

Pemberdayaan Ibu PKK Desa Sumberwaru Melalui Edukasi dan Pelatihan Penanaman Toga

(Empowerment Of Pkk Women In Sumberwaru Village Through Education And Training On Toga Planting)

Chindy Elsa Ramadhani ^{1*}, Tarizza Puspa Anggrelia ², Miftahul Maulidiyah ³, Sovia Maulina Azkiyah ⁴, Brelianty Nevy Tyara Chusuma Putri ⁵, Abdullah Syafiq Ahmadi ⁶, Sari Fatul Layly ⁷, Nur Lailatul Maghfiroh ⁸, Soffia Dwi Anjani ⁹, Salsabilla Dhiya Atik Nuraini ¹⁰, Isna Wulan Mukharomah ¹¹, Dewi Rahmawati ¹²

¹⁻¹² Universitas Anwar Medika, Indonesia

Email: dewi.rahma@uam.ac.id *

Article History:

Received: November 06, 2024;

Revised: November 21, 2024;

Accepted: Desember 05, 2024;

Published: Desember 07, 2024;

Keywords: Demonstration,
Education, TOG

Abstract: Family Medicinal Plants (TOGA) are plants grown in home gardens or small plots for traditional family medicine. In Indonesia, TOGA has significant potential in supporting public health by utilizing local natural resources. The purpose of this empowerment is to improve the knowledge and skills of PKK women in Sumberwaru Village in planting and utilizing TOGA. Using a quantitative approach with a pre-experimental design, specifically a one-group pretest-posttest type, 37 participants, consisting of PKK cadres and women, participated in educational and demonstration activities on TOGA. The pre-test results showed participants' knowledge at 57.29%, while post-test results increased to 96.21%, reflecting a 38.92% improvement. This indicates that the educational program successfully enhanced participants' understanding and skills in planting and utilizing TOGA practically. Based on the research findings, this activity not only increased theoretical knowledge but also provided practical skills that could be applied in daily life, improving family health and economic independence.

Abstrak

Tanaman Obat Keluarga (TOGA) adalah tanaman yang ditanam di pekarangan rumah atau lahan kecil untuk pengobatan tradisional keluarga. Di Indonesia, TOGA memiliki potensi besar dalam mendukung kesehatan masyarakat melalui pemanfaatan sumber daya alam yang ada. Tujuan pemberdayaan ini untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu-ibu PKK di Desa Sumberwaru dalam menanam dan memanfaatkan TOGA. Dengan menggunakan pendekatan kuantitatif dan desain pre-experimental one-group pretest-posttest, 37 peserta yang terdiri dari kader dan ibu-ibu PKK mengikuti kegiatan edukasi dan demonstrasi tentang TOGA. Hasil pre-test menunjukkan pengetahuan peserta sebesar 57,29%, sedangkan setelah kegiatan edukasi, hasil post-test meningkat menjadi 96,21%, dengan peningkatan sebesar 38,92%. Hal ini menunjukkan bahwa program edukasi berhasil meningkatkan pemahaman dan keterampilan peserta dalam menanam dan memanfaatkan TOGA secara praktis. Berdasarkan hasil penelitian, kegiatan ini tidak hanya meningkatkan pengetahuan teoritis, tetapi juga memberikan keterampilan yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari, meningkatkan kesehatan, dan ekonomi keluarga secara mandiri.

Kata Kunci: Demonstrasi, Edukasi, TOGA

1. PENDAHULUAN

Tanaman Obat Keluarga (TOGA) adalah jenis tanaman yang secara khusus ditanam di pekarangan rumah atau lahan kecil lainnya untuk dimanfaatkan sebagai bahan pengobatan

tradisional keluarga (Sari & Andjasmara, 2023). TOGA merupakan bagian dari pendekatan kesehatan berbasis lokal yang memanfaatkan sumber daya alam dengan tujuan meningkatkan kemandirian keluarga dalam menjaga Kesehatan (Daru Estiningsih, 2024).

