

## Pemberdayaan Ibu Rumah Tangga Melalui Tanaman Obat Keluarga (TOGA) Desa Pimping

Fitrah Pangerang<sup>\*1</sup>, Nila Rusyanti<sup>2</sup>, Rachel Zandra Singal<sup>3</sup>, Ratna Dwi Christyanti<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup>Universitas Kaltara

<sup>1,2</sup>Jurusan Agroteknologi, Fakultas Pertanian

<sup>3</sup>Jurusan Teknik Sipil, Fakultas Teknik

<sup>4</sup>Jurusan Matematika, Fakultas MIPA

\*e-mail: [fitrahpangerang2@gmail.com](mailto:fitrahpangerang2@gmail.com)

### Abstrak

Desa Pimping, yang terletak di Kecamatan Tanjung Palas Utara, Kabupaten Bulungan, memiliki sebagian besar masyarakat dengan lahan pekarangan yang cukup luas. Kesempatan ini dapat dioptimalkan melalui penanaman Tanaman Obat Keluarga (TOGA) untuk memanfaatkan dan mengelola lingkungan. Hasil observasi lapangan menunjukkan bahwa beberapa ibu rumah tangga di wilayah ini telah aktif menanam TOGA. Meskipun demikian, jumlah tanaman yang ditanam masih terbatas. Sebagian dari mereka telah mengetahui manfaat TOGA dan memiliki keterampilan teknis dalam pengolahan TOGA, namun pemahaman mereka terhadap manfaat TOGA secara ilmiah masih terbatas. Dalam konteks ini, dilakukan pelatihan untuk meningkatkan pemahaman ilmiah terkait khasiat TOGA. Pemahaman ilmiah yang diperoleh dapat memberikan dasar yang lebih kokoh bagi masyarakat dalam memanfaatkan TOGA. Masyarakat yang telah memiliki pengetahuan dan keterampilan teknis tersebut dapat menjadi mandiri dalam membudidayakan tanaman obat secara individual, mengoptimalkan penggunaannya untuk pengobatan keluarga. Selain itu, pengetahuan yang lebih mendalam dapat membuka peluang untuk mengembangkan usaha kecil dan menengah di bidang obat-obatan herbal, yang pada gilirannya dapat memberikan manfaat ekonomi kepada masyarakat setempat.

**Kata kunci:** Pemberdayaan Masyarakat, Ibu Rumah Tangga, TOGA, Desa Pimping

### Abstract

*Pimping Village is one of the villages in Tanjung Palas Utara Subdistrict, Bulungan Regency. Generally, the residents in this area still have relatively spacious backyard land, allowing for the optimization of environmental utilization and management through the cultivation of Medicinal Plants (Tanaman Obat Keluarga or TOGA). Based on field observations, it is known that some households have already planted TOGA, but the quantity remains limited. Some of them are aware of the benefits and possess technical skills in processing TOGA. However, they lack a scientific understanding of the benefits of TOGA. Therefore, training sessions have been conducted to provide scientific insights into the benefits of TOGA. Residents who have knowledge of the medicinal properties of TOGA and the skills to process them can independently cultivate medicinal plants and utilize them, promoting the principle of self-sufficiency in family healthcare. Furthermore, this knowledge can be developed into small and medium-sized businesses in the herbal medicine sector, contributing to the local community's economic well-being.*

**Keywords:** Empowerment; Housewives; Family medicinal plants; Pimping village

### Article History

**Received : 11 Januari 2024**

**Accepted : 18 Januari 2024**

**Revised : 18 Januari 2024**

**Published : 18 Januari 2024**

### Sitasi:

Pangerang, F., Rusyanti, N., Singal, R. Z. & Christyanti, R. D. (2024). Pemberdayaan Ibu Rumah Tangga Melalui Tanaman Obat Keluarga (TOGA) Desa Pimping. *Jurnal Benuanta*, 3(1), 10-17. DOI: <https://doi.org/10.61323/jb.v3i1.88>

## 1. PENDAHULUAN

Desa Pimping adalah salah satu desa di Kecamatan Tanjung Palas Utara, Kabupaten Bulungan. Sebagian besar penduduk di daerah ini umumnya memiliki lahan pekarangan yang cukup luas. Kondisi ini memungkinkan optimalisasi pemanfaatan dan pengelolaan lingkungan melalui penanaman Tanaman Obat Keluarga (TOGA) di sekitar pekarangan rumah. Proses menanam TOGA ini dapat dilakukan dengan menggunakan pot, polybag, atau dapat memanfaatkan lahan yang tersedia di sekitar rumah. [1].

