



Vol. 3 No.2 Tahun 2023

Sosialisasi dan Penanaman Tanaman Obat Keluarga (TOGA) dalam Upaya Peningkatan Kesehatan Masyarakat di RW 01 Sidomulyo Timur

Olvaria Misfa*¹ Rahmat Zulfikri², Luthfi Juhana³, Nanda Rahma Tri Cahyaningrum⁴, Nadia Febrianti⁵, Nursakina Pebriyanti⁶, Fitria Azzahra⁷, Indah Dwi Lestari⁸, Nurazlinda⁹, Moh Syaiful Umam¹⁰,
¹⁻¹⁰ Universitas Abdurrah

e-mail: olvaria.misfa@univrab.ac.id¹, rahmat.zulfikri20@student.univrab.ac.id²,
luthfi.juhana20@student.univrab.ac.id³, nanda.rahma20@student.univrab.ac.id⁴,
nadia.pebrianti20@student.univrab.ac.id⁵, nursakinah.pebriyanti20@student.univrab.ac.id⁶,
fitria.azzahra@student.univrab.ac.id⁷, indah.dl@student.univrab.ac.id⁸, nurazlinda20@student.univrab.ac.id⁹,
moh.syaiful20@student.univrab.ac.id¹⁰

Article History

Received: 12 September 2023

Revised: 13 September 2023

Accepted: 16 September 2023

Kata Kunci – Tanaman, Obat, TOGA, Kesehatan, PKK, Masyarakat

Abstract — Medical plants garden (TOGA) are plants results of home cultivation that nutritious as family health and planted in house yard. Medical plants garden can be alternative as safe medicine, cheap, and easy to get for family needs in carrying out independent care for daily life. This community service program is carried out by conducting outreach and planting medicinal plants with Pemberdayaan Kesejahteraan Keluarga (PKK) women in the RW. 01 East Sidomulyo Village, Marpoyan Damai District, Pekanbaru City. The aim of this community service program is to increase awareness regarding land use, one of which is by planting medicinal plants so that people can maintain their health and overcome minor health problems independently. The outreach was carried out to provide information to PKK women about the benefits of medicinal plants as an effort to improve health and was continued with selected TOGA planting activities. The results of this community service, PKK women have learned the benefits of TOGA as a plant with medicinal properties that can be obtained easily.

Abstrak - Tanaman obat keluarga (TOGA) merupakan tanaman hasil budidaya rumahan berkhasiat sebagai obat untuk kesehatan keluarga dan ditanam di lahan perkarangan rumah. TOGA dapat dijadikan alternatif sebagai obat aman, murah dan mudah didapat dalam memenuhi keperluan keluarga dalam melakukan perawatan kesehatan secara mandiri dalam kehidupan sehari-hari. Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan dengan melakukan sosialisasi dan penanaman tanaman obat bersama ibu-ibu Pemberdayaan Kesejahteraan Keluarga (PKK) yang ada di RW. 01 Kelurahan Sidomulyo Timur, Kecamatan Marpoyan Damai, Kota Pekanbaru. Tujuan dilakukan kegiatan ini untuk meningkatkan kesadaran terkait pemanfaatan lahan, salah satunya dengan menanam tanaman obat agar masyarakat dapat memelihara kesehatan dan mengatasi gangguan kesehatan ringan secara mandiri. Sosialisasi dilakukan untuk memberikan informasi kepada ibu-ibu PKK terkait manfaat tanaman obat sebagai upaya dalam peningkatan kesehatan dan dilanjutkan dengan kegiatan penanaman TOGA yang telah dipilih. Hasil dari pengabdian masyarakat ini, ibu-ibu PKK telah mengetahui manfaat dari TOGA sebagai tanaman berkhasiat obat yang dapat diperoleh dengan mudah.