Di Indonesia, pemanfaatan TOGA telah menjadi tradisi turun-temurun yang masih relevan hingga kini. Dengan lebih dari 30.000 jenis tanaman yang tumbuh di wilayah tropis Indonesia, sekitar 9.600 jenis diketahui memiliki potensi obat (BADAN POM, 2023). Hal ini menjadikan Indonesia salah satu negara dengan keanekaragaman hayati terbesar di dunia, yang dapat dimanfaatkan untuk mendukung sistem kesehatan berbasis herbal dan alami (Emilda et al., 2017)

Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) merupakan salah satu bentuk solusi tradisional yang berbasis lingkungan untuk mendukung kesehatan masyarakat. TOGA tidak hanya memberikan manfaat medis melalui sifat farmakologisnya tetapi juga membantu meningkatkan kesejahteraan keluarga melalui pengelolaan lahan yang produktif (Mustaqim et al., 2023). Desa Sumberwaru memiliki potensi besar untuk mengembangkan TOGA, terutama karena ketersediaan sumber daya alam dan peran aktif kelompok masyarakat seperti ibu-ibu PKK dalam mendukung program pengembangan kesehatan berbasis komunitas.

Beberapa tanaman TOGA seperti bunga telang (*Clitoria ternatea*) dikenal kaya akan antioksidan dan zat antosianin yang berfungsi menurunkan tekanan darah, meningkatkan daya tahan tubuh, dan dapat dimanfaatkan sebagai pewarna alami (Prodyanatasari et al., 2024). Tujuh duri (*Pereskia sacharosa*), dengan kandungan antioksidan yang tinggi, sering digunakan untuk menurunkan kadar kolesterol dan mengatasi hipertensi (Nur, 2021). Daun ungu (*Graptophyllum pictum*), secara tradisional, dimanfaatkan untuk mengatasi wasir dan luka ringan karena sifat antiinflamasinya (Goswami et al., 2021). Kumis kucing (*Orthosiphon aristatus*) memiliki manfaat sebagai diuretik alami yang membantu mengatasi gangguan ginjal dan saluran kemih (Nisak & Rini, 2021). Sementara itu, bunga rosella (*Hibiscus sabdariffa*) kaya akan vitamin C dan antosianin yang dapat membantu menurunkan tekanan darah serta meningkatkan imunitas (Wijaya et al., 2020).

Melalui pelatihan dan edukasi yang ditujukan kepada ibu-ibu PKK, masyarakat diharapkan dapat memahami teknik budidaya, perawatan, dan pengolahan tanaman obat tersebut. Hal ini bertujuan untuk menciptakan masyarakat yang lebih mandiri dalam aspek kesehatan sekaligus meningkatkan ketahanan ekonomi lokal (Hanis & Marzaman, 2019). Selain itu, program ini juga mendukung pelestarian lingkungan dengan memanfaatkan potensi lokal yang berkelanjutan.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain pre-experimental, khususnya tipe *one-group pretest-posttest*. Pendekatan ini memungkinkan pengukuran perubahan tingkat pengetahuan dan keterampilan masyarakat sebelum dan sesudah intervensi edukasi dilaksanakan. Subjek penelitian mencakup seluruh kader dan ibu PKK di Desa Sumberwaru, dengan sampel sebanyak 37 peserta yang secara sukarela mengikuti kegiatan edukasi dan demonstrasi. Data dikumpulkan melalui wawancara, pre-test, post-test, dan observasi. Analisis dilakukan menggunakan perhitungan persentase untuk mengevaluasi peningkatan pengetahuan peserta, dengan membandingkan nilai rata-rata pre-test dan post-test sebagai indikator keberhasilan program. Selain itu, masukan dari peserta dianalisis untuk memahami penerapan pengetahuan yang telah diperoleh dalam kehidupan sehari-hari.

