

PEMBERDAYAAN MASYARAKAT MELALUI PEMBUATAN *MINI GARDEN* TANAMAN OBAT KELUARGA (TOGA) SEBAGAI UPAYA PENINGKATAN KESEHATAN DAN PENGOBATAN MANDIRI

Hardiyani Prestिकासari¹, Adrian Faisal Yogatama², Salma Putri Rosyida³, Kukuh
Ravinanda Hafid⁴, Melany Putri Nur Aizah⁵, Dino Putra Amanda⁶, Mauli Kirana
Garnis⁷, Alif Sholahudin Wahid⁸, Putri Narwati⁹, Rhami Ahmad Maulana Ibrahim¹⁰
Firliana Ayu Febrina¹¹

¹⁻¹¹Universitas Wahid Hasyim, Semarang
Email: hardiyani.prestिकासari@unwahas.ac.id

ABSTRAK

Tanaman Obat Keluarga (TOGA) merupakan salah satu bentuk pemanfaatan sumber daya lokal yang berperan dalam upaya promotif, preventif, dan pengobatan mandiri di keluarga. Namun, pemanfaatan TOGA masih belum optimal karena rendahnya pengetahuan mengenai jenis tanaman obat, teknik budidaya, pengolahan, dan penggunaan yang tepat. Kegiatan pengabdian masyarakat bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan kesadaran masyarakat dalam membudidayakan dan memanfaatkan TOGA melalui pembuatan *mini garden* dan pengolahan herbal. Metode yang digunakan adalah pendekatan partisipatif meliputi survei awal, koordinasi dengan tokoh masyarakat, penyuluhan, demonstrasi, praktik pembuatan *mini garden*, dan pelatihan pembuatan wedang uwuh. Evaluasi dilakukan menggunakan desain *one-group pretest-posttest* terhadap 26 ibu rumah tangga di Kelurahan Karangayu, Kota Semarang. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa peserta berpartisipasi aktif pada seluruh tahapan program. Program ini berhasil meningkatkan tingkat pengetahuan masyarakat dari 48% menjadi 78%. Selain itu, masyarakat mampu menerapkan teknik budidaya TOGA secara mandiri, memanfaatkan pekarangan, serta memahami penggunaan tanaman obat secara tepat, aman, dan rasional. *Mini garden* juga memberikan manfaat lingkungan melalui optimalisasi lahan pekarangan lebih hijau dan produktif. *Mini garden* yang dibuat juga berpotensi menjadi media pembelajaran berkelanjutan dan membuka peluang pengembangan produk herbal yang bernilai ekonomi, seperti wedang uwuh. Secara keseluruhan, program pemberdayaan masyarakat melalui edukasi, pembuatan *mini garden*, dan pelatihan pengolahan herbal terbukti efektif meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan kemandirian masyarakat dalam memanfaatkan tanaman obat sehingga berpotensi mendukung peningkatan derajat kesehatan masyarakat dan pemberdayaan ekonomi masyarakat secara berkelanjutan.

Kata Kunci: Tanaman Obat Keluarga (TOGA), Mini Garden, Pemberdayaan Masyarakat, Pengobatan Mandiri, Edukasi Kesehatan

ABSTRACT

Family Medicinal Plants (TOGA) represent a form of local resource utilization that supports health promotion, disease prevention, and self-medication at the household level. However, the utilization of TOGA remains suboptimal due to limited community knowledge regarding the identification of medicinal plants, cultivation techniques, processing methods, and their appropriate use. This community service program aimed to improve community knowledge, skills, and awareness in cultivating and utilizing TOGA through the establishment of a mini medicinal garden and herbal processing training. The program employed a participatory approach consisting of a preliminary survey, coordination with community leaders, health education, demonstrations, hands-on practice in establishing a TOGA mini garden, and training on the preparation of wedang uwuh, a traditional Indonesian herbal beverage. Program evaluation was conducted using a one-group pretest-posttest design involving 26 housewives in Karangayu Village, Semarang City. The results showed that participants actively engaged in all stages of the program. Community knowledge increased from 48% at the pretest to 78% at the posttest. In addition, participants were able to independently apply TOGA cultivation techniques, utilize their home gardens for medicinal plant cultivation, and understand the proper, safe, and rational use of medicinal plants. The mini garden also contributed to environmental improvement by optimizing home yard utilization, creating greener and more productive surroundings. Furthermore, the mini garden has the potential to serve as a sustainable learning medium while creating opportunities for developing value-added herbal products, such as wedang uwuh. Overall, the community empowerment program through health education, mini garden establishment, and herbal processing training proved effective in improving community knowledge, skills, and self-reliance in utilizing medicinal plants, thereby supporting better public health and sustainable community-based economic empowerment.

