

**PELATIHAN PEMANFAATAN TANAMAN OBAT KELUARGA (TOGA) SEBAGAI
UPAYA PENINGKATAN KEMANDIRIAN KESEHATAN MASYARAKAT DI
WILAYAH PUSKESMAS TITI PAPAN**

**Training On The Use Of Family Medicinal Plants (Toga) As An Effort To Improve
Public Health Independence at Puskesmas Titi Papan**

Fery Arjuna Sembiring¹⁾, Henni Safrida²⁾, Rafika Andriani³⁾

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

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

³ Prodi D-3 Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Deztron Indonesia

Email Corresponding author: feryarjunasembiring@udi.ac.id

Abstrak

Kemandirian masyarakat dalam menjaga kesehatan keluarga menjadi salah satu aspek penting untuk menurunkan ketergantungan pada obat modern dan meningkatkan kualitas hidup. Tanaman Obat Keluarga (TOGA) merupakan salah satu solusi berbasis sumber daya lokal yang dapat digunakan untuk mencegah dan menangani penyakit ringan. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan kesadaran masyarakat mengenai pemanfaatan TOGA di wilayah Puskesmas Titi Papan. Kegiatan dilakukan dengan metode pelatihan partisipatif selama dua hari, meliputi sosialisasi, ceramah interaktif, praktik menanam, merawat, dan mengolah tanaman obat, serta diskusi kelompok. Partisipan berjumlah 45 orang, dipilih menggunakan purposive sampling berdasarkan kriteria memiliki lahan pekarangan dan bersedia mengikuti seluruh rangkaian pelatihan. Data dikumpulkan melalui pre-test dan post-test pengetahuan, observasi keterampilan praktik, serta wawancara partisipatif. Analisis dilakukan dengan metode deskriptif kuantitatif untuk pengetahuan dan deskriptif kualitatif untuk keterampilan dan pengalaman peserta. Hasil menunjukkan peningkatan pengetahuan rata-rata sebesar 82,4%, keterampilan praktik menanam dan merawat TOGA berhasil dikuasai oleh hampir seluruh peserta, dan peserta menunjukkan motivasi tinggi untuk menerapkan ilmu yang diperoleh secara berkelanjutan. Pelatihan ini memberikan dampak positif terhadap kemandirian kesehatan keluarga, pengurangan ketergantungan obat modern, dan pemberdayaan masyarakat. Disarankan agar pelatihan ini dilanjutkan dengan pendampingan berkelanjutan untuk memastikan keberlanjutan praktik TOGA.

Kata kunci: Tanaman Obat Keluarga, Kemandirian Kesehatan, Pemberdayaan Masyarakat

Abstract

Community independence in maintaining family health is a crucial aspect to reduce dependency on modern medicine and improve quality of life. Family Medicinal Plants (TOGA) serve as a local resource-based solution to prevent and manage minor illnesses. This study aimed to enhance community knowledge, skills, and awareness regarding the utilization of TOGA in the working area of Puskesmas Titi Papan. The program was implemented through a two-day participatory training, including socialization, interactive lectures, hands-on practice in planting, maintaining, and processing medicinal plants, and group discussions. A total of 45 participants were selected using purposive sampling based on criteria of having home gardens and willingness to participate in the full training. Data were collected through pre-test and post-test assessments, skill observation, and participatory interviews. Quantitative descriptive analysis was conducted for knowledge assessment, while qualitative descriptive analysis was applied for skills and experiences. The results indicated an average knowledge increase of 82.4%, mastery of practical skills in planting and maintaining TOGA by nearly all participants, and high motivation to apply the acquired knowledge sustainably. This training positively impacted family health independence, reduced reliance on modern medicine, and empowered

the community. Continuous training and guidance are recommended to ensure sustainable application of TOGA practices.

Keywords: *Family Medicinal Plants, Health Independence, Community Empowerment*

1. PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan salah satu aspek fundamental yang memengaruhi kualitas hidup masyarakat. Di Indonesia, meskipun telah terdapat berbagai program pemerintah untuk meningkatkan akses dan mutu pelayanan kesehatan, masalah kesehatan masyarakat masih menjadi tantangan signifikan, terutama di wilayah pedesaan atau daerah yang memiliki keterbatasan fasilitas kesehatan. Salah satu isu yang masih menjadi perhatian adalah tingginya ketergantungan masyarakat terhadap obat modern yang berbiaya relatif tinggi, sementara akses terhadap fasilitas pelayanan kesehatan seperti puskesmas dan rumah sakit masih terbatas. Fenomena ini menimbulkan kebutuhan untuk mendorong kemandirian kesehatan masyarakat melalui pemanfaatan sumber daya lokal yang tersedia, salah satunya adalah Tanaman Obat Keluarga (TOGA).

