



## MENINGKATKAN KESADARAN KESEHATAN MASYARAKAT DESA WONODADI DI KABUPATEN BLITAR MELALUI PROMOSI GAYA HIDUP SEHAT DENGAN PEMANFAATAN TANAMAN OBAT

### INCREASING HEALTH AWARENESS OF THE WONODADI VILLAGE COMMUNITY IN BLITAR REGENCY THROUGH THE PROMOTION OF HEALTHY LIFESTYLES USING MEDICINAL PLANTS

Assolychathu Jaroh<sup>1\*</sup>, Firdania Firdaus R<sup>2</sup>, Ary Kristijono<sup>3</sup>, Bandhi Prasetya<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup>STIKes Ganesha Husada, Kediri, Jawa Timur

Alamat Korespondensi : Jln. Soekarno Hatta Gang, Jl. Budaya Cipta 2 No.02, Tepus, Sukorejo, Kec. Ngasem, Kabupaten Kediri, Jawa Timur  
E-mail: <sup>1)</sup> [assolychatuz@gmail.com](mailto:assolychatuz@gmail.com)

#### Abstrak

TOGA (Tanaman Obat Keluarga) adalah tanaman yang ditanam di sekitar tempat tinggal oleh keluarga karena memiliki manfaat sebagai obat. Tanaman ini juga sering disebut sebagai apotek hidup. Beberapa jenis TOGA yang umum dibudidayakan meliputi empon-empon, rempah-rempah, belimbing, delima, kangkung, dan daun pepaya. Budidaya TOGA dapat menjadi salah satu cara untuk meningkatkan kesejahteraan keluarga, terutama dalam aspek pangan. Namun, masih banyak masyarakat yang belum menyadari pentingnya tanaman ini bagi kehidupan mereka. Oleh karena itu, diperlukan upaya peningkatan kesadaran melalui penyuluhan dan pelatihan budidaya TOGA. Kegiatan ini bertujuan untuk memperluas pemahaman serta meningkatkan keterampilan masyarakat dalam mengelola tanaman obat keluarga. Program ini dilaksanakan di Desa Wonodadi, Kabupaten Blitar, dengan pendekatan berupa ceramah dan demonstrasi

#### Abstract

Family Medicinal Plants (TOGA) are cultivated by households around their homes due to their medicinal benefits. These plants are also known as a "living pharmacy." Common TOGA varieties include empon-empon, various spices, starfruit, pomegranate, water spinach, papaya leaves, and more. The cultivation of medicinal and aromatic plants can serve as a means to enhance family welfare, particularly in the food sector. However, many people are still unaware of the significance of TOGA for their well-being. Therefore, raising public awareness about health through educational programs and training in TOGA cultivation is essential. These initiatives aim to improve community knowledge and skills in managing medicinal plants. The program is carried out in Wonodadi Village, Blitar Regency, using lectures and demonstrations as teaching methods.

**Kata kunci:** Pemberdayaan masyarakat, Tanaman Obat Keluarga

#### 1. PENDAHULUAN

Desa Wonodadi terkenal dengan kesuburan tanahnya, sehingga mayoritas penduduk mengandalkan pertanian dan peternakan sebagai mata pencaharian utama. Berada di lokasi strategis di Kabupaten Blitar, desa ini memperoleh keuntungan dari kondisi geografis yang mendukung. Tanah di wilayah ini didominasi oleh tanah hitam yang kaya akan nutrisi, menjadikannya sangat cocok untuk budidaya tanaman sekunder seperti kedelai, kacang tanah, kacang panjang, jagung, serta berbagai jenis umbi-umbian. Meskipun masyarakat setempat memiliki pengalaman dalam bercocok tanam, pengetahuan mereka masih terbatas pada teknik budidaya tradisional, dan mereka belum sepenuhnya memahami manfaat tanaman sekunder sebagai tanaman obat.

