedang, meredakan batuk dan dicampur madu atau teh masuk angin	
2	Kunyit (<i>Curcuma longa</i>)	Rimpang	Anti-inflamasi, meningkatkan metabolisme, obat maag oles dan luka dalam	Dijadikan jamu kunyit asam atau ditumbuk untuk obat
3	Kencur (<i>Kaempferia galanga</i>)	Rimpang	Meredakan batuk, pegal linu, meningkatkan nafsu makan	Dibuat jamu beras kencur atau ditumbuk
4	Temulawak (<i>Curcuma xanthorrhiza</i>)	Rimpang	Menyehatkan hati, Direbus atau dibuat jamu meningkatkan imun tubuh, meningkatkan nafsu makan	
5	Lengkuas (<i>Alpinia galanga</i>)	Rimpang	Anti jamur, pereda gatal, Direbus atau ditumbuk obat masuk angin dan untuk obat luar pegal	
6	Sereh (<i>Cymbopogon citratus</i>)	Batang dan daun	Relaksasi, penurun kolesterol, antibakteri	Direbus sebagai teh sereh atau dimasak
7	Lidah Buaya (<i>Aloe vera</i>)	Gel daun	Menyembuhkan luka bakar, melembabkan kulit, diolah sebagai minuman	Dioleskan pada kulit atau gangguan pencernaan
8	Daun Sirih (<i>Piper betle</i>)	Daun	Anti bakteri, obat sariawan, Direbus, dikumur, atau bau badan dan keputihan	Dikumur, digunakan sebagai kompres
9	Beluntas (<i>Pluchea indica</i>)	Daun	Mengatasi bau badan, anti bakteri, melancarkan pencernaan	Direbus sebagai teh atau langsung dikonsumsi sebagai lalapan

Program pengabdian masyarakat (KKN) mengenai budidaya TOGA di Desa Jebed Selatan telah menghasilkan perubahan nyata dan memberikan nilai tambah signifikan bagi masyarakat, yang secara sistematis diukur untuk menegaskan keberhasilan pencapaian tujuan pengabdian, yaitu:

1. Peningkatan Pengetahuan dan Kesadaran

Tujuan awal program adalah meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai manfaat TOGA dan pentingnya kesehatan preventif berbasis herbal. Keluaran kegiatan berupa edukasi dan penyuluhan tentang kandungan serta khasiat berbagai jenis tanaman obat terbukti berhasil, untuk peningkatan pemahaman peserta dengan kemampuan peserta untuk menjelaskan kembali manfaat tanaman (misalnya, jahe untuk pencernaan, kunyit sebagai anti-inflamasi, temulawak untuk daya tahan tubuh) dan langkah-langkah budidaya. Adapun nilai tambah untuk masyarakat,

terutama ibu-ibu PKK dan KWT, kini memiliki basis pengetahuan ilmiah lokal untuk mengurangi ketergantungan obat kimia, mendukung kesehatan keluarga, dan melestarikan kearifan lokal.

2. Peningkatan Keterampilan Praktis (Budidaya TOGA)

Tujuan kedua adalah meningkatkan keterampilan praktis masyarakat dalam memanfaatkan lahan pekarangan melalui budidaya sederhana. Kegiatan praktik langsung penanaman, mulai dari pengolahan lahan hingga pembuatan media tanam, menjadi kunci keluaran. Keberhasilannya yaitu kemampuan masyarakat untuk menerapkan teknik budidaya. Tolak ukur dalam tahap ini adalah keterlibatan aktif warga dalam proses penanaman dan hasil pengamatan pasca-kegiatan yang menunjukkan sebagian besar tanaman tumbuh dengan baik. Nilai tambahnya yaitu terciptanya keterampilan teknis baru dalam mengelola lahan (termasuk pembersihan, pengomposan, dan pembuatan bedengan) serta pembentukan kelompok pengelolaan rutin (PKK dan KWT) yang menjamin keberlanjutan program.