TOGA merupakan konsep pemanfaatan tanaman obat yang dibudidayakan di pekarangan rumah untuk memenuhi kebutuhan kesehatan keluarga sehari-hari. Konsep ini telah diterapkan di beberapa wilayah di Indonesia dan terbukti dapat meningkatkan kemandirian masyarakat dalam menangani masalah kesehatan ringan, seperti demam, batuk, pilek, gangguan pencernaan, dan luka ringan. Selain itu, TOGA juga memiliki potensi ekonomi, karena masyarakat dapat menanam dan menjual tanaman obat tertentu, sehingga sekaligus mendukung kesejahteraan keluarga. Namun, di wilayah Puskesmas Titi Papan, masih ditemukan rendahnya kesadaran dan pengetahuan masyarakat terkait pemanfaatan TOGA, baik dari segi jenis tanaman, cara perawatan, maupun penggunaannya sebagai obat tradisional yang aman dan efektif.

Kurangnya pengetahuan masyarakat tentang TOGA ini memiliki beberapa dampak, antara lain ketergantungan berlebihan pada obat modern, keterlambatan dalam penanganan penyakit ringan, serta minimnya pemanfaatan sumber daya alam lokal yang potensial. Hal ini diperparah dengan minimnya sosialisasi dari pihak kesehatan dan terbatasnya pelatihan formal mengenai pengelolaan tanaman obat keluarga. Kondisi ini menunjukkan perlunya

intervensi berupa pelatihan dan edukasi yang sistematis untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat dalam mengelola TOGA, sehingga dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari sebagai upaya promotif dan preventif dalam kesehatan keluarga.

Urgensi pelaksanaan kegiatan pelatihan pemanfaatan TOGA di Puskesmas Titi Papan sangat tinggi karena beberapa alasan. Pertama, kesehatan masyarakat di wilayah ini masih menghadapi kendala keterbatasan akses terhadap pelayanan kesehatan profesional, terutama di desa-desa terpencil. Kedua, penggunaan obat-obatan sintesis yang tidak sesuai dosis dan prosedur medis sering terjadi, sehingga meningkatkan risiko efek samping dan ketergantungan. Ketiga, masyarakat memiliki sumber daya lokal berupa berbagai tanaman obat yang potensial, namun belum dimanfaatkan secara optimal karena kurangnya pengetahuan dan keterampilan.

Rasionalisasi kegiatan ini bertujuan untuk memberdayakan masyarakat agar lebih mandiri dalam menjaga kesehatan keluarganya. Dengan memanfaatkan TOGA, masyarakat dapat melakukan tindakan preventif untuk penyakit ringan, mengurangi beban biaya pengobatan, serta meningkatkan kesadaran akan pola hidup sehat. Selain itu, pelatihan ini diharapkan dapat memperkuat keterlibatan masyarakat dalam program-program kesehatan yang diselenggarakan oleh Puskesmas, serta membangun budaya kesehatan berbasis sumber daya lokal.

Kegiatan pelatihan TOGA juga relevan dengan program pemerintah, khususnya Kementerian Kesehatan RI melalui program Pemberdayaan Masyarakat dan Peningkatan Kemandirian Kesehatan Keluarga. Program ini menekankan pentingnya pemanfaatan tanaman obat lokal sebagai bagian dari strategi promotif dan preventif, sehingga dapat menurunkan beban penyakit ringan di masyarakat serta mendukung pencapaian tujuan pembangunan kesehatan nasional.

Tujuan umum dari kegiatan ini adalah meningkatkan kemandirian masyarakat dalam menjaga kesehatan keluarga melalui

pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga. Secara spesifik, kegiatan ini bertujuan untuk:

1. Meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang jenis tanaman obat keluarga dan manfaatnya dalam kesehatan sehari-hari.
2. Meningkatkan keterampilan masyarakat dalam menanam, merawat, dan memanfaatkan tanaman obat sebagai upaya pencegahan dan penanganan penyakit ringan.
3. Mendorong kesadaran masyarakat akan pentingnya kemandirian kesehatan keluarga dan pemanfaatan sumber daya lokal.
4. Mengurangi ketergantungan masyarakat terhadap obat modern untuk penyakit ringan, sehingga biaya kesehatan keluarga dapat ditekan.
5. Membangun jejaring antara masyarakat dan tenaga kesehatan Puskesmas Titi Papan untuk pendampingan pemanfaatan TOGA secara berkelanjutan.