Program pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan dan pemahaman warga Wonodadi dalam pengobatan mandiri serta pengelolaan kebun Tanaman Obat Keluarga (TOGA). Dengan lahan pertanian dan perkebunan yang luas, desa ini memiliki potensi besar untuk menerapkan praktik pertanian berkelanjutan. Keberadaan "TURI PUTIH," sebuah fasilitas yang telah dibangun di salah satu dusun di Wonodadi, semakin mempermudah masyarakat dalam membudidayakan dan mengelola tanaman TOGA. Hal ini selaras dengan pendapat Soleh (2017), yang menyatakan bahwa sumber daya, potensi, dan kapasitas suatu desa dapat dikembangkan untuk meningkatkan kesejahteraan masyarakatnya.

Tanaman Obat Keluarga (TOGA) adalah jenis tanaman yang dibudidayakan di sekitar rumah dan berperan sebagai apotek hidup, memungkinkan pemanfaatan bahan alami untuk kebutuhan pengobatan. Budidaya TOGA dapat menjadi salah satu strategi dalam meningkatkan kesejahteraan keluarga, khususnya dalam memperkuat ketahanan pangan. Selain itu, penanaman TOGA juga menawarkan solusi terhadap meningkatnya harga obat-obatan, yang dapat berpengaruh pada penurunan status kesehatan masyarakat (Linda & Lestari, 2020). Oleh karena itu, edukasi mengenai pengelolaan TOGA menjadi sangat penting guna meningkatkan kesadaran masyarakat akan kesehatan. TOGA memiliki berbagai manfaat bagi kesehatan dan cenderung memiliki efek samping yang lebih ringan dibandingkan obat berbahan kimia. Keberadaan tanaman obat di sekitar tempat tinggal sangat membantu, terutama bagi keluarga dengan akses terbatas terhadap fasilitas kesehatan (Pradikta dkk, 2021).

TOGA dapat dimanfaatkan untuk berbagai keperluan kesehatan, termasuk sebagai langkah pencegahan penyakit (preventif), peningkatan status kesehatan (promotif), pengobatan (kuratif), serta pemulihan kondisi kesehatan (rehabilitatif). Selain itu, TOGA juga berkontribusi dalam meningkatkan kesejahteraan keluarga, terutama dengan memperbaiki status gizi, menciptakan lingkungan yang lebih sehat, serta mendukung konservasi tanaman obat (Sari dkk, 2021). Pamungkas (2021) juga mengungkapkan bahwa masyarakat mulai beralih ke TOGA karena lebih ekonomis dan dapat dibudidayakan secara mandiri. Selain itu, satu jenis tanaman umumnya memiliki lebih dari satu manfaat farmakologis, sehingga dapat digunakan dalam pengobatan maupun pencegahan penyakit degeneratif dan metabolik.

Dengan memanfaatkan tanaman obat, masyarakat dapat secara mandiri memperoleh obat herbal serta mengolahnya menjadi produk bernilai jual. Selain itu, pelatihan dan edukasi mengenai TOGA juga berperan dalam mendukung program pemerintah yang bertujuan meningkatkan pemanfaatan tanaman obat demi meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat.

Menanam tanaman obat keluarga merupakan salah satu metode efektif dalam mengatasi berbagai permasalahan kesehatan di lingkungan sekitar. Terlebih lagi, kondisi tanah di Desa Wonodadi yang umumnya subur sangat mendukung pengembangan dan budidaya TOGA.

## **2. METODE PELAKSANAAN**

Program pengabdian kepada masyarakat ini menerapkan berbagai metode, seperti ceramah, diskusi, tanya jawab, dan demonstrasi langsung. Metode ceramah digunakan dalam sesi kelas untuk menyampaikan teknik budidaya Tanaman Obat Keluarga (TOGA). Setelah pemaparan materi, diskusi dan sesi tanya jawab dilakukan agar peserta dapat berinteraksi dan memperdalam pemahaman mereka. Sementara itu, metode demonstrasi diterapkan dalam kegiatan praktik di luar ruangan, di mana peserta diberikan panduan mengenai teknik penanaman TOGA yang benar. Diskusi ini mencakup berbagai jenis tanaman obat serta manfaatnya dalam kehidupan sehari-hari, dan diakhiri dengan sesi tanya jawab setelah proses penanaman selesai.