1. PENDAHULUAN

Tanaman Obat Keluarga (TOGA) adalah tanaman hasil budidaya rumahan yang berkhasiat sebagai obat yang bermanfaat untuk kesehatan keluarga [1][2]. TOGA dapat dijadikan alternatif sebagai obat aman, murah,

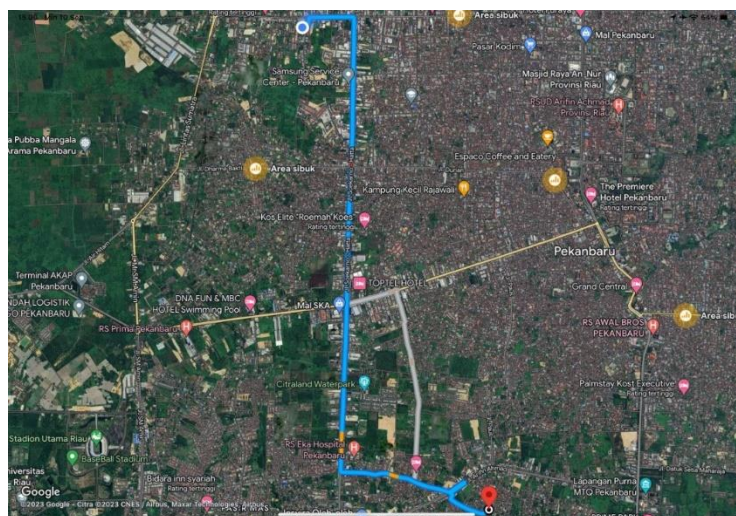
dan mudah didapat dalam memenuhi keperluan keluarga dalam melakukan pengobatan kesihatan secara mandiri. TOGA dapat ditanam di dalam po-pot atau di lahan perkarangan rumah[2]. Indonesia merupakan negara yang kaya akan keanekaragaman hayati, lebih dari 9.609 ratusan jenis tanaman memiliki khasiat sebagai obat. Tanaman tersebut banyak dimanfaatkan sebagai penyembuhan dan pencegahan penyakit [3].

Beberapa tanaman yang termasuk dalam TOGA memiliki khasiat bagi kesehatan diantaranya kencur (*Kaempferia galanga L.*), jahe (*Zingiber officinale*), kunyit (*Curcuma longa L.*), serai (*Cymbopogon nardus L.*), jeruk nipis (*Citrus aurantiifolia*), sirih merah (*Piper crocatum*), dan lainnya. Salah satu manfaat bagi kesehatan dari jahe (*Zingiber officinale*), kunyit (*Curcuma longa L.*), serai (*Cymbopogon nardus L.*) adalah menurunkan tekanan darah pada penyakit hipertensi[4]. Jeruk nipis (*Citrus aurantiifolia s.*) diketahui memiliki aktivitas farmakologi diantaranya sebagai antibakteri, antifungal, antioksidan, antikanker, larvasida nyamuk *Aedes aegypti*, antikolesterol [5]. Tanaman kencur (*Kaempferia galanga L.*) juga dikenal sebagai salah satu TOGA yang juga sering digunakan sebagai bumbu masakan. Kencur (*Kaempferia galanga L.*) digunakan sebagai obat batuk, mual dan bisul. Jika diolah sebagai minuman beras kencur dapat meningkatkan daya tahan tubuh [6].

Pada tahun 2018, data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) menunjukkan pemanfaatan TOGA di Indonesia dengan proporsi sebesar 24,6% [6]. TOGA merupakan salah satu upaya dalam peningkatan kesehatan keluarga. Penanaman TOGA oleh masyarakat diperlukan untuk membantu dalam mengatasi masalah kesehatan. Saat ini, Sebagian masyarakat mulai menggunakan kembali tanaman obat keluarga untuk kesehatan. Hal ini terjadi seiring dengan kesadaran masyarakat terhadap bahaya yang ditimbulkan oleh bahan kimia yang terkandung dalam obat-obatan[2]. Selain itu, keberhasilan pemanfaatan TOGA sangat dipengaruhi oleh pengetahuan masyarakat mengenai manfaat yang diperoleh dari setiap jenis tanaman yang berkhasiat obat dan cara penggunaan masing-masing tanaman obat untuk berbagai penyakit yang berbeda.

