

PEMBERDAYAAN MASYARAKAT MELALUI PENYULUHAN DAN PRAKTIK
PENGOLAHAN TANAMAN OBAT KELUARGA (TOGA) DI NAGARI
LIMAU PURUIK, KECAMATAN LIMAU PURUIK,
KABUPATEN PADANG PARIAMAN

Nofri Zayani^{1*}, Atika Pradana Yuntarisa², Linda Andriani³

¹⁻³STIKes Piala Sakti Pariaman

Email Korespondensi: nofrizayani11@gmail.com

Disubmit: 19 September 2025

Diterima: 14 November 2025

Diterbitkan: 01 Desember 2025

Doi: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v8i12.22752>

ABSTRAK

Kesehatan merupakan aset jangka panjang dan menjadi hak kebutuhan dasar bagi setiap manusia. Kondisi tubuh yang sehat sangat perlu terus dijaga karena menentukan produktivitas seorang individu. Salah satu obat tradisional yang sering digunakan masyarakat adalah Tanaman Obat Keluarga (TOGA). Untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat tentang tanaman TOGA dan cara pengolahannya di Nagari Limau Puruik, Kecamatan V Koto Timur, Kabupaten Padang Pariaman. Kegiatan ini terdiri atas tiga tahapan yaitu persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Tahap persiapan dilakukan pemilihan dan penyiapan media tanam serta jenis tanaman TOGA. Tahap pelaksanaan dilakukan dengan pengisian kuisioner, penyuluhan serta praktik pengolahan TOGA. Metode yang digunakan dalam kegiatan penyuluhan yaitu ceramah dan diskusi interaktif dengan instrumen Satuan Acara Penyuluhan (SAP), *Power Point Text*, *leaflet*, dan kuisioner. Sedangkan instrument yang digunakan untuk praktik pengolahan TOGA adalah alat-alat pembuatan sediaan obat TOGA yang mudah didapat di tengah masyarakat seperti termos, alu dan lumping kayu, sarung tangan, wajan perebus, nampan rotan. Tahap evaluasi dengan mengevaluasi jumlah peserta yang hadir dengan yang ditargetkan, antusiasme peserta, dan kuisioner yang telah diisi peserta sebelum dan setelah kegiatan berlangsung. Terjadi peningkatan pengetahuan dan keterampilan peserta tentang tanaman TOGA dan cara pengolahannya dari mayoritas kurang (50.00%) menjadi baik (80.00%). Selain itu, peserta hadir sesuai dengan yang ditargetkan (100%) dan antusias peserta juga tinggi. Terdapat peningkatan pengetahuan dan keterampilan peserta tentang tanaman TOGA dan cara pengolahannya di Nagari Limau Puruik, Kecamatan V Koto Timur, Kabupaten Padang Pariaman.

Kata Kunci: Rebusan, Seduhan, Tumbukan, TOGA

ABSTRACT

Health is a long-term asset and a basic human right. A healthy body condition is very important to maintain because it determines an individual's productivity. One of the traditional medicines often used by the community is Family Medicinal Plants (TOGA). To increase community knowledge and skills about TOGA plants and how to process them in Nagari Limau Puruik, V Koto Timur

District, Padang Pariaman Regency. This activity consists of three stages, namely preparation, implementation, and evaluation. The preparation stage is carried out by selecting and preparing planting media and types of TOGA plants. The implementation stage is carried out by filling out questionnaires, counseling and TOGA processing practices. The methods used in the extension activities are lectures and interactive discussions with Extension Program Unit (SAP) instruments, Power Point Text, leaflets, and questionnaires. While the instruments used for TOGA processing practices are TOGA medicinal preparation making tools that are easily available in the community such as thermoses, wooden pestles and mortars, gloves, boiling pans, rattan trays. The evaluation stage by evaluating the number of participants who attended with the target, the enthusiasm of the participants, and the questionnaire. which had been filled out by the participants before and after the activity took place. There was an increase in the knowledge and skills of participants about TOGA plants and how to process them from the majority less (50.00%) to good (80.00%). In addition, participants attended according to the target (100%) and the enthusiasm of the participants was also high. There was an increase in the knowledge and skills of participants about TOGA plants and how to process them in Nagari Limau Puruik, V Koto Timur District, Padang Pariaman Regency.

Keywords: Decoction, Infusion, Pounding, TOGA

1. PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan aset jangka panjang yang melekat dalam diri seseorang dan menjadi hak kebutuhan dasar bagi setiap manusia. Kesehatan menurut Undang-Undang Nomor 36 tahun 2009 yaitu keadaan sehat baik secara fisik, mental, dan spiritual yang memungkinkan setiap orang hidup produktif secara sosial dan ekonomi. Sementara itu, sehat adalah kondisi seseorang yang terbebas dari penyakit atau kelemahan dan seimbang secara fungsi fisik, mental, serta sosial (Asmadi, 2019). Ciri tubuh yang sehat yaitu bugar, tidak lemas, wajah berseri, tidak nyeri, dapat berkomunikasi dua arah, berpikir logis dan dimengerti, produktif, dan melakukan kegiatan harian secara mandiri (Shari, 2023).