Keywords: *Family Medicinal Plants (TOGA), Mini Garden, Community Empowerment, Self-Medication, Health Education.*

LATAR BELAKANG

Tanaman obat merupakan salah satu kekayaan hayati dan warisan budaya Indonesia yang telah dimanfaatkan secara turun-temurun sebagai upaya pemeliharaan kesehatan dan pengobatan penyakit. Pemanfaatan tanaman juga merupakan bentuk pemberdayaan keluarga untuk mendukung pengobatan mandiri. Salah satu implementasi nyata dari pemanfaatan tersebut adalah tanaman obat keluarga (TOGA). TOGA merupakan taman berkehasiat yang bisa digunakan sebagai obat dan dibudidayakan di lingkungan sekitar rumah. Selain dapat digunakan sebagai sumber bahan obat tradisional, TOGA juga memiliki nilai ekonomi, estetika, dan berkontribusi dalam meningkatkan ketahanan kesehatan masyarakat melalui pemanfaatan sumber daya lokal [1,2].

Indonesia merupakan negara dengan kekayaan sumber daya hayati yang sangat melimpah. Indonesia memiliki ribuan tanaman yang berpotensi digunakan sebagai bahan obat. Berbagai tanaman obat telah dimanfaatkan secara luas dalam pengobatan tradisional, di antaranya jahe (*Zingiber officinale*), kunyit (*Curcuma longa*), temulawak (*Curcuma xanthorrhiza*), dan daun sirih (*Piper betle*). Penelitian menunjukkan bahwa tanaman-tanaman tersebut mengandung senyawa bioaktif yang memiliki aktivitas farmakologis, seperti antiinflamasi, antioksidan, antimikroba, antiseptik, dan hepatoprotektor. Penggunaan obat tradisional umumnya dinilai lebih aman bila digunakan secara rasional [3].

TOGA dipahami sebagai tanaman obat yang dikelola keluarga di pekarangan rumah untuk memenuhi kebutuhan obat tradisional yang mudah diakses [1,4]. Pemanfaatan TOGA dikaitkan dengan fungsi preventif, promotif, kuratif dan rehabilitatif, terutama untuk keluhan ringan dan pemeliharaan kesehatan keluarga [4-6]. Beberapa lokasi diketahui menjadi masalah awal, yaitu pekarangan yang belum dimanfaatkan secara optimal, literasi herbal yang rendah, dan masyarakat yang cenderung bergantung pada obat kimia, serta belum terampil mengelola TOGA [6-8]. Pemberdayaan TOGA dibutuhkan sebagai strategi berbasis sumber daya lokal yang mendukung kesehatan mandiri, pengurangan ketergantungan pada obat kimia, dan peluang peningkatan ekonomi rumah tangga [8-10].

METODE

Metode yang digunakan berupa pendekatan partisipatif dengan kombinasi survei awal, koordinasi dengan tokoh lokal, penyuluhan, demonstrasi, praktik tanam, dan pendampingan [7,8,13]. Media edukasi yang digunakan meliputi ceramah, diskusi, leaflet, power point, forum komunitas, dan pelatihan pengolahan herbal wedang uwuh [5,11,12]. Kemudian dilakukan percontohan *mini garden* dan pembagian bibit. Evaluasi akhir kegiatan dilakukan menggunakan desain *one-group pretest-posttest* pengetahuan masyarakat. Data dikumpulkan dari 26 peserta ibu rumah tangga yang bertempat tinggal di Kelurahan Karangayu. Kegiatan dilaksanakan pada 16 Desember 2025.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan di Kelurahan Karangayu, Kecamatan Semarang Barat. Berdasarkan observasi awal dan wawancara yang dilakukan, diketahui bahwa pemanfaatan pekarangan kosong dan pemanfaatan TOGA masih belum optimal. Selain itu, pengetahuan masyarakat mengenai khasiat tanaman obat dan teknik budaya yang tepat masih dianggap rendah. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa perlu adanya upaya peningkatan kapasitas masyarakat melalui edukasi disertai praktik langsung agar pengetahuan dan keterampilan dalam melakukan budidaya TOGA dapat meningkat.