Kegiatan ini dibagi menjadi dua tahap utama, yaitu tahap persiapan dan tahap pelaksanaan. Pada tahap persiapan, dilakukan pengaturan lokasi, penyediaan fasilitas dan peralatan yang dibutuhkan, serta koordinasi dengan peserta. Sementara itu, tahap pelaksanaan meliputi pengenalan TOGA, termasuk pengertian, jenis tanaman, serta manfaatnya bagi kesehatan. Sesi ini berlangsung di Balai Desa Wonodadi dan dipandu oleh narasumber dari STIKes Ganesha Husada. Materi disampaikan menggunakan media PowerPoint, dengan peserta yang terdiri dari ibu-ibu PKK serta perwakilan masyarakat dari berbagai dusun di Desa Wonodadi.

Setelah penyampaian materi, peserta mengikuti sesi praktik langsung untuk mempelajari teknik penanaman TOGA dengan benar. Kegiatan ini dilaksanakan di area luar Balai Desa Wonodadi, di mana setiap peserta diberikan media tanam, polybag, dan bibit TOGA. Dengan bimbingan yang tepat, seluruh peserta berpartisipasi dalam demonstrasi praktik, memungkinkan mereka untuk memahami cara mengelola kebun TOGA dengan baik serta memaksimalkan pemanfaatan tanaman obat di pekarangan rumah.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Melalui kegiatan ini, peserta memperoleh wawasan baru bahwa TOGA (Tanaman Obat Keluarga) tidak hanya terbatas pada tanaman herbal dan rempah-rempah, tetapi juga mencakup beberapa jenis buah dan sayuran, seperti belimbing, delima, kangkung, dan daun pepaya. Selama sesi penyampaian materi, peserta mendengarkan dengan penuh perhatian, dengan hanya sedikit pertanyaan yang diajukan di akhir sesi. Diskusi interaktif dan sesi tanya jawab memberikan kesempatan bagi peserta untuk berinteraksi langsung dengan pemateri serta memperdalam pemahaman mereka tentang topik yang dibahas.



**Gambar 1.** Pemberian penyuluhan kepada ibu PKK dan warga sekitar

Setelah sesi penyampaian materi, peserta melanjutkan dengan praktik langsung menanam TOGA di Balai Desa Wonodadi. Dengan arahan dari penyuluh dan mahasiswa, mereka terlebih dahulu menyiapkan media tanam dalam polybag sebelum memulai proses penanaman. Setiap peserta berpartisipasi aktif dalam setiap tahap, mulai dari mengolah tanah hingga menanam bibit. Selain itu, para penyuluh memberikan demonstrasi mengenai teknik penanaman yang tepat. Peserta menunjukkan antusiasme tinggi saat mereka menerapkan pengetahuan yang baru diperoleh dalam praktik secara langsung.



**Gambar 2.** Sesi Tanya Jawab

Setelah proses penanaman selesai, tim pengabdian masyarakat mendistribusikan berbagai jenis tanaman obat kepada warga Desa Wonodadi. Penanamana TOGA ini bertujuan untuk mendorong masyarakat agar lebih aktif dalam membudidayakan TOGA, sehingga mereka dapat dengan mudah merawat dan memperbanyak tanaman obat di lingkungan sekitar. Namun, selama

pelaksanaan kegiatan, terdapat beberapa kendala, seperti kondisi lahan tanam yang luas namun masih gersang dengan sedikit vegetasi, serta keberadaan hewan peliharaan warga yang berkeliaran di sekitar halaman balai desa.



**Gambar 3.** Pembagian Tanaman pada warga sekitar

Pelatihan budidaya TOGA ini memberikan dampak positif dalam meningkatkan keterampilan dan pemahaman warga Desa Wonodadi. Temuan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Choirini pada tahun 2019, yang menyatakan bahwa program edukasi dan pelatihan mengenai TOGA dapat meningkatkan kesadaran serta keterampilan masyarakat di Desa Ketenger, Baturraden, Purwokerto. Selain itu, program ini juga berperan dalam meningkatkan kesejahteraan masyarakat dengan mendorong pemanfaatan pekarangan rumah untuk budidaya TOGA, yang pada akhirnya berkontribusi terhadap peningkatan kesadaran kesehatan dan kesejahteraan warga secara keseluruhan.