3. PEMBAHASAN

Kegiatan edukasi dan demonstrasi yang dilaksanakan pada tanggal 23 Agustus 2024 di *Green House* Desa Sumberwaru berfokus pada peningkatan pemahaman dan keterampilan ibu-ibu PKK terkait penanaman dan pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA). Edukasi ini mencakup pengenalan jenis-jenis TOGA seperti bunga telang, tujuh duri, daun ungu, kumis kucing, dan bunga rosella, serta manfaatnya bagi kesehatan. Selain itu, demonstrasi teknis dilakukan untuk memberikan gambaran praktis mengenai cara penanaman, perawatan, hingga pemanfaatan hasil TOGA untuk kebutuhan sehari-hari.

Sesi edukasi disampaikan dalam bentuk paparan interaktif yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan peserta mengenai pentingnya TOGA dalam mendukung kesehatan keluarga secara mandiri. Materi yang disampaikan mencakup teknik budidaya, metode perawatan, dan cara mengolah tanaman obat menjadi produk sederhana, seperti teh herbal, obat luka, dan ramuan tradisional.

Pada bagian demonstrasi, para peserta diajak untuk secara langsung mempraktikkan cara menanam dan merawat TOGA. Kegiatan ini melibatkan pembagian bibit tanaman, pelatihan penyiapan media tanam, hingga teknik pemanenan yang tepat. Pendekatan ini dirancang untuk memastikan peserta tidak hanya memahami teori tetapi juga memiliki keterampilan yang dapat diaplikasikan di pekarangan rumah masing-masing.

Hasil dari kegiatan ini diukur melalui pre-test dan post-test yang menunjukkan peningkatan signifikan pada pengetahuan dan keterampilan peserta. Selain itu, observasi selama kegiatan menunjukkan bahwa ibu-ibu PKK sangat antusias dalam mengikuti sesi demonstrasi dan berkomitmen untuk mengembangkan TOGA di lingkungan mereka.



Gambar 1. Edukasi TOGA



**Gambar 2. Pembagian Kuisisioner
Pre-Test**



Gambar 3. Sesi Tanya Jawab



**Gambar 4. Pembagian Kuisisioner
Post-Test**

Hasil perhitungan pre-test menunjukkan nilai rata-rata 57,29%, yang mengindikasikan bahwa sebelum dilakukan intervensi edukasi, tingkat pemahaman peserta tentang TOGA masih rendah. Namun, setelah mengikuti kegiatan edukasi dan demonstrasi, nilai post-test peserta meningkat signifikan menjadi 96,21%. Peningkatan ini sebesar 38,92% menunjukkan bahwa kegiatan edukasi berhasil mencapai tujuan penelitian, yaitu meningkatkan pengetahuan dan keterampilan peserta dalam hal budidaya dan pemanfaatan TOGA. Berikut ini merupakan hasil persentase pretest dan post test:

Perhitungan Presentase Pre-Test

$$\begin{aligned}\text{Presentase} &= \frac{\text{Nilai Total}}{\text{Nilai Maximum}} \times 100\% \\ &= \frac{2120}{3700} \times 100\% \\ &= 57,29\%\end{aligned}$$

Perhitungan Presentase Post-Test

$$\text{Presentase} = \frac{\text{Nilai Total}}{\text{Nilai Maximum}} \times 100\%$$

$$= \frac{3560}{3700} \times 100\%$$

$$= 96,21\%$$

Proses penanaman TOGA dimulai dengan pemilihan lokasi yang tepat, yaitu area yang mendapatkan cukup sinar matahari namun tidak langsung terpapar panas matahari sepanjang hari. Tanaman obat seperti bunga telang, kumis kucing, dan bunga rosella membutuhkan sinar matahari yang cukup untuk tumbuh dengan baik. Selain itu, lokasi yang tidak tergenang air akan meminimalkan risiko kerusakan akar akibat kelembapan yang berlebihan. Peserta diberikan pemahaman tentang pentingnya memilih media tanam yang subur dan kaya akan unsur hara. Demonstrasi melibatkan penggunaan tanah yang dicampur dengan kompos atau pupuk organik untuk meningkatkan kualitas tanah.

