



Tersedia online di: journal.gunabangsa.ac.id

J.Abdimas: Community Health

ISSN (online): 2746-542X



Education on the Use of Family Medicinal Plants (TOGA) to Improve Maternal and Child Health in Sukaraja Village

Edukasi Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) untuk Meningkatkan Kesehatan Ibu dan Anak di Desa Sukaraja

Fatmawati Sinuhaji^{1*}, Gunarmi², Yustina Ananti³

^{1,2}Prodi S2 Bidan, STIKES Guna Bangsa Yogyakarta Indonesia

³Prodi S1 Bidan, STIKES Guna Bangsa Yogyakarta Indonesia

ABSTRACT

A significant portion of the community remains unaware of the benefits of medicinal plants commonly found in their surroundings; thus, community engagement activities focusing on family medicinal plants are necessary. Community service activities carried out in the form of educational activities on the use of family medicinal plants (TOGA) to improve maternal and child health in Sukaraja Village, Darul Makmur District, Nagan Raya Regency with the target being PKK cadres and mothers. The purpose of the service activity is to increase the knowledge of PKK cadres and mothers in increasing knowledge and behavior in utilizing family medicinal plants, so as to improve the degree of health of mothers and children. This educational activity was carried out in Sukaraja Village, Darul Makmur District, Nagan Raya Regency. This activity is in the form of direct education using leaflet media and herbal drink products that have been formed by the Service Team. The results showed that the knowledge of mothers in Sukaraja Village, Darul Makmur District, Nagan Raya Regency about TOGA and Temulawak innovation products increased significantly with the good category. Mothers are also very interested in practicing making Temulawak drink for the health of their mothers and children.

Keywords: education, family medicinal plants, improving health

INFORMASI ARTIKEL

Diterima : 07 Maret 2025
Direvisi : 21 April 2025
Disetujui : 21 April 2025
Dipublikasi : 31 Mei 2025

KORESPONDENSI

Fatmawati Sinuhaji
sinuhajifatmawati@gmail.com

Copyright © 2025 Author(s)



Di bawah lisensi *Creative Commons Attribution 4.0 International License*.

INTISARI

Sebagian besar dari masyarakat belum mengetahui manfaat dari tanaman obat keluarga yang tumbuh di halaman sekitar, maka perlu untuk dilakukan kegiatan pengabdian masyarakat tentang tanaman keluarga. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan berupa kegiatan edukasi pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) untuk meningkatkan kesehatan ibu dan anak di Desa Sukaraja Kecamatan Darul Makmur Kabupaten Nagan Raya dengan sasaran adalah kader dan ibu-ibu PKK. Tujuan kegiatan pengabdian adalah untuk menambah pengetahuan kader dan ibu-ibu PKK dalam meningkatkan pengetahuan dan perilaku dalam memanfaatkan tanaman obat keluarga, sehingga dapat meningkatkan derajat kesehatan ibu dan anak. Kegiatan edukasi ini dilaksanakan di Desa Sukaraja Kecamatan Darul Makmur Kabupaten Nagan Raya. Kegiatan ini berupa edukasi secara langsung menggunakan media leaflet dan produk minuman herbal yang sudah dibentuk Tim Pengabdian. Pre dan Post test dilaksanakan sebelum dan setelah kegiatan edukasi untuk mengetahui efektifitas edukasi yang dilaksanakan. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa pengetahuan ibu di Desa Sukaraja Kecamatan Darul Makmur Kabupaten Nagan Raya tentang TOGA dan produk inovasi temulawak meningkat secara

signifikan dengan kategori baik. Ibu juga sangat tertarik untuk mempraktekkan membuat minuman temulawak untuk kesehatan ibu dan anak mereka.

Kata kunci: edukasi, tanaman obat keluarga, meningkatkan kesehatan

PENDAHULUAN

Banyak orang di lingkungan tropis ini berusaha untuk tetap sehat dan aman untuk menghindari penyakit. Salah satunya adalah meningkatkan kekebalan tubuh, atau sistem kekebalan, agar tubuh tetap sehat dan terlindungi dari berbagai patogen (Parawansah dkk, 2020).

Sebanyak 59,12% penduduk Indonesia pernah mengonsumsi jamu untuk menjaga kesehatan dan sebagai obat. 24% masyarakat Indonesia masih mengonsumsi jamu atau Tanaman Obat Keluarga (TOGA), dengan 19,4% tinggal di perkotaan dan 30,6% tinggal di pedesaan. Ramuan TOGA dapat berupa ramuan buatan sendiri atau ramuan jadi dalam bentuk sediaan jadi (Nuwantari dkk., 2023).