Kegiatan diawali dengan pemberian materi edukasi mengenai pentingnya TOGA sebagai upaya promotive, preventif, dan pengobatan mandiri di keluarga. Materi disampaikan melalui pendekatan partisipatif yang mendorong keterlibatan peserta secara aktif dalam melakukan diskusi, tanya jawab, dan berbagi pengalaman. Pokok bahasan yang disampaikan meliputi jenis tanaman obat, dosis, indikasi dan potensi efek samping. Melalui metode ini diharapkan masyarakat tidak hanya memperoleh pengetahuan, namun juga mampu menerapkan penggunaan TOGA secara tepat, aman, dan rasional. Dokumentasi program disajikan dalam Gambar 1.



Gambar 1
Dokumentasi Kegiatan Pembuatan *Mini Garden*

Program juga melibatkan praktik partisipatif pembuatan *mini garden* dan praktik pembuatan wedang uwuh. Masyarakat berpartisipasi secara aktif mulai dari persiapan, pembuatan bedengan, penanaman bibit, hingga pemeliharaan. Keterlibatan tersebut bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan budidaya TOGA. Jenis tanaman yang dibudidayakan meliputi jahe, kunyit, serai, kencur, dan daun sirih karena mudah tumbuh dan memiliki manfaat yang banyak.

Mini garden TOGA yang dibuat tidak hanya dimanfaatkan sebagai sumber tanaman obat bagi masyarakat, tetapi juga diharapkan mampu memberikan peluang peningkatan ekonomi masyarakat melalui pemanfaatan pekarangan. Dampak positif dari kegiatan ini terlihat dari meningkatnya inisiatif warga dalam mengembangkan *mini garden* TOGA secara mandiri di pekarangan rumah masing-masing. Hal tersebut menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan perubahan perilaku dari kegiatan edukasi yang dilakukan. Temuan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rudini dkk., (2024) bahwa pembuatan *mini garden* TOGA secara konsisten mampu meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan kemandirian kesehatan pada berbagai kelompok bila program yang dijalankan menggabungkan edukasi, praktik langsung, dan pendampingan [13]. Kegiatan edukasi dan pembuatan wedang uwuh disajikan dalam Gambar 2.



Gambar 2
Kegiatan Edukasi Dan Pembuatan Wedang Uwuh

Kegiatan edukasi pembuatan *mini garden* dan wedang uwuh tidak hanya memberikan manfaat dari aspek kesehatan, tetapi juga memberikan dampak positif terhadap lingkungan dan kehidupan sosial masyarakat. *Mini garden* memberikan suasana yang lebih hijau, asri, dan tertata rapi. Selain sebagai sumber tanaman obat, *mini garden* juga memiliki potensi menjadi produk yang memiliki nilai tambah, seperti wedang uwuh yang banyak digemari oleh masyarakat dan dapat meningkatkan pendapatan masyarakat. Penelitian yang dilakukan oleh Hidayati tahun 2023 menjelaskan bahwa penerapan *mini garden* TOGA dapat meningkatkan pengetahuan peserta menjadi 60%, serta pengembangan produk bernilai ekonomi seperti granul jahe, teh herbal, wedang uwuh dan kosmetik herbal [14].

