

PENGARUH PELATIHAN PEMANFAATAN TANAMAN OBAT KELUARGA (TOGA) TERHADAP KEMANDIRIAN KESEHATAN MASYARAKAT DI WILAYAH TITI PAPAN

Effectiveness of Education on the Prevention of High-Risk Pregnancy Toward Pregnant Womens's Knowledge at Puskesmas Sei Kera Hilir I

Fery Arjuna Sembiring¹, Henni Safrida², Rafika Andriani³

¹ Program Studi D-3 Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Deztron Indonesia

² Program Studi D-3 Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Deztron Indonesia

³ Program Studi D-3 Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Deztron Indonesia

Email Corresponding author: feryarjunasembiring@udi.ac.id

Abstrak

Pelatihan pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) merupakan salah satu strategi pemberdayaan masyarakat dalam meningkatkan kemampuan merawat kesehatan secara mandiri. Rendahnya pemanfaatan tanaman obat dan ketergantungan masyarakat pada pengobatan modern masih menjadi tantangan di wilayah Titi Papan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pelatihan pemanfaatan TOGA terhadap peningkatan kemandirian kesehatan masyarakat. Desain penelitian menggunakan quasi-experiment dengan pendekatan pretest–posttest tanpa kelompok kontrol. Sampel terdiri dari 60 warga yang dipilih dengan teknik purposive sampling. Intervensi berupa pelatihan yang meliputi pengenalan jenis tanaman obat, cara penanaman, teknik peracikan sederhana, hingga pemanfaatannya untuk keluhan kesehatan ringan. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner pengetahuan dan kemandirian kesehatan yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada skor pengetahuan masyarakat ($p = 0,001$) dan kemandirian dalam mengelola kesehatan keluarga ($p = 0,003$) setelah dilakukan pelatihan. Peserta menunjukkan kemampuan yang lebih baik dalam mengenali tanaman obat, meracik ramuan sederhana, serta mengambil keputusan awal terkait penanganan penyakit ringan sebelum mencari layanan kesehatan formal. Temuan ini menunjukkan bahwa pelatihan TOGA efektif meningkatkan literasi kesehatan serta kemandirian masyarakat. Penelitian ini merekomendasikan agar pelatihan TOGA dijadikan program berkelanjutan di fasilitas kesehatan tingkat pertama untuk mendukung upaya promotif dan preventif dalam pelayanan kesehatan masyarakat.

Kata Kunci: TOGA, Pelatihan, Kemandirian Kesehatan, Pemberdayaan.

Abstract

Training in the utilization of Family Medicinal Plants (TOGA) is one of the key community empowerment strategies aimed at improving the ability of individuals to manage their health independently. Low utilization of herbal plants and the community's reliance on modern treatment remain challenges in the Titi Papan area. This study aims to determine the effect of TOGA utilization training on improving community health independence. The study employed a quasi-experimental design using a pretest–posttest approach without a control group. The sample consisted of 60 residents selected through purposive sampling. The intervention included training sessions covering the introduction of medicinal plant types, cultivation methods, simple processing techniques, and the use of herbal preparations to manage minor health complaints. Data were collected using a validated and reliable questionnaire measuring knowledge and health independence. The results showed a significant improvement in participants' knowledge scores ($p = 0,001$) and independence in managing family health ($p = 0,003$) after the training. Participants demonstrated better ability to identify medicinal plants, prepare simple herbal remedies, and make initial decisions regarding mild health conditions prior to seeking formal

health services. These findings indicate that TOGA training is effective in increasing community health literacy and independence. The study recommends integrating TOGA-based educational programs into primary healthcare services as a sustainable promotive and preventive effort in community health development.

Keywords: TOGA, Training, Health Independence, Empowerment.

A. PENDAHULUAN

Kemandirian kesehatan masyarakat merupakan salah satu pilar penting dalam upaya peningkatan derajat kesehatan, terutama di wilayah dengan keterbatasan akses layanan kesehatan formal. Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) menjadi salah satu strategi yang efektif untuk meningkatkan kemampuan masyarakat dalam melakukan perawatan kesehatan sederhana secara mandiri. TOGA tidak hanya berfungsi sebagai alternatif pengobatan berbasis herbal, tetapi juga sebagai bentuk pemberdayaan masyarakat dalam mengenali, mengolah, dan memanfaatkan tanaman obat yang tersedia di lingkungan sekitar. Namun, pemahaman dan keterampilan masyarakat terkait penggunaan TOGA masih tergolong rendah di banyak wilayah, termasuk di daerah Titi Papan.

Pelatihan pemanfaatan TOGA diperlukan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat dalam pengolahan tanaman obat secara benar, sehingga pemanfaatannya dapat lebih optimal. Pelatihan yang terstruktur mampu memberikan pemahaman mengenai jenis tanaman obat, manfaatnya, cara budidaya, serta teknik pengolahan sederhana untuk pengobatan ringan sehari-hari. Selain itu, edukasi TOGA juga dapat menumbuhkan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya menjaga kesehatan secara preventif sebelum kondisi menjadi lebih berat dan membutuhkan intervensi medis.

Wilayah Titi Papan merupakan salah satu daerah dengan potensi pemanfaatan tanaman obat yang cukup melimpah, namun belum diikuti dengan tingkat pemanfaatan yang optimal oleh warga. Rendahnya pengetahuan dan belum adanya pelatihan terpadu menjadi faktor yang menghambat kemandirian kesehatan masyarakat. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk menganalisis pengaruh pelatihan pemanfaatan TOGA

terhadap peningkatan kemandirian kesehatan masyarakat di wilayah tersebut. Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi dasar pengembangan program pemberdayaan masyarakat berbasis herbal yang berkelanjutan.

B. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain pre-eksperimental dengan pendekatan one group pretest-posttest, yang bertujuan untuk mengetahui efektivitas pelatihan pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) terhadap kemandirian kesehatan masyarakat di wilayah Titi Papan. Populasi penelitian adalah seluruh masyarakat yang mengikuti kegiatan pelatihan TOGA di wilayah tersebut, dengan jumlah sampel 40 responden yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling berdasarkan kriteria: tinggal di wilayah Titi Papan, mengikuti pelatihan secara lengkap, dan bersedia menjadi responden. Instrumen penelitian berupa kuesioner pengetahuan dan lembar observasi keterampilan yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Pelatihan dilakukan dalam bentuk penyuluhan, demonstrasi cara budidaya dan pengolahan TOGA, serta praktik langsung oleh peserta. Pengukuran tingkat pengetahuan dan kemandirian dilakukan sebelum dan sesudah pelatihan. Data dianalisis menggunakan uji t berpasangan (paired t-test) untuk mengetahui perbedaan skor pretest dan posttest. Hasil signifikan ditentukan berdasarkan nilai $p < 0,05$.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pelatihan pemanfaatan TOGA memiliki efektivitas tinggi dalam meningkatkan pengetahuan dan kemandirian kesehatan masyarakat di wilayah Titi Papan. Peningkatan nilai rata-rata pengetahuan dari 56,2 menjadi 87,4 menggambarkan bahwa materi

yang diberikan, seperti identifikasi tanaman obat, manfaat, cara budidaya, dan teknik pengolahan, mampu dipahami dengan baik oleh peserta. Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa edukasi berbasis praktik langsung dan demonstrasi dapat meningkatkan pemahaman masyarakat tentang pengobatan tradisional secara signifikan.

Peningkatan kemandirian masyarakat setelah pelatihan juga menunjukkan bahwa TOGA dapat menjadi solusi praktis untuk mendukung perawatan kesehatan dasar. Masyarakat mulai mampu mengenali jenis tanaman obat di lingkungan sekitar dan memanfaatkannya untuk penanganan keluhan ringan, sehingga mengurangi ketergantungan terhadap fasilitas kesehatan untuk kondisi yang dapat ditangani secara mandiri. Pelatihan yang melibatkan praktik langsung terbukti meningkatkan rasa percaya diri peserta dalam mengolah TOGA, yang pada akhirnya mendorong perubahan perilaku kesehatan yang lebih positif.

Faktor lain yang turut mendukung peningkatan kemandirian adalah metode pembelajaran interaktif yang digunakan, seperti demonstrasi pengolahan tanaman serta diskusi kelompok. Hal ini memperkuat proses internalisasi pengetahuan dan keterampilan peserta. Keseluruhan temuan penelitian ini menegaskan bahwa pelatihan TOGA merupakan intervensi yang efektif untuk pemberdayaan masyarakat dan dapat dijadikan program berkelanjutan di wilayah tersebut.

Variabel	Pretest (Mean/ %)	Posttest (Mean/%)	Peningkatan	Nilai p
Pengetahuan	56,2	87,4	+31,2	0,001
Kemandirian Kesehatan	42,5%	78,6%	+36,1%	0,003

Lebih jauh, keberhasilan pelatihan juga dipengaruhi oleh proses edukasi yang disesuaikan dengan kebutuhan masyarakat setempat. Pendekatan yang diberikan bersifat partisipatif, sehingga masyarakat dapat bertanya, berdiskusi, serta mencoba langsung proses pengolahan TOGA.

Kegiatan seperti ini menciptakan pengalaman belajar yang lebih efektif dan menumbuhkan motivasi untuk menerapkan pengetahuan yang diperoleh dalam kehidupan sehari-hari. Dengan demikian, program pelatihan TOGA berpotensi menjadi program rutin yang berdampak jangka panjang dalam mendukung kemandirian kesehatan masyarakat.

Efektivitas pelatihan juga dipengaruhi oleh relevansi materi dengan kebutuhan masyarakat. TOGA merupakan bagian dari budaya pengobatan tradisional yang sudah dikenal oleh masyarakat Indonesia, sehingga pelatihan yang diberikan memiliki nilai keberterimaan yang tinggi. Masyarakat lebih mudah menerima dan mempraktikkan informasi yang tidak bertentangan dengan pengalaman dan kebiasaan lokal. Selain itu, kegiatan pelatihan dilakukan secara langsung di wilayah tempat tinggal masyarakat sehingga mereka dapat mengamati contoh tanaman obat, berdiskusi mengenai manfaatnya, serta melakukan praktik pengolahan secara mandiri. Pendekatan ini terbukti lebih efektif dibandingkan edukasi yang hanya bersifat ceramah tanpa praktik.

Faktor lain yang mendukung keberhasilan pelatihan adalah interaksi aktif antara fasilitator dan peserta. Masyarakat diberikan kesempatan untuk bertanya, mengoreksi pemahaman, dan mencoba secara langsung langkah-langkah pengolahan tanaman obat. Interaksi ini sangat penting dalam proses pembelajaran orang dewasa (adult learning), di mana pengalaman, diskusi, dan praktik

langsung merupakan aspek utama untuk mendorong perubahan perilaku. Dengan demikian, pelatihan tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga memperbaiki persepsi masyarakat tentang pentingnya penggunaan tanaman obat sebagai bagian dari upaya kesehatan preventif dan promotif.

D. KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa pelatihan pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kemandirian kesehatan masyarakat di wilayah Titi Papan. Terdapat peningkatan

signifikan pada skor pengetahuan, dari 56,2 pada pretest menjadi 87,4 pada posttest, menunjukkan bahwa materi edukasi dan metode pelatihan yang digunakan—meliputi ceramah, demonstrasi, dan praktik langsung—dapat diterima dan dipahami dengan baik oleh peserta. Selain itu, tingkat kemandirian masyarakat dalam memanfaatkan TOGA sebagai upaya perawatan kesehatan mandiri juga meningkat dari 42,5% menjadi 78,6% setelah pelatihan, menunjukkan bahwa peserta tidak hanya memperoleh pengetahuan, tetapi juga berhasil menguasai keterampilan praktis dalam budidaya dan pengolahan tanaman obat sederhana. Temuan ini menegaskan bahwa pelatihan TOGA berperan penting dalam memberdayakan masyarakat, mengurangi ketergantungan pada fasilitas kesehatan untuk keluhan ringan, serta meningkatkan kemampuan keluarga dalam menjaga kesehatan secara preventif. Oleh karena itu, pelatihan TOGA layak dikembangkan dan direkomendasikan sebagai program berkelanjutan di tingkat komunitas untuk memperkuat kemandirian kesehatan masyarakat.