Program pengabdian masyarakat ini membawa manfaat yang signifikan bagi warga Desa Wonodadi. Selain mendapatkan wawasan mendalam tentang TOGA, peserta juga memiliki kesempatan untuk menyebarluaskan pengetahuan tersebut kepada masyarakat sekitar. Diharapkan penanaman ini dapat terus mendorong praktik budidaya TOGA, meningkatkan kesadaran akan pentingnya kesehatan, serta mendukung pemanfaatan tanaman obat secara berkelanjutan. Kegiatan ini diakhiri dengan upacara penutupan dan doa bersama sebagai tanda berakhirnya seluruh rangkaian kegiatan.

#### 4. KESIMPULAN

Dari kegiatan pengabdian masyarakat ini, dapat disimpulkan bahwa pelatihan penanaman TOGA (Tanaman Obat Keluarga) telah memberikan dampak positif bagi warga Desa Wonodadi, terutama dalam meningkatkan pemahaman dan keterampilan mereka dalam mengelola kebun tanaman obat. Masyarakat kini lebih memahami berbagai jenis tanaman obat serta manfaatnya dalam menjaga kesehatan keluarga. Selain itu, mereka juga memperoleh keterampilan praktis dalam menanam dan membudidayakan TOGA, yang sesuai dengan kondisi alam Desa Wonodadi yang subur dan mendukung pertanian.

Pengembangan kebun TOGA membawa manfaat besar bagi masyarakat, mengingat tanaman obat keluarga lebih ekonomis dibandingkan obat kimia, mudah dibudidayakan, serta didukung oleh kesuburan tanah di desa ini. Dengan adanya program pengabdian ini, diharapkan potensi pertanian dan perkebunan warga dapat terus dikembangkan dan dimanfaatkan secara optimal untuk meningkatkan kesejahteraan masyarakat.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aslamiah, S., Afitah, I., & Mariaty, M. (2017). Peningkatan Kesehatan Masyarakat melalui Pemberdayaan Wanita dalam Pemanfaatan Lahan Pekarangan dengan Tanaman Obat Keluarga (TOGA). *PengabdianMu: Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 111–117. <https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v2i2.63>
- Atmojo, M., & Darumurti, A. (2021). Pemberdayaan Masyarakat Melalui Tanaman Obat Keluarga (TOGA). *Jurnal Abdimas BSI: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), 100–109. <https://doi.org/10.31294/jabdimas.v4i1.8660>.
- Choironi, N. A., Wulandari, M., & Susilowati, S. S. (2019). Pengaruh edukasi terhadap pemanfaatan dan peningkatan produktivitas tanaman obat keluarga (TOGA) sebagai minuman herbal instan di Desa Ketenger Baturraden. *Kartika : Jurnal Ilmiah Farmasi*, 6(1), 1. <https://doi.org/10.26874/kjif.v6i1.115>.
- Lidar, S., & Lestari, S. U. (2020). Pembudidayaan Tanaman Obat Keluarga ( Toga ) Pada Kelompok Wanita Tani ( KWT ) Seroja Kelurahan Rumbai Bukit Kecamatan Rumbai Barat Kota Pekanbaru. *Prosiding seminar nasional pengabdian kepada masyarakat*.
- Pamungkas, S. J., Alamsyah, M. R. N., Nikhayatul, A., & Hanik, D. S. U. (2021). Sosialisasi penggunaan tanaman obat keluarga (toga) untuk mewujudkan masyarakat sehat di kelurahan wates. *Abdipraja (jurnal pengabdian kepada masyarakat)*, 2(1).
- Pradikta, H. Y., Sopiya, S., & Dayani, T. R. (2021). Pemberdayaan Masyarakat dalam Pemanfaatan dan Pembuatan Kebun Tanaman Obat Keluarga pada Komunitas Ibu PKK di Pekon Banjar Agung Udik, Kecamatan Pugung, Kabupaten Tanggamus. *Wisanggeni : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(2).
- Sari, R. E., A, F. A. S., & Martin, A. R. (2021). Manfaat berkebun tanaman obat keluarga ( toga ) untuk kesehatan mental & jiwa di masa pandemi covid-19. *Prosiding seminar nasional hasil pengabdian kepada masyarakat*, 1(1).