Secara keseluruhan pelaksanaan edukasi, pembuatan *mini garden* TOGA serta pelatihan pembuatan wedang uwuh menunjukkan hasil yang positif dalam meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan kesadaran masyarakat tentang pentingnya budidaya dan pemanfaatan TOGA yang optimal. Kegiatan ini juga menjadi langkah strategis dalam memperkuat kemandirian masyarakat di bidang kesehatan melalui pemanfaatan sumber daya lokal. Hasil evaluasi yang dilakukan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan secara signifikan yaitu 48% menjadi 78%. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Aqidah dkk tahun 2025, bahwa metode ceramah, diskusi dan praktik mampu meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang TOGA sebesar 54,84% menjadi 91,23% [15]. Hal tersebut menunjukkan bahwa kegiatan edukasi dan praktik yang dilakukan efektif dalam meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai manfaat, budidaya, jenis tanaman obat, dosis, indikasi dan potensi efek samping.

Tabel 1. Rangkuman Kegiatan Dan Dampak Pengabdian

Tahapan Kegiatan	Deskripsi Kegiatan	Hasil/Dampak
Survei Awal dan Identifikasi Masalah	Observasi lapangan, wawancara ketua RT dan masyarakat.	Pemanfaatan TOGA masih terbatas pada beberapa jenis tanaman, pengetahuan yang rendah, dan pekarangan rumah yang belum dimanfaatkan secara optimal.
Koordinasi dan Persiapan Program	Koordinasi dengan ketua RT dan masyarakat tentang pelaksanaan kegiatan, penyiapan lokasi, alat, bahan, dan bibit tanaman obat.	Terjalin kerjasama yang baik dengan masyarakat.
Penyuluhan dan Edukasi TOGA	Penyiapan materi mengenai manfaat TOGA, identifikasi tanaman, teknik	Pengetahuan masyarakat mengenai pemanfaatan TOGA meningkat dan peserta

	budidaya, pengolahan, dan penggunaan yang tepat.	memahami penggunaan TOGA yang aman dan rasional.
Pelatihan dan Praktik Pembuatan <i>Mini Garden</i>	Praktik Bersama menyiapkan lahan, pembauatan bedengan, menanam, merawat TOGA	Terbentuk <i>mini garden</i> TOGA, meningkatnya pengetahuan dan keterampilan masyarakat
Pelatihan Pengolahan Wedang Uwuh	Demonstrasi dan praktik pembuatan wedang uwuh.	Masyarakat mampu mengolah TOGA menjadi minuman herbal yang berpotensi memiliki nilai ekonomi.
Monitoring dan Evaluasi	Evaluasi pengetahuan menggunakan pretest dan posttest	Tingkat pengetahuan masyarakat meningkat 48% menjadi 78%, perubahan perilaku pemanfaatan pekarangan rumah untuk TOGA.
Keberlanjutan Program	Diskusi Bersama masyarakat mengenai pemeliharaan dan pengembangan kegiatan berkelanjutan.	Masyarakat berkomitmen merawat <i>mini garden</i> sebagai sarana pembelajaran untuk meningkatkan kesehatan keluarga, dan berpotensi mengembangkan produk yang bernilai ekonomi.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Program pemberdayaan masyarakat melalui edukasi, pembuatan *mini garden* TOGA, dan pelatihan pembuatan wedang uwuh dapat meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan kesadaran masyarakat mengenai budidaya serta pemanfaatan tanaman secara tepat. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan tingkat pengetahuan peserta dari 48% menjadi 78%. Selain itu, masyarakat juga mampu memanfaatkan pekarangan sebagai media budidaya TOGA, memahami penggunaan tanaman obat yang aman dan rasional, dan mengembangkan *mini garden* sebagai sarana pembelajaran berkelanjutan. Program ini memberikan manfaat optimalisasi pemanfaatan lahan pekarangan, pelestarian lingkungan, dan berpotensi mendukung pengembangan produk herbal yang bernilai ekonomi. Kegiatan ini menjadi salah satu model pemberdayaan masyarakat berbasis potensi lokal untuk mendukung kemandirian keluarga dan peningkatan kesejahteraan masyarakat.