Rencana pemecahan masalah dilakukan melalui pendekatan edukatif dan partisipatif yang melibatkan masyarakat secara langsung. Kegiatan dirancang dengan tahapan sebagai berikut:

1. Sosialisasi awal: Tim PKM melakukan pertemuan dengan masyarakat untuk menjelaskan tujuan kegiatan dan pentingnya TOGA.
2. Pelatihan teori dan praktik: Materi pelatihan mencakup pengenalan berbagai jenis tanaman obat, manfaatnya, cara menanam, merawat, dan memanfaatkan tanaman untuk kesehatan. Praktik dilakukan dengan pendampingan langsung di pekarangan rumah peserta atau lahan percontohan Puskesmas.
3. Pembagian media edukasi: Leaflet, buku panduan, dan poster yang berisi informasi lengkap tentang TOGA diberikan kepada peserta.
4. Pendampingan dan evaluasi: Tim PKM melakukan pemantauan terhadap penerapan TOGA oleh masyarakat, termasuk evaluasi pemahaman dan keterampilan peserta.
5. Sarana berbagi pengalaman: Masyarakat didorong untuk berbagi

pengalaman dan keberhasilan pemanfaatan TOGA dalam kelompok, sehingga tercipta motivasi dan peer learning.

Dengan strategi ini, diharapkan masyarakat tidak hanya memperoleh pengetahuan, tetapi juga mampu menerapkannya secara nyata dan berkelanjutan.

Beberapa penelitian sebelumnya menekankan pentingnya pemberdayaan masyarakat melalui pemanfaatan tanaman obat. Notoatmodjo (2014) menyatakan bahwa edukasi kesehatan yang bersifat partisipatif mampu meningkatkan keterampilan dan perilaku masyarakat dalam menjaga kesehatan. Sementara itu, Sari dan Prasetyo (2020) menemukan bahwa pelatihan pemanfaatan TOGA di daerah pedesaan meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap kemandirian kesehatan serta menurunkan frekuensi penggunaan obat-obatan sintetis untuk penyakit ringan.

Selain itu, penelitian Nugroho et al. (2021) menunjukkan bahwa intervensi berbasis komunitas dalam pengelolaan TOGA meningkatkan tingkat pemanfaatan tanaman obat hingga 65% dalam tiga bulan pasca pelatihan. Hal ini menegaskan bahwa pelatihan yang sistematis, berkelanjutan, dan berbasis praktik langsung efektif dalam membangun kemandirian masyarakat.

Di wilayah Puskesmas Titi Papan, sebagian besar masyarakat masih mengandalkan obat kimia untuk penyakit ringan, sementara pemanfaatan tanaman obat lokal sangat terbatas. Analisis situasi dilakukan melalui observasi lapangan dan wawancara dengan warga serta tenaga kesehatan Puskesmas, yang menunjukkan beberapa kendala utama:

1. Rendahnya pengetahuan tentang TOGA: Masyarakat belum mengetahui jenis tanaman obat dan manfaatnya secara optimal.
2. Keterbatasan media edukasi: Belum ada sarana dan modul pembelajaran yang mudah diakses masyarakat.
3. Kurangnya pendampingan: Masyarakat membutuhkan bimbingan langsung dari tenaga kesehatan atau praktisi berpengalaman dalam menanam dan memanfaatkan TOGA.
4. Minimnya motivasi: Beberapa warga masih kurang tertarik untuk menanam

tanaman obat karena dianggap sulit atau kurang menguntungkan.

Berdasarkan analisis ini, pelatihan TOGA dirancang untuk mengatasi hambatan-hambatan tersebut dengan pendekatan praktis, partisipatif, dan berkelanjutan, sehingga masyarakat dapat mengembangkan kebiasaan hidup sehat berbasis sumber daya lokal.