Setelah menyiapkan media tanam, peserta diajarkan cara menanam bibit TOGA dengan benar. Dalam hal ini, peserta diberikan contoh langsung cara menanam bibit seperti pada bibit bunga telang, yang dimulai dengan menggali lubang tanam yang cukup untuk menampung akar tanaman. Bibit bunga telang dimasukkan ke dalam lubang tanam dengan hati-hati, kemudian lubang tersebut ditutup perlahan dengan tanah sambil menekan agar akar tanaman terhubung dengan baik dengan tanah. Setelah penanaman selesai, setiap tanaman diberikan penyiraman secukupnya untuk membantu bibit beradaptasi dengan media tanam baru.

Selain itu, peserta juga diajarkan tentang teknik perawatan yang tepat, seperti penyiraman secara rutin namun tidak berlebihan, pemupukan untuk mendukung pertumbuhan tanaman, serta pemangkasan daun atau cabang yang sudah tidak produktif. Demonstrasi ini juga mencakup cara mengelola tanaman yang sudah tumbuh, termasuk cara mengatasi hama dan penyakit yang sering menyerang TOGA, dengan menggunakan metode ramah lingkungan seperti pestisida alami atau pengendalian hama secara manual.



Gambar 5. Demonstrasi Penanaman Tanaman Obat Keluarga



Gambar 6. Pemberian Bibit Tanaman Obat Keluarga kepada Ibu PKK



Gambar 7. Dokumentasi Bersama Ibu PKK

Tujuan penelitian ini tidak hanya untuk meningkatkan pengetahuan teoritis, tetapi juga untuk memberikan keterampilan praktis yang dapat langsung diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Peningkatan yang signifikan pada nilai post-test mengindikasikan bahwa peserta tidak hanya memahami manfaat dan teknik budidaya TOGA, tetapi juga memiliki kemampuan untuk mengimplementasikan pengetahuan yang diperoleh dalam kehidupan mereka, sesuai dengan tujuan pemberdayaan masyarakat yang lebih mandiri dalam mengelola kesehatan dan ekonomi keluarga.

Secara keseluruhan, kegiatan edukasi dan demonstrasi ini berhasil mencapai tujuan penelitian, yaitu tidak hanya meningkatkan pengetahuan tentang TOGA tetapi juga memberikan keterampilan praktis yang dapat langsung diaplikasikan oleh masyarakat Desa Sumberwaru. Demonstrasi penanaman TOGA yang baik dan benar ini diharapkan dapat mendorong masyarakat untuk memanfaatkan potensi lokal secara berkelanjutan, serta meningkatkan kesehatan keluarga melalui penggunaan tanaman obat yang ditanam dan dirawat sendiri.

4. KESIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian ini menunjukkan bahwa penanaman Tanaman Obat Keluarga (TOGA) di Desa Sumberwaru telah berhasil meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu-ibu PKK terkait budidaya dan pemanfaatannya. Berdasarkan hasil evaluasi pre-test dan post-test, terjadi peningkatan signifikan pada pemahaman peserta, dari 57,29% pada pre-test menjadi 96,21% pada post-test. Kegiatan edukasi dan demonstrasi yang meliputi teori dan praktik penanaman TOGA berhasil memberikan keterampilan yang aplikatif, mendorong peserta untuk mengembangkan TOGA di pekarangan rumah mereka, serta berkontribusi pada peningkatan kesehatan dan ekonomi keluarga secara mandiri.