Kondisi tubuh yang sehat sangat perlu terus dijaga karena menentukan produktivitas seorang individu. Saat pengawasan terhadap kesehatan mulai longgar, penyakit dapat menginfeksi masuk ke dalam tubuh. Sampai saat ini, berbagai laporan menunjukkan bahwa penggunaan obat tradisional masih menjadi pilihan masyarakat dalam mengatasi penyakit karena dipercaya berkhasiat, harga relatif murah, dan mudah didapatkan (Dewi dkk, 2019). Alasan lainnya karena terbuat dari bahan alami (51,7%). Obat tradisional di Negara Indonesia terbuat dari campuran tumbuhan yang terbukti secara empiris dapat digunakan untuk memelihara kesehatan dan mencegah serta mengobati berbagai penyakit (Adiyasa & Meiyanti, 2021).

Salah satu obat tradisional yang sering digunakan masyarakat adalah Tanaman Obat Keluarga (TOGA). TOGA merupakan tanaman berkhasiat obat yang ditanam pada lahan sekitar rumah maupun ladang dan dikelola oleh keluarga. Jenis tanaman obat yang ditanam adalah tanaman yang memenuhi keperluan obat keluarga dan dapat dibuat sendiri. Tanaman ini biasanya dipergunakan untuk pertolongan pertama atau obat-obatan ringan seperti demam dan batuk (Puspitasari dkk, 2021). Keberadaan TOGA di lingkungan

sekitar rumah sangat penting, terutama pada masyarakat yang memiliki akses jauh dari pelayanan medis dan takut untuk mengonsumsi obat medis.

Nagari Limau Puruik merupakan sebuah daerah yang terletak di Kecamatan V Koto Timur Kabupaten Padang Pariaman dengan luas 11.67 km² (Badan Pusat Statistik Kabupaten Padang Pariaman, 2025). Nagari ini terdiri atas sembilan korong yaitu Tanah Taban, Kampung Piliang, Kampung Tangah, Pasa Balai, Patalangan, Padang Kajai, Kampung Ladang, Kampung Sagit, dan Kampung Lambah. Nagari ini berada cukup jauh dari pusat Kota Pariaman. Secara geografis, berada di kawasan sekitar hutan dengan tanah yang subur dan terjaga kelestariannya. Mayoritas masyarakat memiliki mata pencaharian sebagai petani dan peternak. Limbah kotoran ternak dapat dimanfaatkan untuk pupuk organik berbagai tanaman sehingga jika dilakukan pengembangan tanaman TOGA di daerah ini berkemungkinan tumbuh subur.

Umumnya masyarakat di Nagari Limau Puruik memiliki area sekitar rumah yang luas sehingga sangat direkomendasikan untuk ditanami berbagai tumbuhan, terutama tanaman TOGA. Namun masyarakat lebih banyak meminati menanam tumbuhan hias. Hanya sebagian masyarakat yang mengetahui cara pengolahan tumbuhan disekitar rumah untuk obat berbagai penyakit. Faktor yang mendasarinya yaitu masyarakat belum banyak mengetahui kegunaan tanaman TOGA dan cara pengolahan tumbuhan untuk dapat dijadikan obat. Selain itu, saat wawancara dengan beberapa Ibu Rumah Tangga yang berada di nagari ini, ada yang menyatakan belum mengetahui jenis-jenis tanaman yang berfungsi obat dan efek sampingnya. Minimnya pengetahuan ini berkaitan dengan taraf pendidikan masyarakat yang masih banyak tamatan Sekolah Menengah Pertama (SMP) dan Sekolah Menengah Atas (SMA). Selain itu, kondisi geografis yang berupa hutan menyebabkan beberapa korong di Nagari Limau Puruik susah sinyal sehingga untuk mengakses informasi melalui internet pun sulit.

Pemanfaatan pekarangan rumah masyarakat di Nagari Limau Puruik ini untuk tanaman TOGA tentu dapat mendatangkan manfaat yang banyak bagi warganya seperti menghemat pengeluaran warga, mengurangi ketergantungan pada obat kimia, dan mempercepat penanganan suatu penyakit. Terlebih dengan kondisi masyarakat di nagari ini banyak bertaraf ekonomi terkategori kurang mampu. Saat sakit, banyak masyarakat lebih memutuskan untuk menahannya dibandingkan pergi berobat ke pusat pelayanan medis karena terkendala biaya. Oleh karena itu, sangat perlu diberikan pemberdayaan kepada masyarakat di Nagari Limau Puruik tentang pembudidayaan dan pemanfaatan tanaman obat keluarga sebagai salah satu upaya dalam menjaga kesehatan dan obat saat sakit Nagari Limau Puruik, Kabupaten Padang Pariaman. Tujuan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat tentang tanaman TOGA dan cara pengolahannya di Nagari Limau Puruik, Kecamatan V Koto Timur, Kabupaten Padang Pariaman.

