

PENYULUHAN DAN PELAKSANAAN 3P TOGA (PENANAMAN, PERAWATAN, DAN PEMANFAATAN HASIL TANAMAN OBAT KELUARGA)

**David Sulaiman Burmelli¹, Dwi Ayu Sularsih², Eliana Diantini³, Eriksa Julian Meilano⁴,
Muhammad Rifqy Moesa Parisi⁵, Nuschha Natasha Danya⁶, Siti Mahardika⁷**

¹Hubungan Internasional, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Lampung

²Manajemen, Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Lampung

³Perikanan dan Kelautan, Fakultas Pertanian, Universitas Lampung

⁴Teknologi Hasil Pertanian, Fakultas Pertanian, Universitas Lampung

⁵Hukum, Fakultas Hukum, Universitas Lampung

⁶Hukum, Fakultas Hukum, Universitas Lampung

⁷Teknik Sipil, Fakultas Teknik, Universitas Lampung

Penulis Korespondensi : nuschadanya@gmail.com

Abstrak

TOGA (Tanaman Obat Keluarga) adalah beberapa jenis tanaman obat pilihan yang dapat ditanam di pekarangan rumah atau lingkungan rumah sebagai obat untuk menunjang peningkatan kesehatan masyarakat. TOGA umumnya menjadi alternatif pengobatan keluarga yang aman karena jarang menimbulkan efek samping, mudah diolah dan dikonsumsi untuk pertolongan pertama pada penyakit ringan seperti demam, batuk, sakit perut, atau membantu menjaga stamina dan peningkatan kesehatan tubuh. Artikel ini berupaya memberikan gambaran dan penjelasan terkait program kerja Penyuluhan dan Pelaksanaan 3P Toga (Penanaman, Perawatan, dan Pemanfaatan Hasil Tanaman Obat Keluarga), meliputi proses, tahapan, hasil, dan manfaatnya. Metode yang dilakukan pada pengabdian kepada masyarakat ini adalah dengan metode ceramah menggunakan media slide power point, diskusi, dan praktek. Terdapat 2 tahapan yaitu tahapan persiapan dan tahapan pelaksanaan. Jenis tanaman TOGA yang diambil berupa jahe, kunyit, temulawak, temu putih, dan temu kunci. Menggunakan media tanam polibag dan karung semen yang sudah tidak terpakai dan dibuat menjadi polibag buatan. Hasil pemberdayaan TOGA berdasarkan kegiatan yang dilakukan masyarakat desa Banjarsari menunjukkan bahwa penanaman tanaman obat keluarga memberikan dampak yang positif bagi masyarakat di desa Banjarsari. Pemberdayaan masyarakat di Desa Banjarsari Kecamatan Wonosobo Kabupaten Tanggamus dalam Penanaman, perawatan, dan Pemanfaatan Hasil Tanaman Obat Keluarga (TOGA) dapat meningkatkan pengetahuan tentang aneka jenis tanaman obat dan khasiatnya, meningkatkan pengetahuan tata cara penanaman tanaman obat yang baik. Setelah dilakukan kegiatan penyuluhan, pemahaman dan kesadaran masyarakat di Lingkungan Banjarsari, sesuai dengan tujuan akhir dari penyuluhan ini harapannya yaitu meningkatnya pemahaman terhadap pentingnya kegiatan 3P TOGA (Penanaman, Perawatan, Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga) dan masyarakat mampu menjadikan 3P TOGA sebagai kegiatan yang berkelanjutan.

