

# Sosialisasi pemberdayaan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) guna meningkatkan imunitas di kala pandemi

**Diah Anugrah Dipuja\***, Atikah Nurhidayati, Farhan Maulana, Havira Salsabila, Janny Karina Ginting, Muhammad Albani, Muti Abdurrahman, Rian Dika, Risda Aulia, Suci Rahmadani, & Tasya Putri Agyudia

Universitas Riau

\* [diahanugrah@lecturer.unri.ac.id](mailto:diahanugrah@lecturer.unri.ac.id)

**Abstrak.** Artikel ini dibuat untuk mengenal masyarakat tentang tanaman obat yang dapat kita temukan dalam kehidupan sehari-hari. Di Indonesia biasa kita sebut sebagai TOGA (Tanaman Obat Keluarga). Toga memiliki banyak manfaat yang paling signifikan adalah tanaman ini dapat membantu mengurangi gejala ringan dari beberapa penyakit, namun sebagian masyarakat tidak mengetahuinya, khususnya di Desa Perhentian Luas Kecamatan Logas Tanah Darat. Salah satu penyebab kami menemukan mengapa masih ada yang tidak menanam tanaman obat di lingkungan mereka karena kurangnya pemahaman yang mereka miliki. Jadi, sebagai mahasiswa kami ingin berbagi ilmu dan kami juga membawa beberapa bibit tanaman obat. Seperti jahe, lidah buaya, kunyit, kencur, daun kelor, dan temulawak. Kegiatan kami berjalan dengan baik dan semoga ini menjadi contoh yang bermanfaat bagi warga di desa ini.

**Kata Kunci:** Tanaman Obat Keluarga, Budidaya, Jahe, Kunyit, Kencur

**Abstract.** This article was prepared for acknowledging people for the medicine plant that can we found in our daily live. In Indonesia we usually named is as TOGA (Tanaman Obat Keluarga). Toga has a lot of advantages the most significant is this plant can help to decrease the mild symptoms of some diseases, but some people do not recognize this, especially in Desa Perhentian Luas Kecamatan Logas Tanah Darat. One of the reasons that we found why there still did not plant medicine plants in their environment is because of the lack of understanding they have. So, as a student college, we like to share our knowledge and we also bring some medical plant seeds. Like ginger, aloe vera, turmeric, greater galangale, kelor leaves, and temulawak. Our activity goes well and we wish that this will be a useful example for the resident in this village.

**Keywords:** tanaman obat keluarga, cultivation, ginger, turmeric, kencur

---

*To cite this article:* Dipuja. D. A., A. Nurhidayati., F. Maulana., H. Salsabila., J. K. Ginting., M. Albani., M. Abdurrahman., R. Dika., R. Aulia, S. Rahmadani., & T. P. Agyudia. 2021. Sosialisasi pemberdayaan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) guna meningkatkan imunitas di kala pandemi. *Unri Conference Series: Community Engagement 3: 519-523*. <https://doi.org/10.31258/unricsce.3.519-523>

© 2021 Authors

Peer-review under responsibility of the organizing committee of Seminar Nasional Pemberdayaan Masyarakat 2021

---

## PENDAHULUAN

Desa Perhentian Luas adalah desa yang terletak di Kecamatan Logas Tanah Darat, Kabupaten Kuantan Singingi, Provinsi Riau. Batas desa ini secara administratif dapat diuraikan sebagai berikut: Batas Utara : Desa Logas, Kecamatan Logas Tanah Darat, Batas Selatan : Desa Pasar baru, Kecamatan Pangean, Batas Barat : Desa Sako Margasari, Kecamatan Logas Tanah Darat, Batas Timur : Kecamatan Kuantan Hilir. Desa Perhentian Luas terletak diantara Kecamatan Pangean dan Kuantan Hilir yang merupakan daerah yang memiliki tinggi sekitar 70-meter dpl.

Di masa pandemi COVID-19, masyarakat dianjurkan untuk tetap tinggal di rumah. Ini mengakibatkan masyarakat sulit dalam mendapatkan obat-obatan. Dengan berbagai pertimbangan Mahasiswa KUKERTA Balik Kampung UNRI Desa Perhentian Luas 2021 bersama Puskesmas Perhentian Luas membuat taman tanaman obat keluarga (TOGA) yang berfungsi sebagai sentra tanaman obat keluarga yang nantinya akan menjawab masalah di masyarakat dalam sulitnya mendapatkan obat-obatan.

Sulitnya masyarakat dalam mendapatkan tanaman obat keluarga di Desa Perhentian Luas disebabkan oleh minimnya kesadaran serta pemahaman masyarakat mengenai manfaat dari tanaman obat keluarga serta pemanfaatan lahan kosong di pekarangan rumah yang bisa digunakan sebagai tempat penanaman tanaman obat keluarga.

Berdasarkan hasil observasi dan komunikasi dapat diidentifikasi adanya permasalahan terkait sulitnya masyarakat untuk mendapatkan tanaman obat keluarga di Desa Perhentian Luas. Maka dari itu diadakan sosialisasi dan pelatihan mengenai khasiat dan manfaat tanaman obat keluarga secara ilmiah. Lalu dilakukannya pembibitan serta pembudidayaan tanaman obat keluarga di sentra tanaman TOGA. Hasil dari pembibitan tanaman obat keluarga ini dapat dibagikan kepada masyarakat Desa Perhentian Luas untuk dibudidayakan kembali.

Tanaman obat keluarga (TOGA) yang dikenal juga dengan nama apotek hidup merupakan beberapa jenis tanaman obat pilihan yang dapat ditanam di Puskesmas atau lingkungan rumah. Tanaman obat keluarga yang dipilih biasanya tanaman yang dapat dipergunakan untuk pertolongan pertama atau obat-obatan ringan seperti demam dan batuk. Keberadaan tanaman obat keluarga di Puskesmas (Pusat Kesehatan Masyarakat) sangat penting terutama bagi keluarga yang tidak memiliki akses mudah ke pelayanan medis. Tanaman obat keluarga ini dapat ditanam di dalam pot atau di lahan. Dengan memahami manfaat, khasiat, dan jenis tanaman tertentu, tanaman obat menjadi pilihan keluarga dalam memilih obat alami yang aman.

Pemanfaatan tanaman obat keluarga (TOGA) merupakan tradisi masyarakat dalam kehidupan sehari-hari, dimana pemanfaatan tanaman obat sebagai bahan pengobatan penyakit telah berakar kuat di tengah-tengah kehidupan masyarakat, terutama masyarakat yang tinggal di desa. Meskipun berbagai kemajuan dalam bidang teknologi dan ilmu pengetahuan terus berkembang sangat pesat, namun penggunaan tanaman sebagai bahan obat-obatan tradisional oleh masyarakat semakin meningkat dan perkembangannya sangat maju. Hal inilah yang dapat dirasakan terutama dengan semakin banyaknya obat tradisional dan jamu-jamu yang beredar dimasyarakat dan diolah secara mandiri. Beberapa manfaat tumbuhan sebagai obat dimasyarakat, yaitu:

- a. Menjaga kesehatan. Faktanya kemampuan obat tradisional (herbal) dalam menunjang kesehatan telah terbukti, penggunaannya terdiri dari berbagai lapisan masyarakat, mulai dari anak-anak, remaja dan orang lanjut usia.
- b. Memperbaiki status gizi bagi masyarakat. Banyak sekali tumbuhan apotik hidup yang dapat dimanfaatkan untuk perbaikan dan peningkatan gizi, seperti kacang, sawo dan belimbing wuluh, sayuran, buah-buahan sehingga kebutuhan vitamin akan terpenuhi.
- c. Menghijaukan lingkungan. Meningkatkan penanaman apotik hidup salah satu cara untuk penghijauan lingkungan tempat tinggal.
- d. Meningkatkan pendapatan masyarakat. Penjualan hasil tumbuhan akan mampu menambah penghasilan keluarga. (Harefa D, 2020)

Tanaman yang kami pilih untuk dibudidayakan di Puskesmas Desa Perhentian Lua adalah jahe, kunyit, temulawak, daun kelor, lidah buaya, dan jahe merah. Berikut adalah manfaat dari masing-masing tanaman:

- a. Manfaat jahe dan jahe merah: Secara umum, jahe memiliki kandungan zat gizi dan senyawa kimia aktif yang berfungsi preventif dan kuratif. Dari segi nutrisi, jahe mengandung kalori, karbohidrat, serat, protein, sodium, besi, potasium, magnesium, fosfor, zeng, folat, vitamin C, vitamin B6, vitamin A, riboflavin dan niacin. Beberapa senyawa kimia aktif dalam rimpang jahe yang berefek farmakologis terhadap kesehatan, antara lain: minyak atsiri dengan kandungan zat aktif zingiberin, kamfena, lemonin, borneol, shogaol, sineol, fellandren, zingiberol, gingerol, dan zingeron. Sebagai bahan obat tradisional, jahe memiliki khasiat

untuk mencegah dan mengobati berbagai penyakit, seperti: batuk, pegal-pegal, rematik, bronchitis, nyeri lambung, vertigo, mual saat hamil, gangguan sistem pencernaan, rasa sakit saat menstruasi, kanker, sakit jantung, Alzheimer, penyakit infeksi, produksi air susu ibu terganggu, dan stamina tubuh rendah (Redi Aryanta, 2019)

- b. Manfaat kunyit: Kunyit merupakan tanaman obat-obatan yang biasa digunakan sebagai obat tradisional. Kunyit termasuk golongan zingiberaceae yang banyak ditemukan di wilayah tropis terutama di Indonesia. Kunyit sendiri memiliki senyawa antioksidan seperti polifenol, tanin, dan asam askorbat. Senyawa antioksidan yang paling dominan yaitu curcumin karena dapat berkhasiat sebagai obat penyembuh luka dan anti inflamasi, terutama pada pengobatan jerawat. Kunyit juga mampu menghambat pertumbuhan bakteri, virus in vitro dan jamur. (Harfiani, E, Anisah, 2019)
- c. Manfaat temulawak: Temulawak (*Curcuma xanthorrhiza Roxb*) adalah salah satu tumbuhan obat keluarga Zingiberaceae yang banyak tumbuh dan digunakan sebagai bahan baku obat tradisional di Indonesia. Temulawak diketahui memiliki banyak manfaat salah satunya potensi sebagai antioksidan. Komponen aktif yang bertanggung jawab sebagai antioksidan dalam rimpang temulawak adalah kurkumin. Penelitian ini bertujuan menganalisis potensi temulawak sebagai antioksidan (Rosidi, A, 2014).
- d. Manfaat daun kelor: Kelor (*Moringa aloifera Lamk*) merupakan jenis tumbuhan perdu yang berkhasiat untuk menyembuhkan berbagai penyakit. Hepatitis B ialah peradangan pada jaringan hati, penyebabnya bisa karena virus, parasit, racun, maupun obat-obatan. Salah satu tanda serangan hepatitis ialah warna mata dan kulit penderita tampak kuning (ikterik). Oleh karena itu, hepatitis sering disebut penyakit kuning. Minyak behen, minyak terbang, myrosine diduga dikandung di tumbuhan kelor yang dapat menyembuhkan berbagai penyakit. Adanya kandungan zat berkhasiat dalam daun kelor sehingga dapat dimanfaatkan sebagai obat herbal untuk pengobatan penyakit Hepatitis B (Wahyuni, 2013)
- e. Manfaat lidah buaya: Tanaman Lidah Buaya dikenal sebagai bahan obat tradisional dan kosmetika termasuk dalam bidang farmasi. Khasiat yang tersimpan dari lidah buaya untuk pembersih darah, penurun panas, obat wasir, batuk rejan dan mempercepat penyembuhan luka. Sejumlah nutrisi yang bermanfaat terkandung di dalam lidah buaya, berupa bahan organik dan anorganik, di antaranya vitamin, mineral, beberapa asam amino, serta enzim yang diperlukan tubuh (Widodo, 2006)

Selain menanam TOGA, Mahasiswa Kukerta juga melakukan kegiatan edukasi serta sosialisasi bersama pihak puskesmas. Hal ini merupakan metode yang efektif untuk memberikan pembinaan serta bimbingan kepada masyarakat mengenai pemahaman manfaat tanaman TOGA. Selain itu pemberian bibit TOGA juga dilakukan, hal ini menjadi metode efektif dalam pemanfaatan TOGA. Dengan adanya bibit TOGA maka masyarakat bisa memanfaatkan serta melakukan pembudidayaan. Maka dari itu masyarakat diharapkan dapat melanjutkan pemanfaatan dan pembudidayaan tersebut dan juga tokoh masyarakatnya dapat menjadi contoh oleh masyarakat dengan melakukan pembinaan.

### **TOGA baru di tanam, sehingga efeknya akan lama baru dirasa.**

Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk memenuhi keperluan obat-obatan dalam keluarga maupun masyarakat di sekitarnya, dapat dijadikan contoh oleh masyarakat dan mempermudah masyarakat dalam mendapatkan tanaman obat keluarga.

