

# Pengelolaan Taman Toga Dalam Meningkatkan Kepedulian Masyarakat Terhadap Kesehatan Lingkungan

Wulan Christijanti\*<sup>1</sup>, Aditya Marianti<sup>2</sup>, R. Susanti<sup>3</sup>, Dewi Mustikaningtyas<sup>4</sup>,  
<sup>1,2,3,4</sup> Departemen Biologi, Fakultas Matematika Dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas  
Negeri Semarang  
<sup>1</sup>wulan.christijanti@mail.unnes.ac.id, <sup>2</sup>basanatha8@mail.unnes.ac.id,  
<sup>3</sup>aditya.mariani.am@mail.unnes.ac.id, <sup>4</sup>dewi\_mustikaningtyas@mail.unnes.ac.id  
\*Penulis Korespondensi

## