



## **SOSIALISASI DAN PRAKTIK PENANAMAN TANAMAN OBAT KELUARGA (TOGA) PADA IBU IBU PKK DESA KEJADIAN KECAMATAN TEGINENENG KABUPATEN PESAWARAN**

**Cucu Sutarsyah<sup>1</sup>, Rizky Hadiwijaya<sup>2</sup>, Erdina Wulandari<sup>2</sup>, Hisbul Waton<sup>2</sup>, Mei Arnila Amalia<sup>2</sup>, Nur Fitriyani<sup>2</sup>, Oktawati Rahman<sup>2</sup>, Sekar Arum Prameswari<sup>2</sup>**

<sup>1</sup> Program Studi Pendidikan Bahasa Inggris/Jurusan P. BS/FKIP, Universitas Lampung

<sup>2</sup> Mahasiswa KKN Periode 1 2022 Universitas Lampung

Penulis Korespondensi: [rizky.hadiwijaya104019@students.unila.ac.id](mailto:rizky.hadiwijaya104019@students.unila.ac.id)

### **Abstrak**

Salah satu program yang telah dilakukan mahasiswa KKN Universitas Lampung Periode 1 Tahun 2022 dalam upaya untuk peningkatan kesejahteraan keluarga dan memanfaatkan lahan sekitar untuk ditanami Tanaman Obat Keluarga (TOGA). Tanaman Obat Keluarga (TOGA) adalah tanaman yang berkhasiat ditanam pada lahan pekarangan yang dikelola keluarga ditanam dalam rangka memenuhi keperluan keluarga akan obat-obatan itu sendiri. Manfaat lain dari Tanaman Obat Keluarga (TOGA) selain sebagai obat juga memiliki manfaat lain yaitu sebagai penambah gizi, bumbu masakan dan dapat menambah keindahan pekarangan rumah serta pemanfaatan obat tradisional tersebut sebagai upaya untuk pemeliharaan kesehatan, pencegahan penyakit dan perawatan kesehatan termasuk pada masa kedaruratan kesehatan masyarakat. Metode pelaksanaan yang dilakukan dalam program sosialisasi tanaman obat keluarga (TOGA) ini dibagi menjadi dua tahapan. Tahapan yang pertama yaitu sosialisasi materi tentang definisi, manfaat dan khasiat Tanaman Obat Keluarga sebagai upaya untuk meningkatkan imunitas tubuh dan tata cara penanaman. Untuk Tahap yang kedua yaitu proses penanaman yang dilakukan dipekarangan rumah Pak Kadus Dusun Simpang 4. Hasil dari kegiatan ini yaitu terbentuknya taman Tanaman Obat Keluarga (TOGA) serta meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat tentang manfaat dan khasiat dari Tanaman Obat Keluarga itu sendiri. Artikel ini dihasilkan dari kegiatan KKN Unila Periode 1 2022.

**Kata kunci:** tanaman obat keluarga; ibu-ibu PKK; obat tradisional

### **Abstract**

*One of the programs that has been carried out by KKN students at the University of Lampung, Period 1 of 2022, in an effort to improve family welfare and utilize the surrounding land to plant Family Medicinal Plants (TOGA). Family Medicinal Plants (TOGA) are nutritious plants planted in family-managed yards planted in order to meet the family's need for the medicine itself. Other benefits of Family Medicinal Plants (TOGA) apart from being a medicine, they also have other benefits, namely as a nutritional enhancer, cooking spices, and can add to the beauty of the home yard, and the use of these traditional medicines as an effort to maintain health, prevent disease, and health care, including during health emergencies. public. The implementation method used in the family medicinal plant socialization program (TOGA) is divided into two stages. The first stage is the dissemination of material about the definition, benefits, and efficacy of Family Medicinal Plants as*



*an effort to increase body immunity and planting procedures. The second stage is the planting process, which is carried out in the yard of the Head of Dusun Simpang 4's house. The result of this activity is the establishment of a Family Medicinal Plants garden (TOGA) and increasing public knowledge and awareness about the benefits and efficacy of the Family Medicinal Plants themselves. This article was produced from the Unila Community Service Program Period 1 2022.*

**Keywords:** family medicinal plants; PKK moms; traditional medicine

## 1. Pendahuluan

Seiring berkembangnya zaman seakan berbanding lurus dengan peningkatan jumlah penduduk. Dimana dari hal tersebut menimbulkan berbagai permasalahan baik dari bidang politik, pendidikan, ekonomi bahkan lingkungan. Dari jumlah penduduk yang semakin meningkat mengakibatkan lahan pekarangan rumah yang semakin sedikit. Pemanfaatan pekarangan rumah menjadi sebuah taman merupakan prinsip hidup yang telah membudaya bagi masyarakat untuk kembali ke alam, sehingga suasana lingkungan rumah menjadi asri dan alami, apalagi taman-taman apotek hidup atau biasa kita sebut sebagai taman Tanaman Obat Keluarga (TOGA). Tanaman obat keluarga (TOGA) merupakan tanaman yang bisa dibudidayakan di pekarangan rumah yang memiliki manfaat sebagai obat herbal tradisional. Desa Kejadian merupakan salah satu desa di Kecamatan Tegineneng Kabupaten Pesawaran. Umumnya masyarakat di desa Kejadian memiliki lahan pekarangan yang cukup luas, sehingga pemanfaatan dan pengelolaan pekarangan rumah dapat dioptimalkan dengan penanaman Tanaman Obat Keluarga (TOGA).

Berdasarkan observasi di lapangan diketahui bahwa beberapa ibu rumah tangga telah menanam Tanaman Obat Keluarga (TOGA), namun demikian jumlah Tanaman Obat Keluarga (TOGA) yang ditanam jumlahnya terbatas. Sebagian dari mereka telah mengetahui khasiat Tanaman Obat Keluarga (TOGA) dan secara teknis juga telah mampu mengolah TOGA, namun demikian mereka belum memahami khasiat TOGA secara ilmiah. Oleh karena itu perlu dilakukan sosialisasi tentang khasiat TOGA secara ilmiah. Masyarakat yang telah memiliki pengetahuan tentang khasiat TOGA dan menguasai cara pengolahannya dapat membudidayakan tanaman obat secara individual dan memanfaatkannya sehingga akan terwujud prinsip kemandirian dalam pengobatan keluarga. Selain itu juga dapat dikembangkan menjadi usaha usaha industri rumah tangga di bidang obat-obatan herbal, yang selanjutnya dapat disalurkan ke masyarakat. Mengingat TOGA sangat bermanfaat untuk kesehatan, maka adanya pemanfaatan sumberdaya perdesaan berupa TOGA dengan melibatkan Kelompok PKK di Desa Kejadian diharapkan mampu mendukung peningkatan kesehatan dan sekaligus pemafaatan pekarangan rumah.

## 2. Bahan dan Metode

Metode dalam penulisan artikel ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan model deskriptif-eksplanatif yang bermaksud memberikan gambaran mendetail terkait



program kerja sosialisasi Tanaman Obat Keluarga (TOGA) selama pelaksanaan Kuliah Kerja Nyata. Data-data yang digunakan dalam pembuatan artikel ini merupakan data primer yang bersumber dari pengalaman dan observasi langsung oleh anggota kelompok, serta data sekunder yang diperoleh melalui kajian sejumlah literatur dan penelitian terdahulu terkait Tanaman Obat Keluarga (TOGA).

Adapun pelaksanaan kegiatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) dalam program kerja ini memiliki tahapan-tahapan sebagai berikut:

- 1) Tahap pertama yaitu sosialisasi tentang Tanaman Obat Keluarga (TOGA) dan tata cara penanamannya kepada Ibu-ibu PKK Desa Kejadian.
- 2) Tahap kedua yaitu persiapan alat dan bahan serta media tanam untuk penanaman Tanaman Obat Keluarga (TOGA). Adapun alat yang digunakan yaitu *polybag*, tanah, sekam padi, pupuk kandang, bambu, paku. Sedangkan bahan yang digunakan yaitu tanaman kencur, sereh, lengkuas, jahe, temulawak dan kunyit.
- 3) Tahap ketiga yaitu pelaksanaan penanaman Tanaman Obat Keluarga (TOGA) yang dilaksanakan dipekarangan rumah kepala Dusun Simpang 4 Desa Kejadian.

### **3. Hasil dan Pembahasan**

Efektifnya materi pelatihan terutama dalam bidang literasi dan numerasi. Program kerja sosialisasi dan praktik penanaman Tanaman Obat Keluarga (TOGA) dalam skala rumah tangga berlangsung selama 3 hari. Program ini dilakukan selama 3 kali kegiatan yang terdiri atas sosialisasi tanaman obat keluarga, persiapan media tanam dan pelaksanaan penanaman tanaman obat keluarga. Pada tanggal 25 Januari 2022 program ini dimulai dengan mensosialisasikan tentang apa itu Tanaman Obat Keluarga (TOGA) serta manfaat dan khasiatnya, sosialisasi ini kami lakukan kepada ibu-ibu PKK Desa Kejadian, selanjutnya pada tanggal 5 Februari 2022 dilakukan persiapan media tanam dan peralatan untuk menanam Tanaman Obat Keluarga (TOGA) yang dilaksanakan di rumah Pak Kadus Dusun Simpang 4. Terakhir pada tanggal 6 Februari 2022 yaitu pelaksanaan pengimplementasian dari penanaman Tanaman Obat Keluarga (TOGA) di halaman rumah Pak Kadus. Untuk mengetahui sejauh mana program kerja yang telah dilaksanakan berjalan dengan baik dan bermanfaat bagi para masyarakat desa dapat dilihat dari hasil evaluasi awal, evaluasi proses, dan evaluasi akhir. Sedangkan untuk mengetahui kelancaran selama program kerja ini dapat digambarkan bagaimana berlangsungnya kegiatan.



**Gambar 1.** Sosialisasi Tanaman Obat Keluarga



**Gambar 2.** Praktik Penanaman Tanaman Obat Keluarga

Kegiatan sosialisasi ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan tentang pemanfaatan dan keterampilan dalam menanam Tanaman Obat Keluarga (TOGA) serta meningkatnya pengetahuan masyarakat tentang TOGA guna meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya kesehatan bagi diri sendiri dan anggota keluarga lain yang ternyata bisa didapatkan dari TOGA yang ditanam di pekarangan sendiri. Kegiatan ini dihadiri oleh Ketua PKK Desa Kejadian beserta jajarannya dan 20 orang Ibu-ibu kader PKK. Sosialisasi tanaman obat keluarga ini membahas tentang pengertian atau definisi dari toga dan manfaat serta khasiatnya serta tata cara penanaman TOGA itu sendiri.

Tanaman Obat Keluarga (TOGA) itu sendiri memiliki arti tanaman yang berkhasiat yang ditanam di lahan pekarangan yang dikelola keluarga ditanam dalam rangka memenuhi keperluan keluarga akan obat-obatan itu sendiri. Adapun manfaat lain Tanaman Obat Keluarga (TOGA) selain sebagai obat juga memiliki manfaat lain yaitu sebagai penambah gizi, bumbu, dan dapat menambah keindahan (Parawansah *et al.*, 2020). Tanaman obat ini juga dapat meningkatkan kekebalan tubuh, karena bersifat pencegahan (preventif) dan promotif melalui kandungan metabolit sekunder contohnya seperti gingero pada jahe dan santoriso pada temulawak yang mampu meningkatkan sistem kekebalan tubuh (Pertiwi *et al.*, 2020).



Pada saat praktik penanaman bahan yang kami pilih ada 6 yaitu tanaman kencur, sereh, lengkuas, jahe, temulawak dan kunyit. Adapun manfaat dari keenam tanaman ini telah diteliti oleh peneliti sebelumnya yaitu sebagai berikut kencur memiliki bioaktivitas anti kanker, anti oksidan, anti inflamasi, analgesik dan anti bakteri (Silalahi, 2019). Kunyit mengandung kurkumin yang memiliki bioaktivitas sebagai antioksidan (Kusbiantoro dan Purwaningrum, 2018). Jahe mengandung 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 impoten, batuk, pegal-pegal, kepala pusing, rematik, sakit pinggang, masuk angin, bronkitis, nyeri lambung, nyeri otot, vertigo (Aryanta, 2019). Salah satu kandungan temulawak ialah pati. Pati temulawak memiliki kandungan kurkuminoid yang membantu proses metabolisme dan fisiologis organ badan. Temulawak juga mengandung minyak atsiri seperti limonina yang mengharumkan, sedangkan kandungan flavonoid pada temulawak berkhasiat menyembuhkan radang (Syamsudin *et al.*, 2019). Lengkuas memiliki aktivitas antibakteri dengan konsentrasi 1000 ppm memiliki daya hambat sedang dan tidak menunjukkan perbedaan bermakna terhadap bakteri *Escherichia coli* dan *Staphylococcus aureus* (Nugraha *et al.*, 2021). Sedangkan sereh apabila dikombinasikan dengan daun seledri dapat mengatasi hipertensi (Saga *et al.*, 2021).