Kata kunci: kesehatan, pekarangan rumah, penyuluhan, TOGA

Abstract

TOGA (Family Medicinal Plants) are several types of selected medicinal plants that can be planted in the yard of the house or the home environment as medicines to support the improvement of public health. TOGA is generally a safe alternative for family medicine because it rarely causes side effects, is easily processed and consumed for first aid for minor illnesses such as fever, cough, stomach ache, or to help maintain stamina and improve body health. This article attempts to provide an overview and explanation regarding the Counseling and Implementation work program of 3P Toga (Planting, Treatment, and Utilization of Family Medicinal Plant Products), including processes, stages, results, and benefits. The method used in this community service is the lecture method using power point slide media, discussion, and practice. There are 2 stages, namely the preparation stage and the implementation stage. The types of TOGA plants taken were ginger, turmeric, temulawak, temu putih, and temu Kunci. Using polybag planting media and cement sacks that are no longer used and made into artificial polybags. The results of TOGA empowerment based on activities carried out by the Banjarsari village community show that planting family medicinal plants has a positive impact on the community in Banjarsari village. Empowering the community in Banjarsari Village, Wonosobo District, Tanggamus Regency in planting, caring for, and using family medicinal plant products (TOGA) can increase knowledge about various types of medicinal plants and their properties, increase knowledge of good medicinal plant cultivation procedures. After carrying out counseling activities, understanding and awareness of the community in the Banjarsari Environment, in accordance with the ultimate goal of this counseling, it is hoped that there will be increased understanding of the importance of 3P TOGA activities (Planting, Care, Utilization of Family Medicinal Plants) and the community is able to make 3P TOGA a sustainable activity.

Keywords: *health, yard, counseling, TOGA*

1. Pendahuluan

TOGA (Tanaman Obat Keluarga) atau biasa disebut dengan apotek hidup adalah beberapa jenis tanaman obat pilihan yang dapat ditanam di pekarangan rumah atau lingkungan rumah sebagai obat tradisional untuk menunjang peningkatan kesehatan masyarakat. TOGA dapat dibudidayakan dalam pot-pot, polibag, atau di lahan sekitar rumah dalam skala kecil dan menengah, yang selanjutnya dapat disalurkan kepada masyarakat untuk meningkatkan kesehatan tubuh. Pengetahuan tentang Tanaman Obat Keluarga pada masyarakat umum tentang manfaat dan kegunaannya dalam upaya untuk penyembuhan penyakit, pencegahan penyakit, meningkatkan daya tahan tubuh, dan untuk pemulihan sejak dahulu sudah dipergunakan oleh masyarakat luas. (Yuliana, Ruswanto, & Gustaman, 2021) (Harefa, 2020).

Penanaman tanaman obat di pekarangan selain untuk obat, juga dapat ditata dengan baik sebagai penghias pekarangan rumah. Pekarangan rumah akan menjadi tampak asri dan penghuninya juga dapat memperoleh obat-obatan yang diperlukan untuk menjaga kesehatan. (Trisnaningsih, Wahyuni, & Nur, 2019) Pemanfaatan TOGA umumnya sebagai alternatif pengobatan gangguan kesehatan keluarga menurut gejala-gejala umum seperti demam, panas, batuk, dan sakit perut (Puspitasari, Sari, & Indrayati, 2021). Pada saat anggota keluarga ada yang sakit, TOGA dapat dijadikan sebagai alternatif obat tradisional yang paling mudah dicari, murah serta memiliki efek samping yang jauh lebih rendah dibandingkan obat-obatan kimia. (Permatasari & Hardy, 2019).

Desa Banjarsari adalah salah satu desa di kecamatan Wonosobo kabupaten Tanggamus yang memiliki kondisi tanah yang subur dan cuaca yang mendukung untuk melakukan kegiatan menanam. Warga desa Banjarsari pun sudah akrab dengan kegiatan bercocok tanam dikarenakan mayoritas masyarakatnya bekerja sebagai petani. Hal ini didukung dengan mayoritas masyarakat yang memiliki halaman pekarangan yang luas. Namun di area halaman rumah atau pekarangan rumah tiap keluarga masih jarang dijumpai, lebih dominan tanaman-tanaman hias, dan sekalipun ditiap rumah memiliki TOGA. Masyarakat desa Banjarsari masih kurang memahami cara memberikan pengobatan mandiri kepada

keluarga menggunakan TOGA. Dengan demikian, TOGA yang sudah ada kurang dimanfaatkan secara optimal.