DAFTAR PUSTAKA

- BADAN POM. (2023). *PEDOMAN EVALUASI DATA EMPIRIS OBAT BAHAN ALAM*. https://standar-otskk.pom.go.id/storage/uploads/5603a07d-7948-4ddc-805d-3f5330f164df/15112023_Draft-Pedoman-Empiris-Header-new.pdf
- Daru Estiningsih. (2024). *TANAMAN OBAT KELUARGA: Pengolahan Lahan dan Manfaatnya*. PT. Duta Media Press. <https://dutamediapress.com/books/tanaman-obat-keluarga-pengolahan-lahan-dan-manfaatnya/>
- Emilda, Hidayah, M., & Heriyati. (2017). ANALISIS PENGETAHUAN MASYARAKAT TENTANG PEMANFAATAN TANAMAN OBAT KELUARGA (STUDI KASUS KELURAHAN SITUGEDE, KECAMATAN BOGOR BARAT). *Sainmatika: Jurnal Ilmiah Matematika Dan Ilmu Pengetahuan Alam*, 14(1), 11–21.
- Goswami, M., Ojha, A., & Mehra, M. (2021). A Narrative literature review on Phytopharmacology of a Caricature Plant: *Graptophyllum pictum* (L.) Griff. (Syn: *Justicia picta* Linn.). *Asian Pacific Journal of Health Sciences*, 8(3), 44–47. <https://doi.org/10.21276/apjhs.2021.8.3.10>
- Hanis, N. W., & Marzaman, A. (2019). Peran Pemberdayaan Kesejahteraan Keluarga dalam Pemberdayaan Perempuan di Kecamatan Telaga. *Publik (Jurnal Ilmu Administrasi)*, 8(2), 123–135. <https://doi.org/10.31314/pjia.8.2.123-135.2019>
- Mustaqim, M., Puspita Murti, N., Cindiana Pramudia Putri, E., Nurlaela, S., Sarasyfa Rahma Nugraheni, A., Wulandari, F., Albani Herlambang, I., Qum Isfahan, M., Pratiwi, Y., Jaka Klana, W., Rasyid, A., & Pratama, E. (2023). PEMANFAATAN TANAMAN OBAT KELUARGA (TOGA) DALAM PENGEMBANGAN UMKM OBAT HERBAL DI KAMPUNG BUGIS DESA LENGGANG. *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 156–164. <https://ojssemnas-kknmas.unmuhbabel.ac.id>
- Nisak, K., & Rini, C. S. (2021). Uji Efektivitas Antibakteri Ekstrak Daun Kumis Kucing (*Orthosiphon aristatus*) Terhadap Bakteri *Proteus mirabilis* dan *Staphylococcus saprophyticus*. *Medicra (Journal of Medical Laboratory Science/Technology)*, 4(2), 72–77. <https://doi.org/10.21070/medicra.v4i2.1582>

- Nur, A. F. (2021). Efek Pemberian Ekstrak Etanol 70% dari Daun Jarum Tujuh Bilah (*Pereskia bleo*) Terhadap Kadar Natrium dan Kalium Darah Pada Tikus Putih Jantan Hipertensi. [Skripsi]. Jakarta: Fakultas Farmasi dan Sains, Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka.
- Prodyanatasari, A., Pratiwi, W. N., Christianti, S. H., Novitasari, D., Tian, N., Santoso, H., Hardianti, B. P., & Hidayat, M. S. (2024). “TELANG TEA TIME”, MINUMAN SEHAT PENANGKAL HIPERTENSI. *Abdimas Altruus: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 7(2), 120–125. <https://doi.org/10.24071/aa.v7i1.9618>
- Sari, N., & Andjasmara, T. C. (2023). Penanaman Tanaman Obat Keluarga (TOGA) untuk Mewujudkan Masyarakat Sehat. *Jurnal Bina Desa*, 5(1), 124–128.
- Wijaya, I. P. A., Atmaja, I. K. W., & Sri, K. I. (2020). PENGARUH REBUSAN BUNGA ROSELLA (*Hibiscus sabdariffa*) TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI. *Jurnal Media Keperawatan: Politeknik Kesehatan Makassar*, 11(1), 2087–2122.