Tanaman obat keluarga, atau yang sebelumnya dikenal dengan sebutan apotek hidup, adalah berbagai jenis tanaman obat yang dapat ditanam di pekarangan rumah atau sekitar lingkungan rumah. Tanaman-tanaman ini biasanya dipilih karena bisa digunakan untuk pertolongan pertama atau untuk mengobati kondisi ringan seperti demam dan batuk (Sari dkk., 2019). Tanaman herbal ini dapat ditanam di halaman rumah atau di area sekitar rumah. Para ahli herbal yang mengetahui cara memanfaatkan dan manfaat dari berbagai spesies tumbuhan tertentu menjadikannya alternatif pengobatan alami yang aman untuk keluarga. Namun, masyarakat umumnya memiliki pengetahuan dan pengalaman yang terbatas mengenai penggunaan TOGA dalam kesehatan dan keuangan rumah tangga (Pranadewi dkk., 2023). Keanekaragaman hayati yang mencakup ratusan jenis tanaman obat tidak hanya berguna untuk penyembuhan dan pencegahan penyakit, tetapi juga untuk meningkatkan daya tahan tubuh dan menyegarkan kembali kesehatan, yang pada akhirnya mendukung kesehatan masyarakat (Ceriana dkk., 2022).

Edukasi pemanfaatan TOGA dilakukan dalam meningkatkan kesehatan ibu dan anak melalui minuman herbal penambah imun. Edukasi ini membahas minuman herbal TOGA, yang merupakan inovasi minuman penambah kekebalan yang dibuat dengan bahan-bahan mudah diperoleh. Mengonsumsi suplemen dan makanan bergizi merupakan suatu cara menjaga imunitas. Edukasi pemanfaatan tanaman TOGA terbukti mampu meningkatkan pengetahuan peserta mengenai pemanfaatan tanaman TOGA (Nuwantari dkk., 2023).

Salah satu contoh TOGA yang dapat digunakan untuk meningkatkan kekebalan tubuh adalah temulawak yang direbus dan kemudian diminum air rebusannya (Meilina dkk, 2020). Kasiat temulawak untuk menjaga kesehatan dan mengobati penyakit. Sebagai sediaan fitoterapi yang aman dan berguna, temulawak sebagai bahan obat tradisional akan menjadi fokus pengembangan obat tradisional Indonesia (Basuki dkk, 2020).

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan tujuan untuk mendidik kader dan ibu-ibu PKK mengenai cara meningkatkan kesehatan dan gizi ibu dan anak dan mengajarkan mereka untuk melanjutkan memberikan edukasi kepada masyarakat tentang meningkatkan kesehatan ibu dan anak salah satunya dengan produk inovasi TOGA berupa minuman temulawak di Desa Sukaraja Kecamatan Darul Makmur Kabupaten Nagan Raya.

METODE

Untuk meningkatkan kesehatan ibu dan anak, solusi masalah yang ditawarkan adalah memberikan informasi atau pendidikan kepada ibu hamil, khususnya mahasiswa kebidanan, tentang pemanfaatan TOGA untuk meningkatkan kesehatan ibu dan anak. Strategi yang dilakukan dalam

pelaksanaan kegiatan meliputi pengorganisasian kelompok, kegiatan pre-test, penyampaian materi pemanfaatan TOGA, kegiatan post-test dan monitoring. Adapun penjelasan mengenai tahapan kegiatan tersebut adalah sebagai berikut Kegiatan Pre-test, untuk mengetahui pengetahuan dan perilaku kader dan ibu-ibu PKK mengenai pemanfaatan TOGA. Pendataan kader dan ibu-ibu PKK untuk kegiatan edukasi lanjutan menggunakan media sosial. Penyampaian materi tentang pemanfaatan TOGA untuk meningkatkan status kesehatan ibu dan anak menggunakan media promosi kesehatan leaflet. Kegiatan Post-test, untuk mengetahui peningkatan pengetahuan dan sikap responden terhadap materi yang disampaikan. Kegiatan monitoring dan evaluasi dilakukan setelah rangkaian kegiatan promosi dilaksanakan yang tujuannya mengetahui perubahan perilaku kader dan ibu-ibu PKK.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan kepada 15 ibu-ibu PKK mengenai edukasi pemanfaatan TOGA dalam meningkatkan kesehatan ibu dan anak di Desa Sukaraja Kecamatan Darul Makmur Kabupaten Nagan Raya, kegiatan ini dilakukan pada 11 Januari – 15 Februari 2024.

Tabel 1. Distribusi Umur Ibu di Desa Sukaraja Kecamatan Darul Makmur Kabupaten Nagan Raya Tahun 2024

No	Usia	Frekuensi	Persentase (%)
1	25-30 tahun	5	33
2	31-35 tahun	6	40
3	>35	4	27
Jumlah		15	100

Berdasarkan tabel 1 hasil pengabdian menggambarkan sebagian besar ibu di Desa Sukaraja Kecamatan Darul Makmur Kabupaten Nagan Raya berumur 31-35 tahun yaitu sebanyak 6 orang atau 40%, dan paling sedikit adalah ibu berumur lebih dari 35 tahun sebanyak 27%.



Gambar 1. Dokumentasi Pemberian Edukasi Ibu-ibu PKK Mengenai Edukasi Pemanfaatan TOGA di Posyandu Melati Desa Sukaraja Kecamatan Darul Makmur Kabupaten Nagan Ray

Hasil pengabdian masyarakat ini dilakukan melalui edukasi dalam upaya meningkatkan pengetahuan tentang TOGA serta menciptakan produk inovasi minuman temulawak untuk meningkatkan kesehatan ibu dan anak. Dalam hasil kegiatan sebelum diberikan edukasi menunjukkan

mayoritas ibu mempunyai pengetahuan kurang, sedangkan setelah edukasi mayoritas ibu mempunyai pengetahuan baik tentang manfaat TOGA. Selain itu kegiatan ini dilakukan untuk mensosialisasikan cara mengolah TOGA khususnya temulawak menjadi produk inovasi untuk meningkatkan kesehatan ibu dan anak. Adapun peningkatan pengetahuan ibu-ibu PKK mengenai edukasi pemanfaatan TOGA dalam meningkatkan kesehatan ibu dan anak ditunjukkan pada tabel dibawah ini.

Tabel 2. Pengetahuan Ibu Mengenai Edukasi Pemanfaatan TOGA

No	Pengetahuan	Baik		Cukup		Kurang		Jumlah	
		F	(%)	F	(%)	F	(%)	F	(%)
1	Pretest	2	13	3	20	10	67	15	100
2	Posttest	10	67	3	20	2	13	15	100

Sumber: Posyandu Melati Desa Sukaraja Kecamatan Darul Makmur Kab Nagan Raya

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa ada peningkatan signifikan pengetahuan ibu tentang tanaman obat keluarga (Toga) pada pretest sebagian besar pengetahuan kurang 67% pada post test sebagian besar pengetahuan baik 67% di Desa Sukaraja Kecamatan Darul Makmur Kabupaten Nagan Raya.

Berikut bahan-bahan yang dibutuhkan dan proses pembuatan minuman temulawak yaitu sebagai berikut Bahan 300 gr temulawak, 30 gr kunyit, 3 batang serai, 200 gr gula batu, 1 liter air. Adapun cara proses pembuatannya yaitu mencuci bersih dan kupas semua rempah-rempah, kemudian iris tipis-tipis rempah, rebus semua rempah dalam panci sampai mendidih, tambahkan gula dan garam secukupnya, pastikan diaduk hingga tercampur rata, angkat dan tuang hingga air bersuhu ruang dan sajikan selagi hangat.

Berdasarkan penelitian sebelumnya Silsilia (2021) menunjukkan hasil bahwa temulawak dapat meningkatkan nafsu makan anak usia toddler dengan mengolah temulawak menjadi serbuk temulawak instan yang disukai anak-anak. Hal ini dapat meningkatkan kesehatan anak. Hal serupa juga dilakukan pada penelitian Indah (2022) yaitu sari temulawak berpengaruh dalam meningkatkan volume ASI ibu postpartum. Intervensi pemberian temulawak dapat dilakukan untuk meningkat kesehatan ibu dan bayi.



Gambar 2. Produk Inovasi Minuman Temulawak



Gambar 3. Foto bersama kegiatan pengabmas

KESIMPULAN

Pengetahuan ibu tentang TOGA dan produk inovasi temulawak di Desa Sukaraja Kecamatan Darul Makmur Kabupaten Nagan Raya mengalami peningkatan yang signifikan mencapai kategori baik. Ibu di wilayah tersebut juga antusias mempraktekkan cara mengolah minuman temulawak untuk kesehatan ibu dan anak. Harapannya semakin aktifnya kader dan ibu-ibu PKK dalam menyebarkan informasi pembuatan minuman temulawak untuk kesehatan ibu dan anak di Desa Sukaraja Kecamatan Darul Makmur Kabupaten Nagan Raya. Serta saran bagi pengabdian kegiatan selanjutnya adalah untuk memperkenalkan atau menambah metode lain selain minuman temulawak yang bermanfaat bagi ibu dan anak.

APRESIASI

Kami mengucapkan terima kasih kepada ibu dan anak di Posyandu Melati Desa Sukaraja Kecamatan Darul Makmur Kabupaten Nagan Raya yang telah menjadi mitra dalam pengabdian masyarakat ini, dan semua pihak yang terlibat dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Aisyah Tri Septiana (2019). Aktivitas Antioksidan dan Sifat Fisikokimia Madu Temulawak (*Curcuma zanthorrhiza* Roxb) yang Ditambah Ekstrak Jahe (*Zingiber officinale* Rosc) Jurnal Aplikasi Teknologi Pangan 8 (4) 201.
- Ceriana, R., Verawati, V., Mardiana, R., Lidyawati, L., Dita, S. F., & Rejeki, D. P. (2022). Pemanfaatan Tanaman Toga di Perkarangan Rumah untuk Meningkatkan Kekebalan Tubuh. *Jurnal Abdidas*, 3(3), 474–478. <https://doi.org/10.31004/abdidas.v3i3.570>.
- Choironi, NA (2018). Pengaruh edukasi terhadap pemanfaatan dan peningkatan produktivitas tanaman obat keluarga (TOGA) sebagai minuman herbal instan di desa ketenger baturraden. *Kartika: Jurnal Imiah Farmasi*, Jun 2018, 6(1), 1-5 p-ISSN 2354-6565 /e-ISSN 2502-3438.
- Dinda, HS., Rizky A., Zahra A.H., & Sawitri, Y (2021). Edukasi dan Menanam Tanaman Obat Keluarga (TOGA di Masa Pandemi Covid-19. E-ISSN: 2714-6286. Website: <http://jurnal.umj.ac.id/index.php/semnaskat>.

- Nuswantari, SA., Fermansyah, T., Pujiastutik, E., & Febianza, N.R (2023). Edukasi Inovasi Minuman berbahan dasar Toga untuk Meningkatkan Imun di Masa Pandemi Covid-19. *Abdimasku*, Vol. 6, No. 2, Mei 2023: 658-666.
- Pranadewi, A., Nadia Pasaribu, S., Rosada, A., Junianto, R., Studi Manajemen, P., & Ekonomi, F. (2023). Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (Toga) Untuk Mewujudkan Masyarakat Sehat Di Desa Kemang. *Communnity Development Journal*, 4(3), 6421–6426.
- Rosidi, A., Khomsan, A., Setiawan, B., Riyadi, H., & Briawan, D (2018). Potensi Temulawak (*Curcuma xanthorrhiza* Roxb) sebagai Antioksidan. Universitas Muhammadiyah Semarang.
- Siska Mayang Sari, Ennimay, & Tengku, A. R. (2019). Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) Pada Masyarakat. *Dinamisia : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3, 1–7. <https://doi.org/10.31849/dinamisia.v3i2.2833>.
- Surya, SA (2021). Pelatihan Produksi Minuman Serbuk Jahe, Kunyit, Temulawak Majelis Ta'lim Irsyaadul Ibaad dan PKK Bailang Upaya Peningkatan Produktivitas Ekonomi dan Imunitas. Volume 3 Nomor 3, [Desember 2021 hal 16-24ISSN2685-1091 DOI: <https://doi.org/10.35799/vivabio.v3i3.36640>
- Ungu, NK., Faezal, IT., Febrianti, DA., Pujianti, I., Indriani, AND., Mubarok, EMA., Qodam., Suryaningrum, I., Nadzif, M., Umiyati, I., & Maulana, A (2022). Pembuatan Taman Edukasi TOGA (Tanaman Obat Keluarga) di Desa Larangankulon Kecamatan Mojotengah Kabupaten Wonosobo.Jawa Tengah: JPMM.