Oleh karena itu, solusi yang akan diberikan berdasarkan permasalahan yang ada di desa Banjarsari, Kami mengusung program kerja Penyuluhan dan Pelaksanaan 3P TOGA (Penanaman, Perawatan, dan Pemanfaatan Hasil Tanaman Obat Keluarga) agar masyarakat desa Banjarsari dapat memanfaatkan TOGA untuk meningkatkan kesehatan masyarakat Desa Banjar Sari.

Tujuan dilaksanakannya kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan tentang khasiat TOGA secara ilmiah pada masyarakat di desa Banjarsari, meningkatkan pengetahuan tentang tata cara menanam TOGA pada masyarakat di desa Banjarsari, dapat mengurangi pengeluaran atau perekonomian keluarga dengan tidak menggunakan obat-obatan kimia, dan dapat mendorong masyarakat untuk memanfaatkan tanaman obat keluarga sehingga dapat merawat kesehatan keluarga secara mandiri dan benar dengan melakukan asuhan kesehatan mandiri di tingkat keluarga.

2. Bahan dan Metode

Metode yang dilakukan pada pengabdian kepada masyarakat ini adalah dengan metode ceramah menggunakan media slide power point, diskusi, dan praktek. Adapun tahapan kegiatan yang dilakukan adalah sebagai berikut :

1. Tahap Persiapan

Adapun tahap-tahap yang dilakukan sebelum kegiatan ialah sebagai berikut :

- a. Pengambilan 5 jenis tanaman TOGA yaitu jahe, kunyit, temulawak, temu putih, dan temu kunci di salah satu kebun milik ketua karang taruna.
- b. Menyiapkan media tanam berupa polibag maupun karung semen yang sudah tidak terpakai lagi yang kemudian dibuat menjadi polibag buatan.
- c. TOGA dimasukkan ke dalam polibag untuk ditanam kemudian disiram, dan dijadikan sebagai tanaman percontohan di depan balai pekon.
- d. Pembuatan 5 jenis bibit TOGA yang akan dibagikan kepada peserta penyuluhan.
- e. Membersihkan pekarangan balai pekon yang akan digunakan sebagai tempat percontohan 3P TOGA.
- f. Pembuatan pagar di sekeliling taman TOGA agar memunculkan kesan keindahan di pekarangan.
- g. Penyusunan bahan dan materi penyuluhan, berupa slide untuk peserta kegiatan.

2. Tahap Pelaksanaan

Adapun tahap-tahap yang dilakukan pada saat pelaksanaan kegiatan adalah sebagai berikut:

- a. Seminar (Ceramah dan Diskusi)
- b. Sesi pertama lebih fokus dalam memberikan informasi mengenai 5 tanaman obat keluarga yang akan dipaparkan mulai dari penjelasan bentuk, cara penanaman, cara perawatan, dan cara pemanfaatan TOGA tersebut.
- c. Memperlihatkan dan menunjukkan secara langsung 5 bibit tanaman yang akan ditanam sebagai TOGA.
- d. Sesi tanya jawab dan diskusi antara peserta penyuluhan dengan mahasiswa KKN.
- e. Pada sesi kedua, penyuluhan lebih fokus terhadap praktek penanaman bibit TOGA secara langsung, pembagian bibit TOGA, dan pembagian media tanam berupa polibag kepada peserta yang hadir.
- f. Kegiatan diakhiri dengan penyampaian pesan dan harapan agar masyarakat dapat memanfaatkan hasil dari penanaman tanaman obat keluarga tersebut dan juga dapat menanam kembali TOGA di pekarangan rumah mereka sehingga kegiatan 3P TOGA menjadi kegiatan berkelanjutan.