Peran Tanaman Obat Keluarga (TOGA) sangat krusial dalam upaya pembangunan kesehatan, terutama dalam konteks pendekatan preventif dan promotif untuk menjaga kesehatan. Potensi besar terkandung dalam tanaman TOGA, karena sudah akrab di kalangan masyarakat, mudah diperoleh, dan telah menjadi bagian integral dari sosial budaya masyarakat [2]. Kemauan yang kuat untuk mengembangkan tanaman obat dari pemerintah daerah dan masyarakat menjadi hal yang paling krusial. Keberadaan sumber bahan baku tanaman obat mendorong peningkatan nilai tambah tanaman obat, sekaligus meningkatkan pendapatan para petani. Mengingat manfaat kesehatan dari Tanaman Obat Keluarga (TOGA), pemanfaatan sumber daya pedesaan melalui TOGA dengan melibatkan ibu rumah tangga di Desa Pimping diharapkan dapat mendukung peningkatan kesehatan masyarakat dan sekaligus memberdayakan ibu rumah tangga dalam upaya pengentasan kemiskinan. Oleh karena itu, Tim Pengabdian memandang perlu untuk melakukan pengabdian kepada masyarakat dengan judul "Pemberdayaan Ibu Rumah Tangga di Desa Pimping, Kecamatan Tanjung Palas Utara, Kabupaten Bulungan, Melalui Tanaman Obat Keluarga (TOGA)".

Berdasarkan observasi lapangan, diketahui bahwa sejumlah ibu rumah tangga di Desa Pimping telah menanam Tanaman Obat Keluarga (TOGA), namun jumlah tanaman yang ditanam masih terbatas. Beberapa di antara mereka sudah memahami manfaat TOGA dan memiliki keterampilan teknis dalam pengolahan tanaman tersebut, namun pemahaman mereka terhadap manfaat TOGA secara ilmiah masih terbatas. Oleh karena itu, perlu dilakukan pelatihan untuk memberikan pemahaman ilmiah tentang manfaat TOGA. Masyarakat yang sudah memiliki pengetahuan dan keterampilan dalam pengolahan TOGA dapat membudidayakan tanaman obat secara mandiri, menguatkan prinsip kemandirian dalam pengobatan keluarga. Selain itu, potensi ini juga dapat dikembangkan menjadi usaha kecil dan menengah di bidang obat-obatan herbal, yang nantinya dapat memberikan manfaat ekonomi kepada masyarakat.

Solusi permasalahan yang ditawarkan dalam menyelesaikan permasalahan berdasarkan identifikasi potensi dan analisis permasalahan yang dihadapi masyarakat di desa Pimping yaitu melakukan pelatihan dan penyuluhan tentang tanaman obat keluarga mulai dari pengertian TOGA, jenis-jenisnya, kandungan, manfaat atau khasiatnya, cara menanam hingga cara mengolah masing-masing tanaman tersebut agar memiliki nilai ekonomis.

## 2. METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan pada tanggal 25 Juli 2023 di Desa Pimping, Kecamatan Tanjung Palas Utara. Pelaksanaan program pengabdian menggunakan metode ceramah, diskusi, demonstrasi/pelatihan, dan pendampingan. Ketiga metode tersebut dilakukan secara berkelanjutan dan saling terkait. Dalam metode ceramah, materi disampaikan secara rinci sebagai cara untuk memperkenalkan dan memberikan pengetahuan kepada peserta. Sementara itu, diskusi melibatkan pertanyaan dari peserta kepada pemateri, berfungsi sebagai konfirmasi dari materi yang telah disampaikan. Hal ini dilakukan untuk menjelaskan

ketidakjelasan atau kerumitan materi. Selain itu, semakin banyaknya pertanyaan dari peserta dianggap sebagai sumber pengetahuan tambahan bagi peserta lainnya.

Tahap pelaksanaan kegiatan meliputi:

1. Metode Ceramah

Metode ceramah/sosialisasi digunakan untuk menyampaikan materi tentang penjelasan atau penyuluhan materi terkait Tanaman Obat Keluarga (TOGA) mulai dari pengertian TOGA, jenis-jenisnya, kandungan, manfaat atau khasiatnya, cara menanam hingga cara mengolah masing-masing tanaman tersebut agar memiliki nilai ekonomis.