Kelurahan Sidomulyo Timur adalah salah satu kelurahan yang berada di Kecamatan Marpoyan Damai, Kota Pekanbaru. Luas wilayah 3.583 ha dengan jenis kondisi tanah daerah Kelurahan Sidomulyo Timur sebagian besar adalah tanah rawa dan sangat sedikit dataran tingginya[7]. Tingkat kesadaran masyarakat akan manfaat penanaman TOGA masih terbilang cukup rendah, karena masih kurangnya pengetahuan akan manfaat TOGA bagi kesehatan dan pemanfaatan lahan oleh masyarakat. Pemanfaatan lahan salah satunya dapat dijadikan sebagai tempat untuk menanam tanaman yang bermanfaat bagi kesehatan maupun perekonomian masyarakat seperti TOGA [7]. Pemanfaatan lahan yang tidak terpakai sebagai lahan untuk budidaya tanaman obat-obatan telah dikenal dalam konsep apotik hidup dengan TOGA[8].

Berdasarkan hal tersebut, kelompok 15 Kuliah Kerja Nyata (KKN) Universitas Abdurrab melaksanakan kegiatan sosialisasi dan penanaman tanaman obat bersama ibu-ibu Pemberdayaan Kesehatan Keluarga (PKK) yang ada di RW. 01 Kelurahan Sidomulyo Timur, Kecamatan Marpoyan Damai, Kota Pekanbaru, Riau. Sosialisasi dilakukan untuk memberikan informasi kepada ibu PKK terkait tanaman obat agar tanaman obat tersebut dapat bermanfaat setelah ditanam. Kemudian dilanjutkan dengan penanaman TOGA yang telah dipilih pada lahan yang dikelola oleh warga RW 01 Kelurahan Sidomulyo Timur. Penanaman TOGA meningkatkan kesadaran terkait pemanfaatan lahan dan menjadi titik awal bagi warga dalam budidaya TOGA.



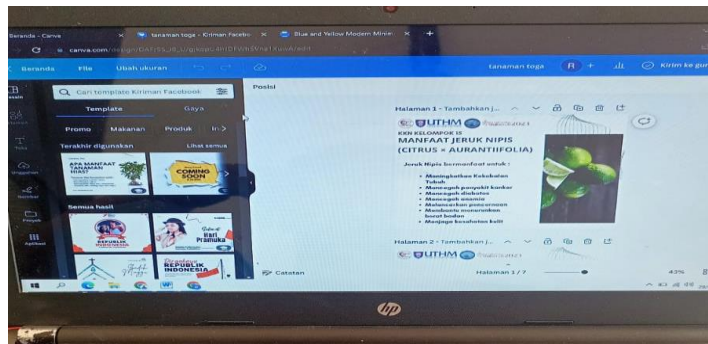
Gambar 1. Lokasi pengabdian Masyarakat

2. METODE PENGABDIAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan oleh kelompok 15 KKN Universitas Abdurrab dimulai dari tanggal 19 Agustus 2023 hingga 22 Agustus 2023. Kegiatan ini terdiri dari sosialisasi manfaat tanaman TOGA bagi kesehatan dan cara menanam TOGA kepada ibu-ibu PKK di RW 01 Kelurahan Sidomulyo Timur, Kecamatan Marpoyan Damai, Kota Pekanbaru. Sasaran kegiatan ini yaitu Ibu PKK Desa Sidomulyo Timur yang dilaksanakan pada tanggal 19 -22 Agustus 2023. Media untuk sarana sosialisasi menggunakan LCD, Laptop dan *Power point*, sedangkan alat yang digunakan dalam penanaman TOGA adalah polybag, cangkul, media tanam (tanah), dan tanaman obat yang akan ditanam yaitu kencur (*Kaempferia galanga L.*), jahe (*Zingiber officinale*), kunyit (*Curcuma longa L.*), serai (*Cymbopogon nardus L.*), jeruk nipis (*Citrus aurantiifolia*), dan sirih merah (*Piper crocatum*).