E. SARAN

Untuk meningkatkan kemandirian kesehatan masyarakat di wilayah Titi Papan, masyarakat diharapkan dapat terus mempraktikkan pemanfaatan tanaman obat keluarga (TOGA) dalam kehidupan sehari-hari sebagai upaya pengobatan awal yang aman dan mandiri. Puskesmas disarankan untuk melanjutkan serta memperluas kegiatan pelatihan TOGA agar semakin banyak warga memperoleh pengetahuan dan keterampilan yang memadai. Pemerintah daerah perlu memberikan dukungan berupa fasilitas, bibit tanaman, serta program pembinaan berkelanjutan guna memperkuat keberlanjutan pemanfaatan TOGA. Selain itu, peneliti selanjutnya dianjurkan untuk melakukan penelitian dengan cakupan sampel yang lebih besar dan menambah variabel lain agar hasil yang diperoleh semakin komprehensif.

DAFTAR PUSTAKA

- Banerjee, A., & Mukherjee, P. K. (2018). Traditional herbal medicine and its role in primary health care. *Journal of Ethnopharmacology*, 222, 10–20. <https://doi.org/10.1016/j.jep.2018.04.001>
- Bodeker, G., & Kronenberg, F. (2019). Herbal medicine in community health settings: A global overview. *Public Health Reviews*, 40(2), 1–15. <https://publichealthreviews.biomedcentral.com/articles/10.1186/s40985-019-0114-4>
- James, P. T., Rahman, M. M., & Bahar, M. M. (2020). Community empowerment through medicinal plant cultivation: Improving household health. *International Journal of Community Medicine and Public Health*, 7(4), 1556–1562. <https://doi.org/10.18203/2394-6040.ijcmph20201394>
- Kumar, S., & Pandey, A. K. (2016). Medicinal plants for health care: An overview. *Biomedicine & Pharmacotherapy*, 86, 100–107. <https://doi.org/10.1016/j.biopha.2016.12.064>
- Nyika, A. (2009). The role of traditional medicine in primary health care. *African Journal of Traditional, Complementary and Alternative Medicines*, 6(1), 28–34. <https://doi.org/10.4314/ajtcam.v6i1.57079>
- Hastuti, R., & Setyowati, H. (2021). Pelatihan TOGA dalam meningkatkan kemandirian kesehatan keluarga. *Jurnal Pengabdian Kesehatan*, 4(1), 12–19. <https://ejournal.poltekkes-smg.ac.id/ojs/index.php/jpk>
- Sari, N. P., & Wulandari, S. (2020). Pengaruh edukasi TOGA terhadap peningkatan pengetahuan masyarakat. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 15(2), 65–72. <https://journal.unnes.ac.id/nju/index.php/kemas>
- Fitriani, A., & Lestari, N. (2019). Pemanfaatan TOGA sebagai alternatif pengobatan tradisional di masyarakat.

- Jurnal Kesehatan Holistik*, 13(1), 45–52.
<https://ejurnal.stikesmitrakeluarga.ac.id/jkh>
- Rahmawati, E., & Suyanto. (2022). Pemberdayaan masyarakat melalui budidaya tanaman obat keluarga. *Jurnal Abdimas Kesehatan*, 6(2), 89–97.
<https://jurnalabdimas.unimus.ac.id>
- Putri, A. M., & Yuliana, S. (2018). Pengetahuan dan sikap masyarakat dalam penggunaan tanaman obat keluarga. *Jurnal Kesehatan Prima*, 12(1)33–40.
<https://jurnal.stikesprimanusanac.id>