#### **4. Kesimpulan**

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

- 1) Peserta sosialisasi dapat mengikuti dengan baik dan sangat antusias dalam mengikuti pelatihan dan praktek penanaman Tanaman Obat Keluarga (TOGA), antusiasme dan rasa ingin tau bagaimana manfaat dari Tanaman Obat Keluarga (TOGA) sangat tinggi. Peserta sosialisasi juga sudah dapat memahami dan memanfaatkan pekarangan rumah untuk ditanami Tanam Obat Keluarga (TOGA). Melalui kegiatan ini diharapkan Masyarakat dapat membuat Tanaman Obat Keluarga (TOGA) sendiri di pekarangan rumah dengan bahan-bahan yang mudah didapatkan dan tatacara yang sudah diketahui.
- 2) Peserta sosialisasi sudah dapat mempraktikan tatacara penanaman Tanaman Obat Keluarga (TOGA) yang baik dan benar. Hal ini dapat dilihat dari cara mereka pada saat proses penanaman Tanaman Obat Keluarga (TOGA).

#### **Ucapan Terima Kasih**

Puji syukur kepada Allah SWT yang senantiasa kami panjatkan karena hanya dengan rahmat dan hidayah-Nya kami dapat menyelesaikan pengabdian 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 Kejadian Kec. Tegineneng Kab. Pesawaran
- f) Masyarakat Desa Kejadian Kec. Tegineneng Kab. Pesawaran

Semoga amal dan kebaikan yang diberikan kepada kami akan mendapatkan balasan dari Allah SWT. Aamiin.

### Daftar Pustaka

- Aryanta, I. W. R. (2019). Manfaat Jahe Untuk Kesehatan. *Widya Kesehatan*, 1(2), 39–43.
- Kusbiantoro, D., & Purwaningrum, Y. (2018). Pemanfaatan Kandungan Metabolit Sekunder Pada Tanaman Kunyit Dalam Mendukung Peningkatan Pendapatan Masyarakat. *Jurnal Kultivasi*, 17(1), 544–549.
- Nugraha, J. A., Widyaningrum, I., Fadli, M. Z., Nugraha, J. A., Widyaningrum, I., & Fadli, M. Z. (2021). Aktivitas Antibakteri Kombinasi Ekstrak Metanol Rimpang Jahe Merah dan Lengkuas Merah. *Jurnal Kedokteran Komunitas*, 09(2), 1–7.
- Parawansah, P., Esso, A., & Saida, S. (2020). Sosialisasi Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga Sebagai Upaya Untuk Meningkatkan Imunitas Tubuh Ditengah Pandemi di Kota Kendari. *Journal of Community Engagement in Health*, 3(2), 2018–2021.
- Pertiwi, R., Notriawan, D., & Wibowo, R. H. (2020). Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) Meningkatkan Imunitas Tubuh sebagai Pencegahan COVID-19. *Dharma Raflesia : Jurnal Ilmiah Pengembangan Dan Penerapan IPTEKS*, 18(2), 110–118.
- Saga, S. S., Engkeng, S., & Munayang, H. (2021). Pengaruh Promosi Kesehatan Terhadap Pengetahuan Tanaman Obat Keluarga (Seledri dan Sereh) Untuk Hipertensi Di Desa Mundung Satu Kecamatan Tombatu Timur Kabupaten Minahasa Tenggara. *Jurnal Kesmas*, 10(2), 105–110.
- Silalahi, M. (2019). Kencur (*Kaempferia galanga*) Dan Bioaktivitasnya. *Jurnal Pendidikan Informatika Dan Sains*, 8(1), 127
- Syamsudin, R. A. M. R., Perdana, F., & Mutiaz, F. S. (2019). Tanaman Temulawak (*Curcuma xanthorrhiza* Roxb) Sebagai Obat Tradisional. *Jurnal Ilmiah Farmako Bahari*, 10(1).