### **METODE PENERAPAN**

Metode ini dilakukan dengan cara mengumpulkan data relevan yang dibutuhkan yang bersumber dari buku, artikel ilmiah, dan berita yang kredibel dan sesuai dengan topik yang dilakukan. Teknik analisis data yang kami pakai untuk kegiatan ini ialah teknik analisis data kualitatif. Analisis data kualitatif ialah analisis data yang berasal dari data yang terambil dari proses pengumpulan data. Datanya bisa berupa dari rekaman atau catatan, wawancara serta partisipasi.

Langkah-langkah pengabdian yang kami lakukan adalah:

1. Kami membuat bibit jahe, kunyit, kencur, temulawak, jahe merah, lidah buaya, daun kelor di dalam polybag. Setiap tanaman sebanyak 7 buah
2. Bibit yang di dalam polybag harus rutin di siram selama 2 minggu, setelah dua minggu bibit siap untuk di tanam
3. Kami membersihkan pekarangan lahan puskesmas
4. Pembuatan lubang sebanyak 50 buah untuk tanaman obat keluarga
5. Pindahkan bibit dari polybag ke dalam lubang yang telah di siapkan

6. Pembuatan pagar di sekeliling taman TOGA agar memudahkan masyarakat untuk menemukan dan mengambil hasil TOGA tersebut di kemudian hari.
7. KUKERTA bersama pihak Puskesmas Perhentian Luas dan masyarakat melakukan monitoring dan juga perawatan berkala setiap harinya untuk melihat perkembangan dari tanaman obat tersebut.
8. Langkah terakhir, bibit yang ada pada taman TOGA di Puskesmas Perhentian Luas diserahkan ke masyarakat,

Pengabdian ini dilakukan agar masyarakat dapat memanfaatkan hasil dari penanaman tanaman obat keluarga tersebut dan juga dapat menanam kembali TOGA di lahan sekitar rumah mereka.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Mahasiswa Kukerta UNRI bersama Kepala Puskesmas bersama-sama menanam TOGA di halaman puskesmas jenis TOGA yang ditanam yaitu: jahe, kunyit, lidah buaya, daun kelor, temulawak, dan jahe merah. Mahasiswa bertugas untuk membuat lubang tanaman dengan menggunakan cangkul dan mahasiswi bertugas untuk menanam TOGA di lubang yang sudah di buat. Ada 70 tanaman TOGA yang berhasil ditanam di halaman Puskesmas Desa Perhentian Luas. Setelah itu, tanaman toga diberi pagar dan diberi petunjuk agar kedepannya masyarakat bisa dengan mudah memanfaatkan tanaman tersebut. Segala kegiatan kami selesai tepat waktu dan berjalan baik, serta mendapat respon yang positif dari masyarakat khususnya Kepala Puskesmas dan perangkat lainnya.



Gambar 1. Dokumentasi kegiatan penanaman TOGA

Mahasiswa Kukerta Universitas Riau menyadari kurangnya pemahaman masyarakat mengenai manfaat tanaman TOGA ini menjadi alasan jaranginya dijumpai tanaman TOGA di Desa Perhentian Luas. Hal ini berkaitan dengan mudahnya masyarakat dalam menerima serta menyerap suatu informasi. Sebagian besar masyarakat memiliki pendidikan terakhir yaitu SMP dan juga SMA. Tingkat pendidikan SMA ini termasuk kepada tingkatan yang dapat menyerap mengenai suatu informasi-informasi yang baru. Selain itu berdasarkan rentang usia, masyarakat desa ini mayoritas berada pada rentang usia dewasa akhir yaitu 35-50 tahun, serta rentang usia dewasa awal, remaja dan juga anak-anak. Terkait rentang usia ini juga menjadi faktor pemahamannya masyarakat mengenai penyerapan dan pengetahuan informasi-informasi yang baru. Karena itu kami menyambangi Puskesmas untuk bekerja sama dalam pembudidayaan TOGA yang dapat digunakan oleh masyarakat Desa Perhentian Luas. Kegiatan kami mulai dari membersihkan lahan, pembuatan lubang tanaman, penanaman, sampai pada pembuatan pagar toga dan spanduk berjalan lancar. Harapan kami agar TOGA ini dapat digunakan oleh masyarakat sekitar.