2. Demonstrasi/Praktek

Metode demonstrasi digunakan untuk menunjukkan suatu proses kerja sehingga memberikan kemudahan bagi peserta pengabdian. Demonstrasi dilakukan oleh tim pengabdian sebagai nara sumber untuk menyampaikan atau mempraktikkan pembuatan media tanam Tanaman Obat Keluarga (TOGA) dalam polybag dan pengolahan TOGA menjadi bahan minuman.

(i) Demonstrasi penanaman dan pembuatan media Tanam TOGA dalam polybag. Pemanfaatan tanaman obat dan keluarga akan bisa dilaksanakan dengan baik jika memahami teknik tanaman obat keluarga (TOGA). Dibawah ini terdapat langkah-langkah untuk menanam TOGA di polybag [3]:

1. Mencampur media tanam yang akan digunakan yaitu kompos, tanah dan arang sekam;
2. Memasukkan media tanam ke dalam polybag sebanyak setengah polybag;
3. Memindahkan bibit semai yang sudah tumbuh pada media tanam;
4. Memasukkan kembali media tanam hingga penuh ke dalam polybag;
5. Menyiram tanaman menggunakan air secukupnya;
6. Memadatkan media tanam;
7. Memiringkan polybag selama 2-3 hari;
8. Posisikan polybag seperti semula, tempatkan ditempat yang terkena sinar matahari;
9. Siram tanaman sehari 2 kali.

(ii) Demonstrasi pengolahan TOGA menjadi minuman

Pembuatan minuman TOGA dalam bentuk jamu dilakukan dengan mempersiapkan bahan yang dibutuhkan, yaitu [4]: 7 liter air, 1kg kunyit, 6 biji asam jawa,  $\frac{1}{2}$  kg gula putih,  $\frac{3}{4}$  kg gula merah dan 3 sdt garam.

Langkah pertama, persiapkan panci dan isi dengan air, kemudian panaskan hingga mencapai titik didih. Selanjutnya, kupas kulit kunyit sehingga bersih, lalu cuci kunyit tersebut dengan air bersih. Setelah dicuci, iris kunyit menjadi bagian tipis dan campurkan dengan air yang telah dipanaskan sebelumnya. Aduk campuran tersebut dengan menggunakan sendok, berikan sedikit tekanan agar cita rasa kunyit dapat keluar dengan baik. Tambahkan gula putih, gula merah, dan asam jawa ke dalam campuran tersebut. Aduk rata semua bahan hingga larut dalam air, dan tunggu hingga mencapai titik didih. Setelah mencapai titik didih, tambahkan sedikit garam sesuai selera. Matikan kompor, biarkan jamu hingga suhu menjadi dingin, lalu saring sebelum disajikan.

### 3. Diskusi

Diskusi dilakukan setelah pemaparan materi dan pelatihan. Diskusi dilakukan sebagai bentuk konfirmasi dari peserta pelatihan kepada pemateri ataupun sebaliknya, sehingga tidak terjadi kekeliruan.

### 4. Tahap Tindak Lanjut

Tahap tindak lanjut merupakan bagian dari rangkaian kegiatan setelah pelatihan selesai. Meskipun berada di luar jadwal pelatihan, tahap ini memiliki dampak signifikan terhadap keberhasilan pelatihan. Tindak lanjut yang dimaksud melibatkan pendampingan berkelanjutan dalam proses penanaman dan pemeliharaan tanaman obat keluarga yang telah ditanam di pekarangan halaman. Pendampingan ini bertujuan untuk memastikan bahwa peserta pelatihan dapat mengimplementasikan secara efektif pengetahuan dan keterampilan yang diperoleh selama pelatihan. Dengan demikian, tanaman obat keluarga dapat tumbuh dengan baik, memberikan manfaat yang optimal, dan mendukung prinsip kemandirian dalam pengobatan keluarga.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk memanfaatkan sumberdaya pedesaan berupa TOGA dengan melibatkan ibu rumah tangga di Desa Pimping guna mendukung peningkatan kesehatan masyarakat dan sekaligus pemberdayaan ibu rumah tangga dalam upaya pengentasan kemiskinan. Kegiatan pengabdian ini dilakukan meliputi: 1). Sosialisasi oleh Ketua Tim, (2) demonstrasi pembuatan media tanam tanaman TOGA dan olahan TOGA sebagai minuman Instan, 3) Diskusi dan (4) Melakukan penanaman dan pendampingan kepada masyarakat untuk pemeliharaan terhadap tanaman obat keluarga yang telah di tanami pada pekarangan halaman.