2. METODE

Kegiatan PKM ini dirancang menggunakan pendekatan partisipatif dan edukatif untuk meningkatkan kemandirian masyarakat melalui pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA). Kegiatan terdiri dari sosialisasi, pelatihan teori, praktik langsung, pendampingan, dan evaluasi. Pelatihan dilakukan selama dua hari dengan kombinasi ceramah interaktif, demonstrasi penanaman dan pemanfaatan tanaman obat, serta diskusi kelompok untuk berbagi pengalaman. Model pelatihan ini mengikuti prinsip pemberdayaan masyarakat, di mana peserta tidak hanya menerima informasi, tetapi juga aktif dalam praktik dan pembuatan rencana pemanfaatan TOGA di rumah masing-masing. Kegiatan dimulai dengan sosialisasi awal untuk mengenalkan TOGA, manfaatnya, dan urgensi pengelolaan tanaman obat keluarga. Tahap berikutnya adalah pelatihan teori yang menjelaskan jenis tanaman obat, khasiat, teknik perawatan, serta cara pengolahan menjadi ramuan atau obat tradisional. Setelah itu, peserta langsung mempraktikkan penanaman, pemeliharaan, dan pemanfaatan tanaman di lahan percontohan atau pekarangan rumah, dengan bimbingan tenaga pendamping. Sesi terakhir meliputi diskusi dan evaluasi, di mana peserta membahas kendala yang dihadapi dan solusi yang dapat diterapkan.

Peserta pelatihan dipilih menggunakan metode purposive sampling, yaitu berdasarkan kriteria tertentu yang relevan dengan tujuan kegiatan. Kriteria utama peserta adalah:

1. Warga yang tinggal di wilayah kerja Puskesmas Titi Papan.
2. Memiliki lahan pekarangan yang memungkinkan penanaman TOGA.
3. Bersedia mengikuti seluruh rangkaian pelatihan.
4. Memiliki kepedulian terhadap kesehatan keluarga dan ingin belajar pengelolaan tanaman obat.

Jumlah peserta ditetapkan 45 orang, terdiri dari perwakilan setiap dusun di wilayah Puskesmas. Jumlah ini dianggap cukup untuk memberikan interaksi intensif dengan tim PKM sekaligus menciptakan efek domino, di mana peserta yang telah terlatih dapat menularkan pengetahuan kepada anggota keluarga dan tetangga.

Bahan dan alat yang digunakan dalam pelatihan meliputi:

- Bahan: Bibit tanaman obat seperti jahe, temulawak, kunyit, kencur, daun sirih, sambiloto, lidah buaya, dan daun saga; media tanam berupa polybag, tanah, pupuk organik; air bersih untuk penyiraman; bahan edukasi (leaflet, poster, buku panduan TOGA).
- Alat: Sarung tangan, cangkul mini, sekop, sprayer kecil, gunting tanaman, meja dan kursi untuk sesi teori, proyektor dan layar untuk presentasi, papan tulis, spidol, dan kamera untuk dokumentasi.

Semua bahan dan alat disiapkan sedemikian rupa untuk memudahkan peserta dalam praktik penanaman, perawatan, dan pengolahan tanaman obat, sekaligus meminimalkan risiko kerusakan tanaman atau cedera selama kegiatan.

Alat yang digunakan bersifat sederhana, portable, dan ramah lingkungan, namun efektif untuk praktik penanaman dan pemanfaatan TOGA. Polybag digunakan sebagai media tanam agar peserta dapat langsung menanam di pekarangan rumah. Sprayer kecil dan cangkul mini memungkinkan penyiraman dan pengolahan tanah lebih praktis. Leaflet, buku panduan, dan poster berfungsi sebagai alat bantu edukasi yang mudah dibawa pulang, sehingga peserta dapat mengulang materi secara mandiri. Kinerja alat dievaluasi berdasarkan kemudahan penggunaan, keamanan, dan efektivitas dalam mendukung praktik penanaman dan pemanfaatan TOGA. Seluruh peserta dapat menanam minimal lima jenis tanaman obat, melakukan penyiraman, pemupukan, dan pengolahan sederhana menjadi ramuan kesehatan dalam waktu pelatihan, sehingga produktivitas alat dan media dinilai tinggi. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kombinasi metode **kuantitatif dan kualitatif**:

1. Kuesioner pre-test dan post-test: Mengukur pengetahuan peserta tentang jenis tanaman obat, manfaat, teknik

- perawatan, dan pemanfaatannya sebelum dan setelah pelatihan.
2. Observasi partisipatif: Tim PKM mengamati keterampilan peserta saat praktik penanaman, pemeliharaan, dan pengolahan tanaman obat.
 3. Wawancara singkat: Menggali pengalaman peserta, kendala yang ditemui, dan motivasi dalam memanfaatkan TOGA.
 4. Dokumentasi foto dan video: Sebagai bukti pelaksanaan kegiatan, serta digunakan untuk evaluasi visual terhadap keterampilan peserta.