Seperti yang telah kami jelaskan di teori pendukung bahwa, Tanaman Obat Keluarga (TOGA) yang dikenal juga dengan nama apotek hidup merupakan beberapa jenis tanaman obat pilihan yang dapat ditanam di pekarangan atau lingkungan rumah. Tanaman obat yang dipilih biasanya tanaman yang dapat dipergunakan

untuk pertolongan pertama atau obat-obatan ringan seperti demam dan batuk. Keberadaan tanaman obat di lingkungan rumah sangat penting, terutama bagi keluarga yang tidak memiliki akses mudah ke pelayanan medis seperti klinik, puskesmas ataupun rumah sakit. 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, masyarakat telah berperan dalam mewujudkan perubahan paradigma kuratif menjadi promotif dan preventif (Kementerian Kesehatan, 2016).

Hasil pemberdayaan TOGA berdasarkan kegiatan yang dilakukan terhadap warga desa Perhentian Luas menunjukkan bahwa penanaman tanaman obat keluarga memberikan dampak yang positif bagi masyarakat di desa Perhentian Luas tersebut. Hal ini dikarenakan bertambahnya ilmu dan pengetahuan masyarakat terhadap budidaya, penanaman dan manfaat dari tanaman TOGA ini. Masyarakat desa Perhentian Luas juga sudah mulai menanam tanaman TOGA di lingkungan sekitar. 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.

## KESIMPULAN

Program TOGA ini dibuat untuk memenuhi kebutuhan keluarga akan obat-obatan atau bahan obat herbal yang selanjutnya dapat disalurkan kepada masyarakat di Desa Perhentian Luas. Penanaman TOGA ini dapat memacu usaha kecil dan menengah dibidang obat-obatan herbal. Sekalipun dilakukan secara individual, setiap keluarga dapat juga membudidayakan TOGA ini sehingga terwujudnya prinsip kemandirian dalam pengobatan keluarga. Tim Kukerta Balik Kampung Universitas Riau berhasil menanam tanaman TOGA di Puskesmas Desa Perhentian Luas bersama masyarakat setempat yang nantinya dapat dibagikan dan bermanfaat untuk masyarakat Desa Perhentian Luas.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur terhadap Tuhan Yang Maha Esa atas segala limpahan rahmat dan inayahnya. Sehingga kami dapat menyelesaikan penyusunan artikel ini. Kami juga berterima kasih kepada semua pihak yang telah membantu kami dalam penyusunan artikel ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Harefa, D. (2020). Pemanfaatan Hasil Tanaman Sebagai Tanaman Obat Keluarga (TOGA). *Madani: Indonesian Journal of Civil Society*, 2(2), 28-36.
- Harfiani, E, Anisah, A., & Irmarahayu, A. (2019). Pemberdayaan masyarakat dengan pelatihan pembuatan minuman kesehatan dari Tanaman Obat Keluarga (TOGA). *Riau Journal of Empowerment*. 2(2), 37-42. <https://doi.org/10.31258/raje.2.2.37-42>
- Kementerian Kesehatan RI. (2011a). 100 Top Tanaman Obat Indonesia. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Balai Besar Penelitian dan Pengembangan Tanaman Obat dan Obat Tradisional. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Redi Aryanta, I. W. (2019). Manfaat Jahe Untuk Kesehatan. *Widya Kesehatan*, 1(2), 39-43.
- Rosidi, A. (2014). Potensi Temulawak (*Curcuma Xanthorrhiza roxb*) Sebagai Antioksidan. *Jurnal unimus*. abstract.
- Siska M. S, Ennimay., & Tengku, A. R. (2019). Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) Pada Masyarakat. *Dinamisia: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3, 1-7.
- Soverda, N, Z. Alamsyah, E. Indraswari, Y. Alia., & Neliyati. (2018). PPM Kelurahan Teratai Kecamatan Muara Bulian dalam upaya pemanfaatan lahan pekarangan untuk peningkatan produksi dan kualitas tanaman jahe merah. *Riau Journal of Empowerment*, 1(1), 45-49. <https://doi.org/10.31258/raje.1.1.6>
- Wahyuni., & Sri. (2013). Uji Manfaat Daun Kelor (*Moringa aloifera*) Untuk Mengobati Penyakit Hepatitis B. *Jurnal Kesehatan*, 4(2), 101-103.
- Widodo, Puji, Budiharti, & Uning. (2006). Berjuta Manfaat Lidah Buaya. Tabloid Sinar Tani.