3. Hasil dan Pembahasan

Secara umum kegiatan penyuluhan 3P TOGA berlangsung dengan baik dan mendapat respon positif dari masyarakat sebagai peserta penyuluhan. Para peserta terlihat sangat tertarik saat kami menunjukkan percontohan 3P TOGA yang sudah kami buat dengan menambahkan unsur estetik sehingga mampu menarik peserta untuk melihat dan mengamati hasil 3P TOGA. Selain itu, peserta juga terlihat antusias kami membagikan bibit tanaman obat keluarga yang terdiri dari jahe, kunyit, temu lawak, temu putih, dan temu kunci. Khususnya ketika pembagian temu kunci banyak dari peserta penyuluhan yang mengaku masih awam untuk menanam tanaman temu kunci karena sebelumnya tidak mengetahui bentuk maupun manfaatnya dan juga masih sulit membedakan antara temu putih dan temu kunci. Oleh karena itu, untuk dapat membedakan setiap jenis tanaman maka diberikan papan nama untuk memudahkan masyarakat mengenal jenis Tanaman Obat Keluarga (TOGA). Tanaman obat yang dipilih untuk dijadikan percontohan merupakan tanaman yang dapat dipergunakan untuk pertolongan pertama atau obat-obatan ringan seperti untuk demam dan batuk (Dipuja dkk., 2021).

Hasil pemberdayaan TOGA berdasarkan kegiatan yang dilakukan masyarakat desa Banjarsari menunjukkan bahwa penanaman tanaman obat keluarga memberikan dampak yang positif bagi masyarakat di desa Banjarsari tersebut. Hal ini dikarenakan bertambahnya ilmu dan pengetahuan masyarakat terhadap budidaya, penanaman dan manfaat dari tanaman TOGA, masyarakat desa juga sudah mulai menanam tanaman TOGA di lingkungan sekitar. Oleh karena itu, masyarakat dapat lebih memaksimalkan pemanfaatan tanaman obat yang terdapat di perkarangan rumah, sehingga tumbuhan obat dapat diramu menjadi obat tradisional yang tepat yang dapat dimanfaatkan untuk penyembuhan penyakit bagi masyarakat yang mana sebagai pengobatan awal sebelum pengobatan secara medis (Nurjanah dkk., 2019). Selain sebagai tanaman obat keluarga (TOGA) juga dapat dijadikan usaha sampingan bagi para ibu rumah tangga. Lahan pekarangan memiliki potensi untuk dijadikan lahan 3P TOGA, mengingat tingginya kebutuhan tanaman obat baik dalam konsumsi pribadi maupun umum, maka kita dapat memanfaatkan hal ini menjadi bisnis jual beli tanaman obat dengan prospek yang menjanjikan (Erlita dkk., 2022).

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan dalam upaya peningkatan kesehatan baik dalam upaya preventif, promotif dan kuratif melalui 3P TOGA pada masyarakat Desa Banjarsari berjalan dengan baik sampai kegiatan penyuluhan selesai. Dimulai dari tahap persiapan dalam pembuatan PPT materi penyuluhan 3P TOGA (Penanaman, Perawatan, dan Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga), proses penyebaran surat undangan, serta proses peminjaman dan persiapan tempat penyuluhan tidak ada kendala yang berarti bagi pengabdian. PPT penyuluhan berisikan apa itu 3P TOGA, tujuan dari adanya kegiatan 3P TOGA, pemaparan bagaimana cara penanaman maupun perawatan 3P TOGA, dan pemaparan dari manfaat TOGA serta pembagian media tanam berupa polibag agar masyarakat bisa mulai menanam TOGA di pekarangan rumah masing-masing.



Gambar 1. Kegiatan Penyuluhan dan Pelaksanaan 3P TOGA

Tabel 1. Keadaan awal dan keadaan akhir yang diharapkan dari peserta penyuluhan

No	Keadaan awal	Perlakuan	Keadaan akhir
1	Pemberian materi mengenai pemanfaatan TOGA untuk mendukung kesehatan keluarga	Masyarakat dapat menanam tanaman obat keluarga di pekarangan rumah masing-masing dan mampu memanfaatkan hasil TOGA untuk kebutuhan kesehatan	Masyarakat kurang memahami manfaat dan pentingnya menanam TOGA untuk keluarga.
2	Keterbatasan fasilitas kesehatan yang dimiliki oleh Desa Banjarsari	Pemberian materi mengenai pemanfaatan TOGA sebagai obat tradisional untuk merawat kesehatan keluarga secara mandiri dan benar, dengan melakukan asuhan kesehatan mandiri di tingkat keluarga, dengan begitu masyarakat telah berperan dalam mewujudkan perubahan paradigma kuratif menjadi promotif dan preventif	Masyarakat dapat meningkatkan pengetahuan dalam memanfaatkan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) sebagai obat tradisional, memilih menggunakan obat tradisional dibandingkan dengan obat kimia.