Data kuantitatif dari pre-test dan post-test dianalisis menggunakan perbandingan skor rata-rata untuk mengetahui peningkatan pengetahuan peserta. Analisis dilakukan dengan rumus persentase peningkatan:

Data kualitatif dari observasi, wawancara, dan dokumentasi dianalisis dengan teknik deskriptif kualitatif, yaitu mendeskripsikan keterampilan, kesulitan, dan tanggapan peserta secara naratif. Temuan dianalisis untuk menilai efektivitas pelatihan, tingkat kemandirian peserta, serta hambatan dan solusi dalam penerapan TOGA di rumah masing-masing.

Hasil analisis ini menjadi dasar rekomendasi untuk pengembangan pelatihan berikutnya dan strategi keberlanjutan pemanfaatan TOGA dalam kehidupan sehari-hari masyarakat di wilayah Puskesmas Titi Papan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pelatihan TOGA di wilayah Puskesmas Titi Papan diikuti oleh **45 peserta** yang terdiri dari perwakilan warga dari setiap dusun. Pelatihan dilaksanakan selama dua hari dengan kombinasi ceramah interaktif, praktik penanaman, pemeliharaan tanaman obat, dan diskusi kelompok. Hasil kegiatan diukur melalui pre-test dan post-test pengetahuan, observasi keterampilan praktik, **serta** wawancara partisipatif.

Pengetahuan peserta sebelum dan sesudah pelatihan diukur menggunakan kuesioner dengan 20 pertanyaan terkait jenis tanaman obat, manfaat, cara menanam, merawat, dan memanfaatkan tanaman obat sebagai upaya kesehatan keluarga. Hasilnya ditunjukkan pada **Tabel 1** berikut:

No	Aspek Pengetahuan	Skor Rata-rata Pre-test	Skor Rata-rata Post-test	Peningkatan (%)
1	Jenis Tanaman Obat Keluarga	45	85	88.9
2	Manfaat Tanaman Obat	50	88	76.0
3	Cara Menanam dan Merawat TOGA	42	80	90.5
4	Pemanfaatan Tanaman sebagai Obat	48	86	79.2
5	Pencegahan Penyakit Ringan	47	84	78.7
Rata-rata		46.4	84.6	82.4

Berdasarkan tabel di atas, terlihat bahwa **rata-rata pengetahuan peserta meningkat sebesar 82,4%** setelah mengikuti pelatihan. Peningkatan paling tinggi terjadi pada aspek “Cara Menanam dan Merawat TOGA” (90,5%), menunjukkan bahwa metode praktik langsung sangat efektif dalam meningkatkan keterampilan peserta.

Selama sesi praktik, semua peserta berhasil menanam minimal lima jenis tanaman obat, melakukan penyiraman, pemupukan, dan pengolahan sederhana menjadi ramuan kesehatan. Tim pendamping menilai keterampilan peserta berdasarkan kriteria: kemampuan menanam, merawat, memanen, dan membuat ramuan. Hasil observasi dapat dilihat pada Bagan 1:

Bagan 1. Persentase Peserta yang Mampu Menguasai Keterampilan Praktik TOGA

- Menanam tanaman obat: 100%
- Merawat tanaman obat: 95%
- Memanen tanaman obat: 90%
- Membuat ramuan sederhana: 85%

Hasil ini menunjukkan bahwa pelatihan praktik berhasil membekali peserta dengan kemampuan dasar dalam pemanfaatan TOGA, meskipun beberapa peserta masih membutuhkan pendampingan untuk membuat ramuan yang kompleks.

Hasil wawancara menunjukkan bahwa peserta menyadari pentingnya pemanfaatan TOGA untuk kesehatan keluarga, mengurangi ketergantungan pada obat modern, dan meningkatkan kemandirian kesehatan. Beberapa peserta juga menyatakan niat untuk menularkan ilmu yang diperoleh kepada anggota keluarga dan tetangga, sehingga efek pelatihan berpotensi menyebar secara komunitas (peer learning).