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat kelompok 15 KKN Universitas Abdurrab tentang sosialisasi dan penanaman TOGA ini dimulai dengan pembuatan konsep dengan mengidentifikasi kebutuhan TOGA yang diperlukan oleh masyarakat dan persiapan materi tentang Tanaman Obat Keluarga (TOGA) untuk sosialisasi dengan ibu-ibu PKK. Selanjutnya, kegiatan sosialisasi dilaksanakan pada hari kedua setelah persiapan konsep dan materi selesai. Kegiatan sosialisasi dilaksanakan di salah satu rumah warga dan dihadiri oleh ibu-ibu PKK RW 01 Kelurahan Sidomulyo Timur, Kecamatan Marpoyan Damai, Kota Pekanbaru. Peserta yang hadir sesuai dengan jumlah yang telah direncanakan. Peserta antusias mengikuti kegiatan sosialisasi, hal ini terlihat dari diskusi pada saat selesai pemaparan materi tentang manfaat TOGA bagi kesehatan dan pemanfaatan lahan dengan menanam tanaman TOGA yang disampaikan oleh mahasiswa Universitas Abdurrab. Pada kegiatan sosialisasi ini juga memberikan wawasan bagaimana cara menanamnya, cara pemilihan bibit yang unggul untuk ditanam, dan media apa saja yang dibutuhkan dalam penanaman tanaman TOGA ini.



Gambar 2. Pembuatan konsep materi sosialisasi

Beberapa jenis tanaman TOGA yang dapat ditanam di Desa Sidomulyo Timur, diantaranya seperti kencur (*Kaempferia galanga L.*), jahe (*Zingiber officinale*), kunyit (*Curcuma longa L.*), serai (*Cymbopogon nardus L.*), jeruk nipis (*Citrus aurantiifolia*), dan sirih merah (*Piper crocatum*). Adanya TOGA di pekarangan rumah, masyarakat dapat menjadikannya sebagai alternatif dalam pengobatan gangguan kesehatan dengan gejala ringan secara mandiri. Tanaman obat keluarga tersebut dapat dimanfaatkan untuk beberapa masalah kesehatan seperti menurunkan tekanan darah pada penyakit hipertensi, batuk, menurunkan kolesterol, menurunkan kadar gula darah, antibakteri, antikanker dan lain sebagainya. Penggunaan TOGA yang mudah, murah, dan efek samping kecil, sehingga masyarakat dapat beralih dari pengobatan kimia ke pengobatan tradisional dalam mengatasi masalah kesehatan.



Gambar 3. Kegiatan sosialisasi Tanaman Obat Keluarga Bersama Ibu-ibu PKK

Masyarakat di kelurahan Sidomulyo Timur, Sebagian besar memiliki lahan perkarangan rumah yang cukup luas, namun pemanfaatan lahan tersebut belum optimal. Sehingga pada kegiatan sosialisasi juga disampaikan tentang pemanfaatan lahan yang dapat digunakan untuk penanaman TOGA.

Selanjutnya, hari berikutnya dilakukan kegiatan pembersihan lahan dan penyediaan bibit 6 tanaman yaitu kencur (*Kaempferia galanga L.*), jahe (*Zingiber officinale*), kunyit (*Curcuma longa L.*), serai (*Cymbopogon nardus L.*), jeruk nipis (*Citrus aurantiifolia*), dan sirih merah (*Piper crocatum*) yang akan ditanam di *polybag*.



Gambar 4. Dokumentasi Goro Lahan, Pembelian Bibit dan Penanaman Bibit di Polybag

Kemudian penanaman TOGA dilaksanakan di lahan pemerintah yang dikelola masyarakat RW 01, Kelurahan Sidomulyo Timur, Kecamatan Marpoyan Damai, Kota Pekanbaru, Riau. Pada setiap jenis tanaman tersebut diberikan papan nama untuk memudahkan masyarakat mengenal jenis TOGA yang ditanam.



Gambar 5. Penanaman TOGA di Lahan yang disediakan Perangkat RW. 01

4. SIMPULAN

Kegiatan sosialisasi dan penanaman Tanaman Obat Keluarga (TOGA) yang telah dilakukan pada ibu-ibu PKK RW. 01 Sidomulyo Timur, Kecamatan Marpoyan Damai, Kota Pekanbaru terlaksana dengan baik dan mendapat respon yang baik dan antusias peserta. Adapun manfaat yang bisa didapat oleh masyarakat adalah meningkatkan pengetahuan dan wawasan masyarakat tentang manfaat tanaman obat yang dapat diperoleh dengan mudah dan murah serta dalam pemanfaatan lahan kosong yang digunakan dalam penanaman TOGA yang bermanfaat sebagai Upaya peningkatan kesehatan Masyarakat.