3. Pemanfaatan Lahan Produktif dan Kemandirian Kesehatan

Tujuan program juga mencakup peningkatan kesadaran akan pola hidup sehat dan pemanfaatan lahan pekarangan. Keluaran utama adalah terciptanya apotek hidup komunal di lahan belakang Balai Desa. Keberhasilan pada program ini yaitu pemanfaatan lahan dan keberlanjutan. Tolak ukurnya partisipasi masyarakat tinggi (mencapai lebih dari 90%), berubahnya lahan tidak produktif menjadi area yang bermanfaat, dan rencana tindak lanjut untuk menjadikan area tersebut sebagai taman TOGA dan sarana edukasi. Nilai tambah pada program ini adalah program ini tidak hanya meningkatkan kemandirian kesehatan keluarga secara preventif dan promotif, tetapi juga memperkuat kohesi sosial melalui semangat gotong royong dan memberikan solusi alternatif untuk pelestarian lingkungan. Adapun keterkaitan Keluaran dan Tujuan Pengabdian :

a. Peningkatan Pengetahuan (Edukasi)

Keluaran berupa edukasi dan penyuluhan tentang kandungan serta manfaat dari berbagai jenis TOGA (seperti jahe, kunyit, temulawak, kencur, sirih, dan lidah buaya) secara langsung berkontribusi pada peningkatan pemahaman peserta mengenai pentingnya TOGA sebagai alternatif pengobatan tradisional dan kesehatan preventif berbasis herbal. Media edukasi seperti banner dan papan nama yang memuat keterangan kandungan dan manfaat semakin memperkuat transfer pengetahuan ini.

b. Peningkatan Keterampilan (Pelatihan Praktis)

Keluaran berupa pelatihan budidaya sederhana dan praktik langsung penanaman TOGA (termasuk penyiapan lahan, pembuatan media tanam, pemilihan bibit unggul, dan teknik penanaman) secara nyata mencapai tujuan peningkatan keterampilan masyarakat dalam mengelola lahan pekarangan dan menanam tanaman obat di lingkungan rumah tangga. Keterampilan ini diperkuat dengan pengamatan bahwa sebagian besar tanaman tumbuh dengan baik seminggu setelah kegiatan, menandakan keberhasilan teknik yang diterapkan.

c. Peningkatan Kesadaran dan Kemandirian (Hasil Jangka Panjang)

Peningkatan pengetahuan dan keterampilan ini menghasilkan keluaran berupa meningkatnya kesadaran akan pentingnya kesehatan preventif dan kemampuan praktis dalam budidaya. Hal ini secara kumulatif mendukung tujuan untuk menumbuhkan kesadaran akan pola hidup sehat berbasis kearifan lokal dan mendorong kemandirian kesehatan keluarga, yang pada akhirnya dapat mengurangi ketergantungan pada obat-obatan kimia. Selain itu, pemanfaatan lahan tidak produktif menjadi lahan TOGA secara langsung memenuhi tujuan pemanfaatan lahan pekarangan secara produktif dan pelestarian lingkungan.

4. Dampak Jangka Panjang dan Jangka Pendek

a. Jangka Pendek

1) Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan

Warga mampu mengidentifikasi 9 jenis TOGA dan menjelaskan teknik budidaya yang benar, serta melakukan penanaman bibit dengan tingkat keberhasilan tanam 95%.

2) Semangat Gotong Royong

Peningkatan hubungan sosial antar warga melalui kerja bakti pengolahan lahan

b) Jangka Panjang

1) Alternatif Obat Keluarga

Ketersediaan TOGA siap panen sebagai opsi pengobatan pertama untuk penyakit ringan (misalnya, jahe untuk masuk angin, kunyit untuk anti-inflamasi), mengurangi ketergantungan pada obat kimia.

2) Potensi Ekonomi

Kelompok pengelola (KWT) memiliki peluang untuk mengembangkan produk turunan (misalnya, teh herbal sereh, bubuk instan jahe-kunyit) sebagai sumber pendapatan keluarga.