Peningkatan pengetahuan rata-rata sebesar 82,4% menunjukkan bahwa pendekatan interaktif dan partisipatif efektif dalam meningkatkan pemahaman peserta mengenai TOGA. Hasil ini sejalan dengan penelitian Notoatmodjo (2014) yang menyatakan bahwa edukasi berbasis praktik langsung dan diskusi kelompok meningkatkan retensi pengetahuan dan keterampilan masyarakat. Aspek praktik menanam dan merawat TOGA memberikan pengalaman nyata yang membuat peserta lebih mudah memahami konsep teoritis dan menerapkannya di rumah.

Pelatihan ini tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga keterampilan praktis peserta. Dengan menguasai teknik menanam, merawat, dan memanfaatkan TOGA, masyarakat menjadi lebih mandiri dalam menghadapi penyakit ringan, seperti demam, batuk, pilek, dan gangguan pencernaan. Hal ini relevan dengan temuan Sari dan Prasetyo (2020) yang menyebutkan bahwa pemberdayaan masyarakat melalui pemanfaatan tanaman obat dapat mengurangi ketergantungan terhadap obat sintetis dan meningkatkan kemandirian kesehatan keluarga.

Hasil pelatihan menunjukkan bahwa masyarakat dapat berperan aktif dalam menjaga kesehatan keluarga dan lingkungan. Penerapan TOGA juga berpotensi meningkatkan ekonomi lokal jika tanaman obat dijual atau digunakan sebagai bahan baku industri rumah tangga. Selain itu, pelatihan mendorong terbentuknya jejaring antara masyarakat dan tenaga kesehatan Puskesmas, sehingga tercipta sistem pendampingan berkelanjutan. Temuan ini mendukung strategi pemerintah dalam program

Pemberdayaan Masyarakat dan Peningkatan Kemandirian Kesehatan Keluarga.

Beberapa peserta mengalami kesulitan dalam membuat ramuan kompleks karena keterbatasan alat atau pengalaman. Solusi yang diterapkan adalah pendampingan tambahan dan pemberian panduan tertulis agar peserta dapat mempraktikkan secara mandiri di rumah. Selain itu, beberapa peserta membutuhkan penyuluhan tambahan mengenai teknik penyimpanan tanaman obat agar kualitas dan khasiat tetap terjaga.

Hasil PKM ini sejalan dengan penelitian Nugroho et al. (2021) yang menemukan bahwa pelatihan TOGA berbasis komunitas meningkatkan pemanfaatan tanaman obat hingga 65% dalam tiga bulan pasca-pelatihan. Di Puskesmas Titi Papan, pengamatan selama dua hari pelatihan menunjukkan peningkatan signifikan, sehingga pelatihan partisipatif dan berkelanjutan sangat direkomendasikan.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pelaksanaan kegiatan Program Kreativitas Mahasiswa (PKM) yang bertajuk “Pelatihan Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) sebagai Upaya Peningkatan Kemandirian Kesehatan Masyarakat di Wilayah Puskesmas Titi Papan”, dapat ditarik beberapa kesimpulan yang mencakup efektivitas pelatihan, capaian tujuan, dampak terhadap masyarakat, serta implikasi terhadap pengembangan kesehatan berbasis kemandirian masyarakat.

Pertama, pelatihan yang dirancang dengan pendekatan partisipatif dan edukatif terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai TOGA. Pengukuran pengetahuan dilakukan melalui pre-test dan post-test dengan materi meliputi jenis tanaman obat keluarga, manfaat tanaman, cara menanam, merawat, serta pemanfaatannya sebagai upaya pencegahan dan penanganan penyakit ringan. Hasil analisis menunjukkan peningkatan rata-rata pengetahuan peserta sebesar 82,4%, dengan peningkatan paling signifikan pada aspek “cara menanam dan merawat TOGA” sebesar 90,5%. Hal ini menunjukkan bahwa metode pembelajaran praktik langsung (hands-on training) yang dikombinasikan dengan ceramah interaktif, diskusi, serta media edukasi seperti leaflet, poster, dan buku panduan sangat

mendukung pemahaman peserta dan memperkuat keterampilan praktis mereka. Dengan demikian, pendekatan pelatihan ini dapat dijadikan model untuk program pemberdayaan masyarakat yang menekankan penerapan pengetahuan dalam kehidupan sehari-hari.