2. MASALAH DAN RUMUSAN PERTANYAAN

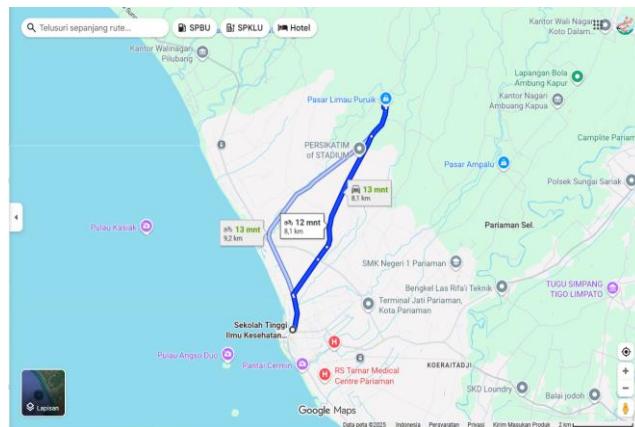
Secara spesifik, hal-hal yang menjadi prioritas masalah pada mitra sasaran dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah sebagai berikut:

- a. Banyak masyarakat khususnya ibu-ibu rumah tangga di Nagari Limau Puruik belum mengetahui tanaman disekitar rumah yang bermanfaat untuk obat keluarga (TOGA).

- b. Banyak masyarakat yang belum mengetahui cara pemanfaatan atau pengolahan tanaman yang berkhasiat obat keluarga (TOGA).

Berdasarkan pada masalah prioritas ini, maka rumusan pertanyaan masalahnya adalah apakah penyuluhan dan praktik pengolahan TOGA dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat khususnya ibu-ibu rumah tangga di Nagari Limau Puruk?

Peta lokasi pelaksanaan kegiatan dapat dilihat pada Gambar 1 berikut ini.



Gambar 1. Peta lokasi kegiatan pengabdian kepada masyarakat

3. KAJIAN PUSTAKA

a. Pengertian TOGA

TOGA merupakan singkatan dari Tanaman Obat Keluarga. TOGA pada hakekatnya merupakan tanaman berkhasiat obat yang ditanam di lahan pekarangan dan dikelola oleh keluarga. Prinsip tanaman TOGA yaitu ditanam dalam rangka memenuhi keperluan keluarga akan obat-obatan tradisional yang dapat dibuat sendiri. Tanaman TOGA yang dipilih biasanya merupakan tanaman yang dapat digunakan untuk pertolongan pertama pada berbagai penyakit (Lombonaung, 2022).

b. Manfaat TOGA

- 1) Keluarga dan masyarakat, manfaat tanaman TOGA seperti menyediakan obat herbal alami bagi keluarga, menjadi tabungan kesehatan keluarga, meningkatkan ketahanan keluarga terhadap masalah kesehatan, penambah gizi keluarga, menjadi bumbu rempah masakan, mengurangi ketergantungan pada obat kimia, mendekatkan masyarakat dengan pelayanan kesehatan yang murah, aman, dan siap dimanfaatkan setiap saat, dan pemanfaatan lahan yang kosong, gersang, dan tidak produktif.
- 2) Kesehatan, bermanfaat untuk pencegahan penyakit seperti dengan rutin mengonsumsi ramuan herbal jahe untuk meningkatkan daya tahan tubuh, pengobatan penyakit seperti masuk angin, batuk, diare, sakit perut, nyeri haid, atau luka luar, dan perawatan kesehatan alami seperti untuk pertumbuhan rambut, nutrisi kulit, dan antiseptik.
- 3) Ekonomi, manfaatnya yaitu menghemat biaya pengobatan, hasil panen TOGA bisa dijual dalam bentuk segar atau olahan (jamu, simplisia,

minyak herbal), dan menjadi peluang usaha kecil menengah (UKM) berbasis obat herbal dan jamu tradisional.

- 4) Sosial dan budaya, manfaatnya yaitu melestarikan pengetahuan lokal tentang tanaman obat yang diwariskan turun-temurun, memperkuat kemandirian masyarakat di bidang kesehatan, dan menjadi media edukasi anak-anak agar mencintai tanaman dan memahami manfaat alam.
- 5) Lingkungan, manfaatnya memanfaatkan pekarangan menjadi lebih produktif dan hijau, mengurangi penggunaan bahan kimia sintetis, sehingga lebih ramah lingkungan, dan menjaga keanekaragaman hayati tanaman obat di sekitar rumah.
- 6) Psikologis, merawat tanaman TOGA memberikan rasa tenang, mengurangi stres, dan meningkatkan kebahagiaan. Selain itu, lingkungan rumah menjadi lebih asri, sejuk, dan sehat, dan bernilai keindahan (estetika bila ditata dengan apik dan rapi) (Lombonaung, 2022).

c. Jenis Tanaman TOGA

Jenis-jenis tanaman TOGA yang terkategorii bumbu dapur adalah sebagai berikut ini:

Tabel 1. Jenis tanaman TOGA

| Nama Tanaman | Bagian | Khasiat Obat |
|--|--------------------------|--|
| Jahe (<i>Zingiber officinale</i>) | Rimpang | Mengatasi masuk angin, mual, antiinflamasi |
| Kunyit (<i>Curcuma longa</i>) | Rimpang | Antiinflamasi, maag, hepatoprotektif |
| Lengkuas (<i>Alpinia galanga</i>) | Rimpang | Antimikroba, obat diare |
| Kencur (<i>Kaempferia galanga</i>) | Rimpang | Obat batuk, masuk angin, penambah nafsu makan |
| Serai/Sereh (<i>Cymbopogon citratus</i>) | Batang | Antiinflamasi, antioksidan, relaksasi |
| Daun Salam (<i>Syzygium polyanthum</i>) | Daun | Antihipertensi, antidiabetes, penurun kolesterol |
| Lada (<i>Piper nigrum</i>) | Biji | Meningkatkan metabolisme, antioksidan |
| Kapulaga (<i>Amomum cardamomum</i>) | Biji | Pencernaan, antispasmodik |
| Kayu (<i>Cinnamomum burmannii</i>) | Manis Kulit batang | Antidiabetes, penghangat tubuh, antimikroba |

(Badruzsaufari & Nurmalina, 2020; Rohmah & Pramudyo, 2021; Widiastuti et al., 2020; Ningsih, 2019; Susanti & Handayani, 2020; Sulistyaningsih & Sulistyani, 2018; Prasetyo, 2020; Dewi, 2019; Fitriani et al., 2021)

d. Cara Pengolahan TOGA untuk Obat

Metode pengolahan sederhana beberapa tanaman TOGA yang telah dilakukan oleh masyarakat menurut Wahyuni dkk (2023) secara umum yaitu:

- 1) Rebusan, adalah metode paling umum dan mudah dengan merebus tanaman dalam air hingga mendidih. Cara pengolahan dengan rebusan secara umum yaitu siapkan bahan TOGA yang sudah dicuci bersih. Potong menjadi ukuran kecil agar sari patinya lebih mudah keluar. Masukkan bahan ke dalam panci dengan takaran air yang sesuai (misalnya, 2-3 gelas air). Rebus hingga mendidih dan airnya menyusut sekitar sepertiga atau setengahnya. Saring air rebusan dan minum selagi hangat. Contoh: Rebusan jahe, kunyit, temulawak, atau daun sirih.
- 2) Seduhan atau Infus, metode ini cocok untuk daun atau bunga yang tidak memerlukan pemanasan lama. Cara penyeduhan tanaman TOGA secara umum yaitu: Masukkan bahan (daun kering atau segar, bunga) ke dalam cangkir atau teko. Tuang air panas yang baru mendidih. Tutup dan diamkan selama 5-10 menit agar sari dan aroma keluar. Saring dan minum. Contoh: Seduhan daun teh, daun mint, atau bunga telang.
- 3) Tumbukan, metode ini cocok untuk pengobatan luar, seperti luka atau memar. Cara tumbukan dan olesan secara umum yaitu tumbuk bahan segar (daun, rimpang) hingga halus menggunakan ulekan atau blender. Oleskan hasil tumbukan langsung pada bagian tubuh yang sakit.
- 4) Olesan langsung, metode ini juga dilakukan untuk pengobatan luar khususnya pada luka atau memar, contohnya gel lidah buaya yang dioleskan langsung untuk mengobati luka bakar ringan, getah batang betadin.
- 5) Cara mengolah untuk penyimpanan lebih lama, saat hasil panen melimpah, tanaman TOGA dapat diolah menjadi bahan yang lebih awet melalui proses pengeringan bahan dalam bentuk sediaan simplisia dan bubuk.

e. Signifikansi dan Kontribusi Program

Signifikansi program pengabdian masyarakat tentang tanaman TOGA adalah sebagai berikut:

- 1) Kesehatan masyarakat, yaitu memberikan alternatif pengobatan sederhana, murah, dan mudah diakses melalui pemanfaatan TOGA, mendukung strategi *promotif* dan *preventif* kesehatan, sejalan dengan program PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat), dan mengurangi ketergantungan masyarakat terhadap obat sintetis, terutama untuk penyakit ringan.
- 2) Pelestarian pengetahuan tradisional, yaitu melestarikan kearifan lokal dalam pemanfaatan tanaman obat yang diwariskan secara turun-temurun dan menjadi sarana dokumentasi dan transfer pengetahuan antar generasi.
- 3) Ekonomi keluarga dan komunitas, yaitu memanfaatan TOGA tidak hanya untuk konsumsi sendiri, tapi juga dapat diolah menjadi produk bernilai ekonomis (jamu, teh herbal, simplisia, minyak gosok) dan berkontribusi pada peningkatan pendapatan keluarga dan pemberdayaan kelompok masyarakat (misalnya kelompok wanita tani, PKK, UMKM herbal).

- 4) Lingkungan dan ketahanan pangan obat, yaitu pemanfaatan lahan pekarangan untuk TOGA meningkatkan keanekaragaman hayati dan ketahanan keluarga terhadap kebutuhan obat-obatan sederhana dan mendorong pemanfaatan pekarangan sebagai lahan produktif.

Sedangkan kontribusi program pengabdian masyarakat tentang tanaman TOGA ini adalah sebagai berikut:

- 1) Kontribusi terhadap masyarakat yaitu meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat dalam pengolahan TOGA, membentuk masyarakat yang lebih mandiri dan berdaya dalam menjaga kesehatan, dan meningkatkan kesadaran akan pentingnya pengobatan tradisional yang aman dan berbasis ilmiah.
- 2) Kontribusi terhadap perguruan tinggi/dosen/mahasiswa, yaitu menjadi sarana implementasi Tri Dharma Perguruan Tinggi, khususnya pengabdian masyarakat, menjadi media penelitian terapan untuk validasi ilmiah pemanfaatan TOGA, dan memberikan pengalaman langsung mahasiswa dalam pemberdayaan masyarakat dan edukasi kesehatan.
- 3) Kontribusi terhadap pemerintah/institusi kesehatan, yaitu mendukung program kesehatan berbasis masyarakat (misalnya program Pekarangan Asri Ramah Lingkungan dan Obat / ASRI TOGA dari Kemenkes), membantu Puskesmas dan tenaga kesehatan dalam edukasi promotif dan preventif, menjadi contoh model intervensi berbasis komunitas yang dapat direplikasi di daerah lain, kontribusi terhadap Ilmu Pengetahuan dan Pengembangan Produk Herbal, memberikan data inventarisasi tanaman TOGA lokal yang dapat menjadi referensi penelitian farmasi, botani, dan kesehatan masyarakat, dan menjadi dasar untuk pengembangan produk herbal yang lebih terstandar dan memiliki nilai tambah ekonomi.

4. METODE

Kegiatan pemberdayaan masyarakat dengan teman tanaman TOGA ini telah dilakukan pada hari Sabtu, tanggal 12 September 2025 di Nagari Limau Puruik, V Koto Timur, Kabupaten Padang Pariaman, Provinsi Sumatera Barat. Sasaran pada kegiatan ini adalah ibu-ibu rumah tangga yang termasuk dalam kategori non produktif. Pemilihan peserta atas dasar bahwa ibu adalah jantungnya sebuah rumah, terutama dalam mengatur, mencegah, dan mengobati anggota keluarga yang sakit. Jumlah peserta yang hadir dalam kegiatan ini adalah 50 orang. Kegiatan ini terdiri atas tiga tahapan yaitu persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Pada tahap persiapan, tim melakukan pemilihan dan penyiapan media tanam serta jenis tanaman TOGA yang diberikan kepada masyarakat. Tim melakukan pembudidayaan tanaman TOGA pilihan dalam polybag selama 2 bulan.

Pada tahap pelaksanaan, tim membagikan kuisioner sebelum dan setelah acara penyuluhan serta praktik, memberikan penyuluhan, dan praktik pengolahan TOGA, dan membagikan bibit TOGA pada masyarakat untuk dibudidaya oleh peserta disekitar rumahnya. Metode yang digunakan dalam kegiatan penyuluhan yaitu ceramah dan diskusi interaktif selama 2 jam serta praktik pengolahan TOGA sederhana selama kurang lebih 3 jam. Instrumen yang digunakan dalam penyuluhan adalah Satuan Acara Penyuluhan (SAP), *Power Point Text*, dan *leaflet*. Materi penyuluhan yang

disampaikan adalah tentang definisi, manfaat, jenis, dan cara pengolahan TOGA. Sedangkan instrument yang digunakan untuk praktik pengolahan TOGA adalah alat-alat pembuatan sediaan obat TOGA yang mudah didapat di tengah masyarakat seperti termos, alu dan lumping kayu, sarung tangan, wajan perebus, nampang rotan. Pada tahap evaluasi, tim melakukan penilaian terhadap jumlah peserta yang hadir dengan yang ditargetkan, antusias peserta dalam mengikuti yang dibuktikan dengan banyaknya peserta bertanya atau menjawab pertanyaan tim, dan penilaian hasil kuisioner yang telah diisi peserta sebelum dan setelah kegiatan berlangsung.

5. HASIL PENGABDIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat mengenai pengenalan tanaman obat keluarga (TOGA) dan cara pengolahannya yang telah dilaksanakan di Nagari Limau Puruik, Kecamatan V Koto Timur Kabupaten Padang Pariaman. Kegiatan ini melibatkan 50 orang peserta yang terdiri dari ibu rumah tangga non produktif, kader posyandu, serta perangkat Nagari Limau Puruik. Kegiatan penyuluhan ini dibuka langsung oleh Wali Nagari Limau Puruik yaitu Bapak Afriyan dan Ketua Pemberdayaan dan Kesejahteraan Keluarga (PKK) yaitu ibu Oktavia Lidia Astuti. Hasil dokumentasi kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat terlihat pada Gambar 2, 3, dan 4.