### 1. Tahap Pemaparan Materi/Sosialisasi

Kegiatan sosialisasi ini dilaksanakan di awal pelaksanaan dengan partisipasi aparat desa dan mahasiswa. Lokasinya adalah Kantor Desa Pimping, dihadiri oleh warga, dan didukung oleh pemaparan rinci mengenai kegiatan yang akan dilaksanakan selama periode pengabdian. Fokus utama dari kegiatan sosialisasi ini adalah memberikan informasi kepada warga tentang Tanaman Obat Keluarga (TOGA). TOGA melibatkan jenis tanaman seperti sayuran dan obat-obatan yang secara langsung memberikan manfaat bagi kehidupan masyarakat. Tanaman obat merupakan bahan utama dalam pembuatan jamu dan obat tradisional, yang dibuat berdasarkan pengalaman turun-temurun dan menggunakan bahan atau kombinasi bahan-bahan dari tanaman. Bagian tanaman yang dapat dimanfaatkan sebagai obat herbal melibatkan daun, batang, buah, biji, dan akar. [5]



**Gambar 1.** Tim Pengabdian beserta dengan Peserta Pengabdian Masyarakat

Dalam kegiatan sosialisasi, disampaikan penjelasan dan penyuluhan mengenai tanaman obat keluarga (TOGA), meliputi pengertian TOGA, jenis-jenisnya, kandungannya, manfaat atau khasiatnya, serta cara menanam dan mengolah setiap tanaman agar memiliki nilai ekonomis. Tahap sosialisasi ini diikuti oleh masyarakat Desa Pimping, terutama ibu rumah tangga, yang tampak sangat antusias mengikuti kegiatan ini, tercermin dari jumlah peserta yang hadir. Perlu ditekankan bahwa kegiatan pengabdian ini difokuskan pada ibu-ibu sebagai peserta utama.



**Gambar 2.** Pemaparan Materi

## **2. Tahap demonstrasi pembuatan media tanam tanaman TOGA dan olahan TOGA sebagai minuman**

Demonstrasi adalah metode yang efektif untuk mentransfer pengetahuan karena dengan memperagakan atau mempertunjukkan suatu proses, informasi yang disampaikan dapat lebih mudah dipahami. Dalam kegiatan pengabdian ini, dilakukan demonstrasi mengenai teknik penanaman dan pembuatan media tanam untuk tanaman obat keluarga (TOGA) dalam polybag, serta pengolahan TOGA sebagai minuman. Anggota tim pengabdian, dengan bantuan tim mahasiswa, melakukan kegiatan demonstrasi ini untuk memberikan pemahaman yang lebih praktis kepada peserta.



Kegiatan pelatihan penanaman TOGA diawali dengan mengenalkan kepada peserta pengabdian mengenai alat dan bahan yang digunakan untuk menanam seperti arang sekam, tanah, kompos, tanaman TOGA, polybag, dan air. Selanjutnya tim pengabdian mengajarkan teknik yang benar dalam menanam TOGA mulai dari memilih bibit yang baik, pembuatan media tanam hingga menanam bibit tersebut dalam polybag.



**Gambar 3.** Demonstrasi Pembuatan Media Tanam Tanaman Obat Keluarga (TOGA)

Kegiatan pelatihan pembuatan olahan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) dalam bentuk minuman (jamu) dimulai dengan persiapan alat dan bahan. Tahap awal melibatkan perebusan air dalam panci hingga mencapai titik didih. Kemudian, kunyit dikupas hingga bersih, dicuci, dan diiris tipis-tipis sebelum dicampur dengan air panas. Aduk rata dengan sendok sambil memberikan sedikit tekanan agar rasa kunyit lebih terasa. Gula putih, gula merah, dan asam jawa ditambahkan ke dalam campuran tersebut, kemudian diaduk hingga larut dalam air, dan tunggu hingga mendidih. Setelah mendidih, tambahkan sedikit garam. Kompor dimatikan, dan jamu dibiarkan hingga dingin sebelum disaring. Peserta menunjukkan antusiasme tinggi dengan mengajukan banyak pertanyaan kepada narasumber. Kegiatan ini ditutup dengan sesi foto bersama peserta, tim pengabdian, dan mahasiswa.



**Gambar 4.** Peserta pengabdian Masyarakat

### **3. Tahap Pembuatan Kebun dan Penanaman**

Tahap selanjutnya dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat ini adalah mengenai pembuatan kebun tanaman obat keluarga. Pembuatan kebun ini dilakukan dengan tujuan untuk mempermudah masyarakat dalam menyatukan tanaman yang bisa dijadikan sebagai obat-obatan. Sehingga dengan adanya kebun tanaman ini akan bermanfaat bagi masyarakat Desa Pimping terutama dalam hal pemanfaatan tanaman obat keluarga.