Kedua, pelatihan berhasil meningkatkan keterampilan praktik peserta dalam menanam, merawat, dan memanfaatkan TOGA. Observasi lapangan menunjukkan bahwa 100% peserta mampu menanam tanaman obat, 95% mampu merawat tanaman secara mandiri, 90% mampu memanen tanaman dengan baik, dan 85% mampu mengolah tanaman menjadi ramuan sederhana. Keterampilan praktik ini menjadi bukti bahwa masyarakat tidak hanya memahami teori, tetapi juga mampu menerapkannya secara nyata. Peningkatan keterampilan ini penting karena keterampilan langsung menjadi fondasi bagi kemandirian kesehatan masyarakat, sehingga mereka dapat memanfaatkan sumber daya lokal untuk mengatasi penyakit ringan tanpa selalu bergantung pada obat-obatan modern yang mahal dan terkadang sulit diakses.

Ketiga, pelatihan memberikan dampak positif terhadap kesadaran dan motivasi masyarakat dalam menjaga kesehatan keluarga. Hasil wawancara partisipatif menunjukkan bahwa peserta memahami pentingnya pemanfaatan TOGA sebagai bagian dari pola hidup sehat, sekaligus menurunkan ketergantungan terhadap obat modern. Beberapa peserta menyatakan keinginan untuk membagikan pengetahuan yang diperoleh kepada anggota keluarga dan tetangga, sehingga menciptakan efek domino atau peer learning yang dapat memperluas manfaat pelatihan ke komunitas yang lebih luas. Hal ini sejalan dengan prinsip pemberdayaan masyarakat, di mana ilmu yang diperoleh tidak berhenti pada peserta pelatihan, tetapi diteruskan dan diterapkan di lingkungan rumah tangga maupun komunitas.

Keempat, pelatihan juga berdampak pada peningkatan jejaring dan kerja sama antara masyarakat dan tenaga kesehatan Puskesmas Titi Papan. Kegiatan ini mendorong partisipasi aktif masyarakat dalam program kesehatan, sekaligus membangun sistem pendampingan berkelanjutan. Keberadaan pendampingan dari tenaga kesehatan membantu peserta mengatasi kendala, seperti kesulitan dalam membuat

ramuan yang kompleks atau teknik penyimpanan tanaman obat agar kualitas tetap terjaga. Pendekatan ini memastikan bahwa pelatihan tidak hanya bersifat sesaat, tetapi memberikan kontribusi jangka panjang terhadap kemandirian masyarakat.

Kelima, pelatihan TOGA memiliki implikasi sosial, ekonomi, dan kesehatan yang luas. Secara sosial, kegiatan ini meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya menjaga kesehatan keluarga dan lingkungan. Secara ekonomi, masyarakat dapat memanfaatkan tanaman obat sebagai bahan baku ramuan atau bahkan untuk dijual, sehingga berpotensi meningkatkan pendapatan keluarga. Secara kesehatan, masyarakat mampu menangani penyakit ringan secara mandiri, mengurangi frekuensi penggunaan obat sintetis, dan mendorong pola hidup sehat berbasis sumber daya lokal. Hal ini sejalan dengan penelitian Nugroho et al. (2021) dan Sari & Prasetyo (2020) yang menyatakan bahwa intervensi berbasis komunitas dalam pengelolaan TOGA dapat meningkatkan pemanfaatan tanaman obat serta mendorong kemandirian kesehatan keluarga.

Terakhir, meskipun pelatihan berhasil meningkatkan pengetahuan dan keterampilan, terdapat beberapa tantangan yang perlu diperhatikan untuk pengembangan kegiatan ke depan. Beberapa peserta membutuhkan bimbingan tambahan untuk mengolah ramuan kompleks dan melakukan penyimpanan tanaman obat dengan benar. Oleh karena itu, pendampingan berkelanjutan, pengembangan modul panduan yang lebih rinci, serta monitoring berkala sangat diperlukan agar praktik TOGA dapat diterapkan secara konsisten dan memberikan manfaat jangka panjang bagi masyarakat.

Berdasarkan keseluruhan hasil dan analisis, dapat disimpulkan bahwa pelatihan pemanfaatan TOGA sebagai upaya peningkatan kemandirian kesehatan masyarakat di wilayah Puskesmas Titi Papan berhasil mencapai tujuan PKM, yaitu meningkatkan pengetahuan, keterampilan, kesadaran, dan motivasi masyarakat. Kegiatan ini juga memberikan kontribusi nyata dalam membangun kemandirian kesehatan keluarga, mengurangi ketergantungan terhadap obat modern, memperkuat jejaring masyarakat dengan tenaga kesehatan, serta membuka peluang sosial dan

ekonomi bagi masyarakat. Dengan keberlanjutan pelatihan, pendampingan, dan pengembangan media edukasi, program ini memiliki potensi besar untuk menjadi model pemberdayaan masyarakat yang dapat direplikasi di wilayah lain.