Gambar 2. Sambutan dan Pengarahan dari wali Nagari Limau Puruik



Gambar 4. Penyebaran dan Pengisian Kuisioner



Gambar 3. Penyampaian Materi Penyuluhan

Sementara itu, data kuantitatif hasil kegiatan pengabdian masyarakat ini disajikan dalam Tabel 1 dan Tabel 2.

a. Karakteristik Peserta

Tabel 2. Karakteristik peserta

| Karakteristik | Frekuensi | Persentase (%) |
|-------------------|-----------|----------------|
| Umur | | |
| 20-30 | 5 | 10.0 |
| 31-40 | 24 | 48.00 |
| 41-50 | 15 | 30.00 |
| 51-60 | 6 | 12.00 |
| Pendidikan | | |
| SD | 26 | 52.00 |
| SMP | 10 | 20.00 |
| SMA | 6 | 12.00 |
| Perguruan Tinggi | 8 | 16.00 |
| Total | 50 | 100.00 |

Berdasarkan pada Tabel 1, terlihat bahwa distribusi usia peserta yang ikut yaitu dari umur 20-60 tahun. Mayoritas peserta yang ikut adalah berusia 31-40 tahun yaitu ada 24 orang (48.00%) dari 50 orang. Sementara itu, Tingkat Pendidikan peserta yang ikut ada Sekolah Dasar (SD), Sekolah Menengah pertama (SMP), Sekolah Menengah Atas (SMA), dan perguruan tinggi (D3 dan S1). Mayoritas peserta berpendidikan SD yaitu ada 26 orang (52.00%).

b. Peningkatan Pengetahuan Masyarakat

Peningkatan pengetahuan masyarakat di ukur dengan membandingkan hasil kuisioner yang diisi oleh peserta sebelum dan sesudah penyuluhan. Hasil pengisian kuisioner dalam penelitian ini dapat terlihat pada Tabel 2 berikut ini.

Tabel 3. Hasil pengukuran pengetahuan peserta

| Variabel Pengetahuan | Sebelum | | Sesudah | |
|-------------------------|-----------|-------------------|-----------|-------------------|
| | Frekuensi | Percentase (%) | Frekuensi | Percentase (%) |
| Kurang | 25 | 50.00 | 3 | 6.00 |
| Cukup | 11 | 22.00 | 7 | 14.00 |
| Baik | 14 | 28.00 | 40 | 80.00 |
| Total | 50 | 100.00 | 50 | 100.00 |

Hasil pada Tabel 2 menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan peserta sebelum diberikan penyuluhan tentang tanaman TOGA dan pengolahannya mayoritas adalah kurang yaitu ada 25 orang (50.00%). Namun setelah diberikan penyuluhan, Tingkat pengetahuan peserta mayoritas menjadi baik yaitu sebanyak 40 orang (80.00%). Hal ini menunjukkan bahwa ada peningkatan pengetahuan peserta setelah mengikuti penyuluhan. Berdasarkan jawaban peserta pada kuisioner, terlihat bahwa masih banyak peserta tidak mengetahui jenis dan manfaat berbagai tanaman TOGA yang sering ditanam di pekarangan, seperti kunyit, jahe, kencur, lengkuas, serai, dan daun salam. Melalui penyuluhan dan diskusi, peserta mendapatkan informasi mengenai jenis TOGA yang berasal dari rempah dapur dan dapat ditanam di sekitar rumah, manfaat tanaman TOGA, dan cara pengolahan tanaman TOGA secara sederhana untuk mencegah, menjaga, dan mengobati berbagai penyakit yang masih masuk skala ringan. Selain dilakukan evaluasi terhadap jawaban kuisioner peserta, tim juga melakukan evaluasi selama proses kegiatan yang menunjukkan bahwa peserta sangat antusias yaitu dibuktikan dengan jumlah peserta bertanya lebih banyak dari target tim dan antusiasme peserta dalam menjawab pertanyaan yang diajukan oleh tim.

Hasil Pengabdian kepada Masyarakat serupa yang dilaksanakan oleh Litaay dkk, (2024) juga menunjukkan bahwa penyuluhan tentang pengenalan dan pengolahan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) menjadi sediaan obat tradisional sederhana juga terbukti dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat di Kampung Kamayakha, Distrik Ebungfauw, Kabupaten Jayapura. Sementara itu, hasil kegiatan Maulida dkk, (2025) menunjukkan bahwa edukasi pemanfaatan tanaman TOGA peningkatan kesadaran dan kemampuan masyarakat dalam mengelola TOGA secara mandiri di RT 02 Desa Sepunggur. Widyatami dkk (2023) juga mengemukakan bahwa penyuluhan dan praktik pengolahan tanaman TOGA selain dapat meningkatkan pengetahuan, juga dapat meningkatkan keinginan masyarakat berwirausaha dari rumah di Desa Kemuning Lor Kecamatan Arjasa. Hasil penelitian ini dan berbagai penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa penyuluhan dan pengolahan tanaman TOGA sangat penting terus disemilasikan kepada masyarakat.

Asumsi peneliti, penyuluhan tentang TOGA dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat terkait alternatif pengobatan saat sakit untuk mengurangi ketergantungan masyarakat terhadap komsumsi obat berbahan kimia. Hal ini karena pengkonsumsian obat berbahan kimia dalam jangka waktu yang lama dan berulang dapat membahayakan kondisi Kesehatan. Selain itu, penyuluhan yang disampaikan dengan

media yang mudah dipahami masyarakat seperti *leaflet* dan *power point text* bergambar memudahkan masyarakat dalam memahami materi yang disampaikan. Oleh karena itu, pada kegiatan pengabdian masyarakat ini terjadi peningkatan pengetahuan dari mayoritas kurang menjadi baik. Melalui penyuluhan ini diharapkan masyarakat lebih peduli terhadap pemanfaatan pekarangan rumah sebagai apotek hidup dan kemandirian dalam kesehatan keluarga meningkat.

c. Peningkatan Keterampilan Pengolahan TOGA

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilengkapi dengan praktik pengolahan tanaman TOGA secara sederhana yaitu menggunakan alat-alat rumah tangga yang ada di rumah masing-masing peserta. Praktik ini bertujuan untuk meracik tanaman TOGA menjadi ramuan obat sederhana. Beberapa metode pengolahan yang diajarkan adalah perebusan, penumbukan, seduhan, dan olesan langsung pada area yang sakit. Beberapa contoh praktik pembuatan sediaan ramuan obat dari tanaman TOGA adalah pembuatan rebusan kunyit untuk mengatasi kembung atau maag, pembuatan rebusan jahe untuk mengatasi tenggorokan gatal, batuk, meningkatkan stamina, dna daya tahan tubuh, penumbukan kunyit yang dioleskan untuk luka, seduhan sediaan kering dalam bentuk teh. Peserta diberikan kesempatan untuk mencoba meracik sendiri bahan-bahan, sehingga peserta dapat memiliki keterampilan yang siap untuk diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

Hasil kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat dari Tusshaleha dkk (2024) menunjukkan bahwa masyarakat sudah ada yang mengenal tanaman yang bermanfaat obat keluarga (TOGA), namun masih banyak yang tidak mengetahui cara pengolahannya dengan benar. Triwibowo dkk (2025) juga menambahkan bahwa pengabdian tentang tanaman TOGA dapat memberikan manfaat bagi masyarakat untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman masyarakat, tentang cara mengelola dan menjualnya sehingga bernilai ekonomis. Selain itu, menurut Christijanti dkk (2024) mengemukakan pengelolaan taman TOGA dalam meningkatkan kepedulian masyarakat terhadap kesehatan lingkungan. Oleh karena itu, pada kegiatan ini dilihat ada peningkatan pengetahuan dan pemahaman masyarakat tentang pengolahan TOGA. Tim berharap agar ke depannya masyarakat di Nagari Limau Puruik dapat membudidayakan tanaman TOGA dan menjualnya di pasaran. Hal ini tentu dapat menguatkan masyarakat melalui Kesehatan yang prima dan ekonomi yang mumpuni.

Asumsi peneliti, praktik langsung masyarakat dalam pengolahan TOGA dapat memunculkan keinginan untuk belajar dan mempraktekkannya secara mandiri. Selain itu, dengan melakukan praktik langsung masyarakat dapat memahami secara mendalam setiap langkah yang dilakukan dalam mengolah tanaman yang berpotensi obat. Jadi, penyuluhan yang diiringi dengan praktik dapat membantu masyarakat dalam memahami dan mempraktikkan secara mandiri tentang pengolahan TOGA.

6. KESIMPULAN

Kesimpulan dari kegiatan ini yaitu penyuluhan tentang tanaman TOGA dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman masyarakat khususnya ibu-ibu rumah tangga di Nagari Limau Puruik terkait definisi, jenis, dan cara pengolahan tanaman disekitar rumah yang bermanfaat obat. Saran dari tim pengabdian masyarakat yaitu diharapkan penelitian berikutnya dapat mengembangkan model pendampingan jangka panjang dengan melibatkan berbagai elemen masyarakat secara aktif seperti kelompok PKK, kelompok tani, karang taruna, dan remaja agar kegiatan pengolahan TOGA tidak berhenti setelah program berakhir.

7. DAFTAR PUSTAKA

- Adiyasa, R., & Meiyanti. (2021). Pemanfaatan Obat Tradisional Di Indonesia: Distribusi Dan Faktor Demografis Yang Berpengaruh. *Jurnal Biomedika dan Kesehatan*, 4(3), 131-138.
- Adruzsaufari, & Nurmalina, R. (2020). Khasiat Jahe (*Zingiber officinale*) sebagai Tanaman Obat Keluarga. *Jurnal Agrotek*, 11(2), 45-52.
- Asmadi. (2019). *Konsep Dasar Keperawatan*. Jakarta: EGC.
- Badan Pusat Statistik Kabupaten Padang Pariaman. <https://padangpariamankab.bps.go.id/id>. Diakses pada tanggal 04 April 2025.
- Christijanti, W.-, Marianti, A.-, Susanti, R.-, & Mustikaningtyas, D.-. (2024). Pengelolaan Taman TOGA Dalam Meningkatkan Kepedulian Masyarakat Terhadap Kesehatan Lingkungan. *Abdimasku : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 7(2), 449. <https://doi.org/10.62411/ja.v7i2.2195>.
- Dewi, S. (2019). Manfaat Kapulaga (*Amomum cardamomum*) dalam Pengobatan Tradisional. *Jurnal Fitofarmaka Indonesia*, 6(1), 21-28.
- Dewi R.-, Wahyuni, Pratiwi P, Muhamni S. (2019). Penggunaan Obat Tradisional Oleh Masyarakat Di Kelurahan Tuah Karya Kota Pekanbaru. *Jurnal Penelitian Farmasi Indonesia*, 8(1), 322-331.
- Fitriani, A., Rahayu, W., & Putri, D. (2021). Potensi kayu manis (*Cinnamomum burmannii*) sebagai Antidiabetes. *Jurnal Kesehatan Tradisional*, 9(3), 155-162.
- Lombonaung, E. (2022). *Buku Tanaman Obat Keluarga (TOGA)*. Yogyakarta: Deepublish.
- Litaay, G.-, Longe, S.-, & Hs, D.-. (2024). Penyuluhan Pengolahan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) menjadi Sediaan Obat Tradisional Sederhana dan Keamanan Obat Tradisional bagi Masyarakat Kampung Kamayakha, Distrik Ebungfauw, Kabupaten Jayapura. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*, 1(12), 3661-3666. <https://doi.org/10.59837/jpmiba.v1i12.764>
- Maulida, R., Taufik, M., Rahmah, S., Anggraini, Y.-, & Mahriana, S. (2025). Edukasi Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) Melalui Pembuatan Mini Garden Di RT 02 Desa. *Ar-Rahman : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(01), 12-35.
- Ningsih, T. (2019). Kencur (*Kaempferia galanga*) sebagai obat tradisional. *Jurnal Farmasi Sains dan Praktis*, 5(2), 89-95.
- Prasetyo, D. (2020). Aktivitas farmakologi lada (*Piper nigrum*). *Jurnal Biologi Tropis*, 20(1), 33-41.

- Puspitasari, I., Sari, G.-, Indrayati, A. (2021). Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) sebagai Alternatif Pengobatan Mandiri. *Jurnal Warna LPM*, 24(3), 456-466.
- Rohmah, F., & Pramudyo, D. (2021). Efek Antiinflamasi Kunyit (*Curcuma longa*) pada Penyakit Pencernaan. *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia*, 12(4), 211-219.
- Shari, dkk. (2023). *Buku Ajar Konsep Dasar Keperawatan*. Jakarta: CV Jejak Publisher.
- Sulistyaningsih, D., & Sulistyani, E. (2018). Daun Salam (*Syzygium polyanthum*) dan Potensinya Sebagai Antihipertensi. *Jurnal Penelitian Kesehatan*, 6(2), 122-130.
- Susanti, R., & Handayani, T. (2020). Khasiat serai (*Cymbopogon citratus*) terhadap kesehatan. *Jurnal Farmasi Tradisional*, 8(1), 45-53.
- Triwibowo, A., Karimullah, S.-, Muhtarom Z.-, Pratomo, D.-. (2025). Sosialisasi dan Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) sebagai Upaya Pemberdayaan Masyarakat dalam Bidang Kesehatan dan Ekonomi. *Dedikasi: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 7(1), 1-14.
- Tusshaleha, L.-, Bimma H.-, Rahmat, S., Umboro, R.-, Ramdaniah, P., Yuliana, D., & Apriani, L. (2024). Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga Untuk Kesehatan Masyarakat. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Wadah Publikasi Cendekia*, 1(2), 34-38. <https://doi.org/10.63004/jpmwpc.v1i2.413>.
- Wahyuni, S.-, Amani, K.-, Persada, T.-, Utama, H. -. (2023). *Cara Pengolahan dan Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA)*. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta Press.
- Widiastuti, I., Astuti, P., & Nur, L. (2020). Lengkuas (*Alpinia galanga*) sebagai antimikroba alami. *Jurnal Teknologi Pangan*, 11(2), 74-81.
- Widyatami, L.-, Lestari, D., Ayu, D.-. (2023). Penyuluhan Pengolahan dan Wirausaha TOGA sebagai upaya Peningkatan Pemberdayaan Ibu-ibu Rumah Tangga pada Masa Pandemic Covid-19 di Desa Kemuning Lor Kecamatan Arjasa. *J-Dinamika: jurnal Pengabdian Masyarakat*, 8(1), 1-8.