Saran

Berkelanjutan program perlu didukung melalui pendampingan secara berkala membentuk komunitas atau kader TOGA, memperluas pelatihan dan kewirausahaan, serta penguatan kolaborasi antara perguruan tinggi, pemerintah, dan mitra terkait. Evaluasi jangka panjang diperlukan untuk menilai keberlanjutan pemanfaatan TOGA dan dampaknya terhadap kesehatan dan perekonomian masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Yani FA, Susilawati. (2023). Kearifan lokal dalam pemberdayaan dan pemanfaatan tanaman obat keluarga (TOGA) untuk meningkatkan kesehatan masyarakat (*studi literatur*). *Jurnal Medika Nusantara*. 1(2):169–179.
- [2] Sodik A, Ainni AN, Rahayu TP, Arianti AF, Mulyana SE. (2023). Sosialisasi pemanfaatan tanaman obat keluarga. *Jurnal EMPATI (Edukasi Masyarakat, Pengabdian dan Bakti)*. 4(2):142.
- [3] Maulida R, Taufik M, Rahmah S, Chyntia Anggraini Y, Mahriana S, Yuliani E, et al. (2025). Edukasi pemanfaatan tanaman obat keluarga (toga) melalui pembuatan *mini garden* di RT 02 Desa Sepunggur. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*.
- [4] Damayanti O, Putra RM, Ningsih AW, Charles I, Rahmawati D, Ambari Y, et al. (2024). The making of TOGA (family medicinal plants) and its utilization in improving public health in Sumbergede Village. *International Journal of Asia Pacific Community Service*.
- [5] Ali Basri A, Maurida N, Angelia Silvanasari I. (2022). Pemberdayaan kader kesehatan dalam pemanfaatan tanaman obat keluarga (TOGA). *DEDIKASI SAINTEK: Jurnal Pengabdian Masyarakat*. 1(1): 28-36.
- [6] Damarwati VL, Krisridwany A, Wijaya SA. (2023). Community empowerment in the use of family medicinal plants (TOGA) in Cagunan Trimurti Bantul Yogyakarta. *Proceeding International Conference Of Community Services*. 1(2):1326-1332.
- [7] Sari Sm, Dewi TSK, Suprpti E, Aziez AF. (2025). TOGA education and socialization: building nature-based family health. *J Community Capacity Empowerment*. 3(2):76-80.
- [8] Dillasamola D, Putri BO, Fadil MS, Hasibuan AD, Pratiwi EE. (2025). Community empowerment in rural areas through the cultivation and production of traditional medicines based on medicinal plants in Batu Tanjung Village, Talawi, Sawahlunto City. *Warta Pengabdian Andalas*. 32(4):446–454.
- [9] Syarifah H, Fortuna E, Putri S, Rahmawati OF, Wulandari F, Hariyana N. (2025). Planting family medicinal plants (TOGA) to enhance the immune system of the lojejer village community. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*. 6(1). 48-54.

- [10] Yenny SW, Gustia R, Rahmatini, Usman E, Asri E, Akhyar G, *et al.* (2026). Community empowerment of nagari salimpek in developing a herbal cosmetic village based on family medicinal plants (TOGA). *Warta Pengabdian Andalas*. 33(1):67–74.
- [11] Mildawati R, Prasetya Nugroho B, Prasetyawan F, Kristijono A, Saristiana Y, Oktadiana I, *et al.* (2023). Virtual socialization about the use of family medicinal plants (TOGA) as an alternative for treatment. *Association of Education Lecturers and Teachers Journal*; 1.
- [12] Silviana E, Sari A, Ali B, Hanis N, Hayati R, Irwani M. (2026). Pemberdayaan Masyarakat Desa Timang Gajah 2 melalui pemanfaatan lahan untuk tanaman obat keluarga. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*. 8(1):134–149.
- [13] Rudini D, Ekawaty F, Sari PI, Sari YIP, Oktarina Y. (2024). Capacity building of residents in utilizing family medicinal plants as an alternative to self-medication [Internet]. *International Journal of Community Service*. 4(4):400-405.
- [14] Hidayati NR, Muhaerin K, Sari IM, Chahyani OD, Listiyani L, Afriliani P, *et al.* (2023). Community empowerment in the use of family medicinal plants (TOGA). *Community Empowerment*. (9):1416–1423.
- [15] Aqidah F, Pratiwi J, Antasari I, Wahid RR, Yudha M, Satriani J, *et al.* (2025). Enhancing community knowledge on the utilization of family medicinal plants (TOGA) for Disease Prevention. *Jurnal Sipakatau*. 2(5):115-123.