Kegiatan penyuluhan 3P TOGA kepada masyarakat Desa Banjarsari dilaksanakan di Balai pekan Banjarsari. Tepat sebelum pelaksanaan, panitia pelaksana melakukan persiapan tempat penyuluhan

seperti membersihkan ruangan aula balai pekon, mempersiapkan proyektor, laptop dan alat-alat yang dibutuhkan untuk presentasi, mempersiapkan meja dan kursi, serta konsumsi bagi peserta penyuluhan.

Kegiatan penyuluhan 3P TOGA ini dilakukan pada 17 Januari 2023 mulai pukul 09.00 WIB s.d 13.00 WIB. Kegiatan diawali dengan proses registrasi peserta yang hadir, peserta yang melakukan registrasi berjumlah 30 orang yang diikuti oleh ibu-ibu PKK dan ibu-ibu kader posyandu. Setelah proses registrasi, selanjutnya acara dimulai yang dipandu oleh MC, kemudian dilanjutkan kegiatan pembukaan oleh ketua pelaksana kegiatan. Dalam membuka kegiatan, ketua pelaksana menyampaikan agar kegiatan 3P TOGA bisa diterapkan dengan baik dan dapat menjadi kegiatan berkelanjutan, karena hal ini sejalan dengan arah kebijakan pelayanan kesehatan tradisional yang mendorong masyarakat untuk memanfaatkan Taman Obat Keluarga (TOGA) untuk merawat kesehatan keluarga secara mandiri dan benar dengan melakukan asuhan kesehatan mandiri di tingkat keluarga (Hanifa dkk., 2020).

Kegiatan penyuluhan 3P TOGA ditutup dengan sesi tanya jawab oleh peserta kegiatan dan mahasiswa KKN. Peserta memberikan respon yang positif dan antusias terhadap pelaksanaan kegiatan ini. Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan ini memberikan manfaat dan perubahan yang positif terhadap peserta. Setelah dilakukan kegiatan penyuluhan, pemahaman dan kesadaran masyarakat di Lingkungan Banjarsari meningkat, sesuai dengan tujuan akhir dari penyuluhan ini yaitu peningkatan pemahaman terhadap pentingnya kegiatan 3P TOGA (Penanaman, Perawatan, Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga) dan masyarakat mampu menjadikan 3P TOGA sebagai kegiatan yang berkelanjutan.

4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil pembahasan dari pelatihan yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa:

1. Peserta penyuluhan memberikan respon yang positif dan antusias terhadap pelaksanaan kegiatan 3P TOGA, peningkatan pengetahuan dan keterampilan bagi peserta pelatihan tentang penanaman dan pemanfaatan TOGA dilakukan dengan metode ceramah.
2. Program 3P TOGA ini dibuat untuk memenuhi kebutuhan keluarga akan obat-obatan atau bahan obat tradisional yang selanjutnya dapat dimanfaatkan oleh masyarakat di Desa Banjarsari, sekalipun dilakukan secara individual setiap keluarga dapat juga membudidayakan TOGA ini sehingga terwujudnya prinsip kemandirian dalam pengobatan keluarga.
3. Pemberdayaan masyarakat di Desa Banjarsari Kecamatan Wonosobo Kabupaten Tanggamus dalam Penanaman, perawatan, dan Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) dapat meningkatkan pengetahuan tentang aneka jenis tanaman obat dan khasiatnya, meningkatkan pengetahuan tata cara penanaman tanaman obat yang baik.
4. Pemberdayaan masyarakat dalam 3P TOGA diharapkan dapat terwujud dengan baik dengan adanya pemberian bibit tanaman, dan pemberian media tanam berupa polybag yang kemudian dapat dibudidayakan di lokasi pengabdian.