Tim pengabdian masyarakat bekerja sama dengan warga setempat untuk menciptakan kebun tanaman obat di halaman pekarangan posyandu. Proses penanaman dilakukan secara kolaboratif, dengan fokus pada penanaman dan pemeliharaan tanaman obat keluarga (TOGA). Selain bermanfaat sebagai sumber obat-obatan, kebun ini juga dirancang untuk mempercantik halaman posyandu, menciptakan lingkungan yang asri, dan memberikan akses mudah kepada penghuni untuk mendapatkan obat-obatan yang diperlukan demi menjaga kesehatan.

Tanaman obat yang dipilih untuk ditanam di pekarangan posyandu meliputi jenis-jenis seperti sirih, kunyit, jahe, temulawak, kembang sepatu, daun dewa, sambiloto, beluntas, jambu biji, belimbing wuluh, bunga kenop, cengkeh, delima, jeruk nipis, kumis kucing, manggis, tomat, dan lainnya. Pemanfaatan TOGA ini umumnya ditujukan untuk pengobatan gangguan kesehatan keluarga berdasarkan gejala-gejala umum seperti demam panas, batuk, sakit perut, dan gatal-gatal. Ketika ada anggota keluarga yang sakit, TOGA menjadi alternatif obat tradisional yang mudah diakses, ekonomis, dan memiliki efek samping yang lebih rendah dibandingkan dengan obat-obatan kimia.

Pada proses pembuatan awal sampai dengan proses penanaman masyarakat banyak yang ikut terlibat terutama ibu-ibu tim posyandu dan PKK yang memang menjadi salah satu sasaran atau objek pengabdian ini.



**Gambar 5.** Pembuatan Kebun dan Penanaman

#### 4. KESIMPULAN

Kesimpulan dari kegiatan pelatihan ini adalah bahwa pelatihan berhasil memperluas pengetahuan masyarakat di Desa Pimping tentang metode penanaman tanaman obat yang optimal, memberikan pemahaman mengenai manfaat tanaman yang dapat dijadikan obat-obatan pendamping keluarga, serta mendorong kemandirian dalam hal kesehatan. Selain itu, pelatihan juga memberikan dan meningkatkan pemahaman mengenai proses pengolahan tanaman obat menjadi berbagai produk olahan. Partisipasi masyarakat terlihat tinggi, dan antusiasme mereka selama kegiatan mencerminkan animo yang positif terhadap peningkatan pengetahuan dan keterampilan terkait tanaman obat.

#### DAFTAR PUSTAKA

- [1] Parawansah, A. Esso, and S. Saidha, "Sosialisasi Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga Sebagai Upaya Untuk Meningkatkan Imunitas Tubuh Ditengah Pandemi di Kota Kendari," *J. Community Engagem. Heal.*, vol. 3, no. 2, pp. 325–328, 2020, doi: <https://doi.org/10.30994/jceh.v3i2.90>.
- [2] N. Milasari, R. Sundu, N. Fatimah, M. S. Ananda, and A. P. Putra, "Penyuluhan dan Pelatihan Pembuatan Serbuk Jahe Instan Di Kelurahan Loa Ipuh Tenggara," *J. Abdi Masy. Erau*, vol. 2, no. 1, pp. 32–38, 2023.
- [3] M. Atmojo and A. Darumurti, "Pemberdayaan Masyarakat Melalui Tanaman Obat Keluarga (TOGA)," *J. Abdimas BSI*, vol. 4, no. 1, pp. 100–109, 2021, doi: <https://doi.org/10.31294/jabdimas.v4i1.8660>.
- [4] I. S. Ingsih, G. Winaktu, and E. S. Wirateruna, "Pembuatan Jamu Tradisional Kunyit Asam Sebagai Minuman Peningkat Daya Imunitas Tubuh Pada Masa Pandemi Covid-19," 2020.
- [5] Y. Harjono, H. Yusmaini, and M. Bahar, "Penyuluhan Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga dan Penanaman Tanaman Obat Keluarga di Kampung Mekar Bakti 01/01, Desa Mekar Bakti Kabupaten Tangerang," *JPM (Jurnal Pengabd. Masyarakat) Ruwa Jurai*, vol. 3, no. 1, pp. 16–21, 2017, doi: <https://doi.org/10.23960/jpm3116-21>.