5. Keunggulan dan Kelemahan

a. Keunggulan dan Efektivitas

- 1) Pendekatan Partisipatif (Edukasi dan Eksekusi Langsung) sangat efektif, dibuktikan dengan tingginya antusiasme dan pemahaman warga.
- 2) Kualitas Bibit Unggul yang dipilih (tidak berjamur, segar) berdampak pada tingkat keberhasilan tanam yang tinggi.

b. Kelemahan dan Kendala

Keterbatasan Sumber Daya Air dan Lahan, meskipun dekat dengan sumur, pemantauan keberlanjutan air harus diperhatikan, terutama di musim kemarau dan kurangnya lahan untuk menambah jumlah tanaman TOGA.

6. Evaluasi Kegiatan

Evaluasi kegiatan dilakukan untuk menilai tingkat keberhasilan dan ketercapaian tujuan program. Berdasarkan hasil pengamatan, kegiatan ini memperoleh partisipasi masyarakat yang tinggi, dengan tingkat kehadiran mencapai lebih dari 90%. Warga terlihat antusias dan aktif dalam

setiap tahap kegiatan, baik dalam pembersihan lahan, penanaman, maupun diskusi.

Dari hasil evaluasi juga diketahui bahwa peserta memahami manfaat serta cara penanaman TOGA dengan baik. Hal ini dibuktikan dengan kemampuan mereka menjelaskan kembali manfaat setiap tanaman dan langkah-langkah budidayanya. Selain itu, hasil pengamatan satu minggu setelah kegiatan menunjukkan sebagian besar tanaman tumbuh dengan baik, menandakan keberhasilan teknik penanaman yang diterapkan.

Sebagai tindak lanjut, dibentuk kelompok kecil yang terdiri atas ibu PKK dan KWT untuk mengelola serta merawat lahan TOGA secara rutin. Kelompok ini diharapkan dapat mengembangkan kawasan tersebut menjadi taman TOGA desa yang berfungsi sebagai sarana edukasi dan pemanfaatan tanaman obat keluarga.

7. Penutup

Kegiatan pengabdian masyarakat berupa penyuluhan dan penanaman TOGA di Desa Jebed Selatan berjalan dengan lancar dan mendapat tanggapan positif dari warga. Melalui kegiatan ini, masyarakat memperoleh pengetahuan dan keterampilan baru dalam memanfaatkan lahan pekarangan untuk budidaya tanaman obat yang bermanfaat bagi kesehatan. Selain itu, kegiatan ini juga memperkuat hubungan sosial antara mahasiswa dan masyarakat melalui semangat gotong royong serta kebersamaan dalam menjaga lingkungan.

Secara keseluruhan, kegiatan ini tidak hanya meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya tanaman obat keluarga, tetapi juga mendorong kemandirian kesehatan berbasis potensi lokal. Diharapkan hasil dari kegiatan ini dapat berkelanjutan dan menjadi contoh program pemberdayaan masyarakat yang efektif di bidang kesehatan lingkungan.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan yang telah dilaksanakan pada tanggal 30 Agustus 2025 , dapat disimpulkan bahwa program pengabdian masyarakat mengenai budidaya Tanaman Obat Keluarga (TOGA) di Desa Jebed Selatan berjalan dengan baik dan memberikan dampak positif bagi warga. Kegiatan ini berhasil meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat mengenai berbagai jenis tanaman TOGA serta pemanfaatannya, dan warga menunjukkan antusiasme dalam menerapkan praktik budidaya TOGA di pekarangan rumah sebagai bentuk kemandirian kesehatan keluarga. Namun demikian, masih ditemukan beberapa kendala seperti belum meratanya pendampingan pasca penanaman serta keterbatasan pemahaman sebagian masyarakat terkait perawatan tanaman agar dapat tumbuh optimal. Ke depan, program ini memiliki potensi untuk dikembangkan menjadi kegiatan berkelanjutan yang tidak hanya mendukung kesehatan keluarga, tetapi juga dapat diarahkan sebagai peluang pemberdayaan ekonomi melalui pengolahan hasil panen herbal secara mandiri ataupun berbasis kelompok masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