Ucapan Terima Kasih

Puji syukur kami panjatkan kepada Allah SWT karena hanya dengan rahmat dan hidayah-Nya kami dapat menyelesaikan kegiatan pengabdian masyarakat ini. Kami juga banyak mendapatkan dukungan dari berbagai pihak yang telah menyumbangkan pikiran, waktu, tenaga, dan sebagainya. Oleh karena itu, pada kesempatan yang baik ini kami mengucapkan terima kasih kepada:

- a) Universitas Lampung
- b) BPKKN Universitas Lampung
- c) Dosen KDPL Mahasiswa Universitas Lampung
- d) Dosen DPL Mahasiswa Universitas Lampung
- e) Kepala Desa Banjarsari, Kecamatan Wonosobo, Kabupaten Tanggamus
- f) Aparatur Desa Banjarsari, Kecamatan Wonosobo, Kabupaten Tanggamus
- g) Ibu PKK Desa Banjarsari, Kecamatan Wonosobo, Kabupaten Tanggamus

h) Karang Taruna Desa Banjarsari, Kecamatan Wonosobo, Kabupaten Tanggamus

i) Masyarakat Desa Banjarsari, Kecamatan Wonosobo, Kabupaten Tanggamus

Yang telah berpartisipasi dan membantu kami demi terlaksanakannya acara program kerja kami yaitu Penyuluhan dan Pelaksanaan 3P TOGA (Penanaman, Perawatan, dan Pemanfaatan Hasil Tanaman Obat Keluarga) di desa Banjarsari. Dan terimakasih kepada seluruh peserta kegiatan penyuluhan 3P TOGA yang sangat antusias dalam pelaksanaan kegiatan. Semoga amal dan kebaikan yang diberikan kepada kami akan mendapatkan balasan dari Allah SWT. Aamiin.

Daftar Pustaka

- Dipuja, D. A., Nurhidayati, A., Maulana, F., Salsabila, H., Ginting, J. A., Albani, M., Abdurrahman, M., Dika, R., Aulia, R., Rahmadani, S., Agyudia, T. P. 2021. *Penyuluhan pemberdayaan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) guna meningkatkan imunitas di kala pandemi*. Unri Conference Series: Community Engagement. 3: 519-523.
- Erlita, C., Lubis, A., Hutagaol, D., Hariani, F., Ani, N. 2022. Penyuluhan Pemanfaatan Pekarangan Dengan Tanaman Obat Keluarga Dimasa Pandemi Di Desa Bakaran Batu Kecamatan Batang Kuis Kabupaten Deli Serdang. *Jurnal Deputy (Derma Pengabdian Dosen Perguruan Tinggi)*. 2 (1): 63-66.
- Hanifa, N. I., Wirasisya, D. G., Hasina, R. 2020. Penyuluhan Penggunaan TOGA (Taman Obat Keluarga) Untuk Pengobatan di Desa Senggigi. *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA*. 3 (2): 87-92.
- Nurjanah, S. R., Nurazizah, N. N., Septiana, F., Shalikhah, N. D. 2019. Peningkatan Kesehatan Masyarakat Melalui Pemberdayaan Wanita dalam Pemanfaatan Pekarangan dengan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) di Dusun Semawung. *Community Empowerment*. Vol. 4 No. 1 (2019) pp. 20-25.
- Permatasari, P., & Hardy, F. R. (2019). PEMBERDAYAAN IBU RUMAH TANGGA DI KELURAHAN CINERE. *Jurnal Bakti Masyarakat Indonesia*, 2(1), 129-134.
- Puspitasari, I., Sari, G. N., & Indrayati, A. (2021). Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) sebagai Alternatif. *Jurnal Warta LPM*, 24(3), 245-254.
- Trisnaningsih, U., Wahyuni, S., & Nur, S. (2019). PEMANFAATAN LAHAN PEKARANGAN DENGAN TANAMAN OBAT. *Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat*, 3(2), 259-263.
- Yuliana, A., Ruswanto, & Gustaman, F. (2021). PENYULUHAN PENGETAHUAN DAN PEMAHAMAN MASYARAKAT TENTANG. *JURNAL KREATIVITAS PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT (PKM)*, 4(2), 365-372.