5. SARAN

Selanjutnya diharapkan kepada ibu-ibu PKK yang berperan dalam upaya peningkatan kesehatan keluarga dapat melakukan sosialisasi kepada seluruh masyarakat kelurahan Sidomulyo Timur tentang manfaat TOGA dan pemanfaatan lahan untuk penanaman TOGA. Sehingga dalam skala yang lebih besar akan terbentuk suatu unit di kelurahan ini untuk memproduksi olahan TOGA yang berkhasiat menyembuhkan penyakit tertentu.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada Lurah Sidomulyo Timur, ketua RW 01, ibu-ibu PKK, kelompok KKN Universitas Abdurrahman dan warga Kelurahan Sidomulyo Timur, Kecamatan Marpoyan Damai, Kota Pekanbaru sehingga kami dapat melaksanakan kegiatan ini. Semoga kegiatan sosialisasi dan penanaman TOGA bermanfaat bagi masyarakat di Kelurahan sidomulyo, Kecamatan Marpoyan Damai, Kota Pekanbaru

DAFTAR PUSTAKA

- [1] P. Hamidi, A. A. Hasibuan, A. Zahra, and ..., "Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (Toga) Sebagai Penangkal Penyakit," *J. ...*, vol. 6, no. 2, pp. 5073–5076, 2022, [Online]. Available: <http://journal.upy.ac.id/index.php/pkn/article/view/1865>
- [2] H. R. Mallaleng, "Studi Eksplorasi Tanaman Obat Asli Indonesia di Kabupaten Manggarai dan Manggarai Barat Provinsi Nusa Tenggara Timur: Menggali Kearifan Lokal Suku Manggarai," *J. NersMid*, vol. 3, no. 2, pp. 121–132, 2020.
- [3] L. A. Hadi, F. E. Meiyani, S. Minzorus, and R. I. Suci, "Socialization on The Use of Family Medicinal Plants (TOGA) for Medication In Lajut Village," *J. Abdi Insa.*, vol. 9, pp. 278–287, 2022.
- [4] A. Soyata, A. D. Mitra, M. Muchtar, and E. N. Hutabarat, "Pemanfaatan Tanaman Jahe, Kunyit, Serai Serta Daun Salam Untuk Pemeliharaan Kesehatan Di Rt 01 Kelurahan Solok Sipin Kecamatan Danau Sipin Kota Jambi," *J. Pengabd. Masy.*, vol. 5, no. 4, pp. 1223–1228, 2022.
- [5] S. S. Prastiwi and F. Ferdiansyah, "Review artikel: kandungan dan aktivitas farmakologi jeruk nipis (*Citrus aurantifolia* s.)," *J. Farmaka*, vol. 15, no. 2, pp. 1–7, 2017.
- [6] Soleh and S. Megantara, "Karakteristik Morfologi Tanaman Kencu (*Kaempferia galanga* L.) dan aktivitas farmakologi," *Farmaka*, vol. 17, no. 2, pp. 256–262, 2019.
- [7] Siska Mayang Sari, Ennimay, and A. R. Tengku, "Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) Pada Masyarakat," *Din. J. Pengabd. Kpd. Masy.*, vol. 3, pp. 1–7, 2019, doi: 10.31849/dinamisia.v3i2.2833.
- [8] E. Suhariyanti, R. Amalia, and M. Aliva, "Improving Community Health Through Socialization Of The Use Of Medicinal Plants In The Family (Toga) In Lingkungan Bandung," *AS-SYIFA J. Pengabd. dan Pemberdaya. Kesehat. Masy.*, vol. 02, no. 1, pp. 31–36, 2021, [Online]. Available: <https://jurnal.umj.ac.id/index.php/AS->