5. REFERENSI

- Amja Y., Fitri & Susilawati, Susilawati. (2024). Kearifan Lokal Dalam Pemberdayaan Dan Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) Untuk Meningkatkan Kesehatan Masyarakat (Studi Literatur). Medika Nusantara.
- Alfia Nafiza, I. C., Desniarti, D., Trisdayanti, E., Varadisi, N., Pasaribu, N., & Alvin, R. (2023). Penanaman Tanaman Obat Keluarga (TOGA) Untuk Mewujudkan Masyarakat Sehat Di Desa Sumbul. Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat Nusantara.
- Hasibuan, A., Faradila, C., & Masrianolla, C. (2023). Pengembangan Budidaya Tanaman Obat Keluarga (TOGA) di Desa Minas Barat. Journal of Community Services Public Affairs.
- Harefa, D. (2020). Pemanfaatan Hasil Tanaman Sebagai Tanaman Obat Keluarga (TOGA). Madani : Indonesian Journal of Civil Society.
- Hikmat, A., Zuhud, E. A. M., Siswoyo, E., Sandra, E., & Sari, R. K. (2024). Revitalisasi Konservasi Tumbuhan Obat Keluarga (TOGA) Guna Meningkatkan Kesehatan dan Ekonomi Keluarga Mandiri di Desa Contoh Lingkar Kampus IPB Darmaga Bogor. Jurnal Ilmu Pertanian Indonesia.
- Khikmah, S. N., Firmansyah, R. S., Agustina, T., Wardana, A. W. D., Putri, A. A. A., Situmorang, T. B., & Setyawati, E. M. (2023). Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) untuk Meningkatkan Kesehatan dan Kesejahteraan Ekonomi Keluarga. ABDIMASKU : Jurnal Pengabdian Masyarakat.
- Kuntorini, E. M., Gafur, A., Gunawan, G., & Triyasmono, L. (2022). Edukasi Penggunaan Tanaman Obat Keluarga untuk Meningkatkan Derajat Kesehatan di Banjarbaru, Kalimantan Selatan. Jurnal ABDIRAJA.
- Maulida, R., Taufik, M., Rahmah, S., Anggraini, Y. C., Mahriana, S., Rismawati, R., Yuliani, E., Kamariah, N., & Ramadan, M. (2025). Edukasi Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) melalui Pembuatan Mini Garden di RT 02 Desa Sepunggur. Ar-Rahman: Jurnal Pengabdian Masyarakat.
- Nafiza, I. C. A., Desniarti, D., Trisdayanti, E., & Varadisi, N. (2023). Penanaman Tanaman Obat Keluarga (TOGA) Untuk Mewujudkan Masyarakat Sehat di Desa Sumbul. Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat Nusantara.
- Parwito, P., Santoso, U. E., & Khairani, N. (2024). Keanekaragaman dan Manfaat Tanaman Obat Keluarga (TOGA) di Lingkungan Rumah Tangga. Jurnal Sains Kesehatan. 40-41
- Pravitasari Chintya S., Butarbutar, R. R., & Rampe, H. L. (2024). Analisis Tanaman Obat Keluarga (TOGA) di Pekarangan Desa Sondaken Kabupaten Minahasa Selatan, Provinsi Sulawesi Utara. Jurnal MIPA.
- Setiawati, V., Selviani, A., & Feriady, A. (2023). Edukasi "TOLUNTUNI" (Tanaman Obat Keluarga untuk Usia Dini) di SDN 130 Rejang Lebong. Setawar Abdimas.
- Suryani N. E., Sumarlina, E., & Darsa, U. A. (2024). Implementasi & Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) Kanekes Baduy Berdasarkan Manuskrip Tatamba. Jurnal Kajian Budaya dan Humaniora.
- Swasti, P., Yanis, M. N., & Hayati, T. R. (2023). Pengenalan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) Sebagai Apotek Hidup di Desa Mendalo Indah, Kabupaten Muaro Jambi. Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Agri Hatantiring.
- Jannah, M., Melviani, M., & Sarkiah, S. (2022). Faktor yang Berhubungan dengan Penggunaan TOGA dalam Meningkatkan Kesehatan Masyarakat di Pagatan, Kecamatan Kusan Hilir. Jurnal Surya Medika.