1. Sari N, Andjasmara T C. Penanaman Tanaman Obat Keluarga (TOGA) untuk Mewujudkan

- Masyarakat Sehat. J Bina Desa. 2023;5(1):124-8. Doi: <https://doi.org/10.15294/jbd.v5i1.41484>
2. Agustina N laras. Upaya Pengembangan Kesehatan Tradisional Melalui Asuhan Mandiri Pemanfaatan Taman Obat Keluarga Dan Keterampilan. 2019. 1-9 p.
3. Soraya I. Hubungan Pengetahuan Masyarakat dengan Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (Toga) di Wilayah Banjarmasin Barat. Borneo J Pharmascientech. 2022;6(2):65-70. Doi <https://doi.org/10.51817/bjp.v6i2.420>
4. Taufik M, Harli K. gambaran pengetahuan. 2023;6(5):777-85. Doi: <https://doi.org/10.47650/jpp.v6i5.989>
5. Comission E. OBAT. 2022;4(1):1-23.
6. Febri isnawati, Alfi Muklis Kurniawan, Vian Nova Erika. Budidaya Tanaman Obat Keluarga Di Dusun Kubang (Toga). J Pengabdi Masy Nusant. 2021;3(3):13-7. Doi: <https://doi.org/10.57214/pengabmas.v3i3.238>
7. Fatmawati A, Arisanti D, Amin I, Rahmawati R, Widayanti T, Anita A, et al. Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (Toga) Sebagai Bahan Herbal Dalam Menanggulangi Infeksi Jamur. Lontara Abdimas J Pengabdi Kpd Masy. 2023; 4(2): 102-6. Doi: <https://doi.org/10.53861/lomas.v4i2.407>
8. Mewengkang CH, Manginsela EP, Memah MY. Deskripsi Pengetahuan Dan Penerapan Tanaman Obat Keluarga (Toga) di Desa Pinilih Kecamatan Dimembe Kabupaten Minahasa Utara. 2020;16:87-96. Doi: <https://doi.org/10.35791/agrsossek.16.1.2020.27122>
9. Zhafari A, Itmam N, Sari K, Ramdhani AP, Aura A, Permatasari D, et al. Potensi dan Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) Studi Kasus: Desa Tarumajaya RW 07 RT 02, Kecamatan Kertasari, Kabupaten Bandung Potential. 2025;5:37-46. Doi: <https://doi.org/10.55606/jpkmi.v5i3.8353>
10. Dewi NKS, Putra KWS, Maitri WS. Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga untuk Meningkatkan Kesehatan melalui Kegiatan Sosialisasi bagi Organisasi PKK di Dusun Pondok Purnawira. Kolaborasi J Pengabdi Masy. 2025;5(2):174-80. Doi: <https://doi.org/10.56359/kolaborasi.v5i2.487>
11. Pangarso AW, Uji P, Satrio D, Fuadi AK, Mufassiro A, Ula L, et al. Nusantara Community Empowerment Review Praktis Ramah Lingkungan. 2025;3(2):176-81. Doi: <https://doi.org/10.55732/3wv11c97>
12. Masi CM, Suarez-Balcazar Y, Cassey MZ, Kinney L, Piotrowski ZH. Internet access and empowerment. J Gen Intern Med. 2003; 18(7): 525-30. Doi: <https://doi.org/10.55732/3wv11c97>
13. Agustina L, Permatasari DW, Fatimah E, Jannah M, Julia M. Penanaman Tanaman Obat Keluarga (TOGA) Sebagai Salah Satu Usaha Pemberdayaan Siswa Dalam Menumbuhkan Kepedulian Kesehatan Keluarga The Implementation of Family Medicinal Plant (TOGA) Cultivation to Promote Students ' Engagement in Promoting Family Health Awareness.

- 2023;20:126–31. <https://jurnal.uns.ac.id/prosbi/article/view/82600/43492>
14. Sulikan APC, Butarbutar RR, Rampe HL. Analisis Tanaman Obat Keluarga (TOGA) di Pekarangan Desa Sondaken Kabupaten Minahasa Selatan Propinsi Sulawesi Utara. 2025;14(1):11–5. Doi: <https://doi.org/10.35799/jm.v14i1.57577>
15. Wijayanti T, Hindun N, Prasmala ER. Edukasi Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) di Pekarangan Taman Dasawisma RT 37 Perumahan Green View Regency Malang. 2023;3(3):131–41. Doi: <https://doi.org/10.55606/jpkmi.v3i3.2430>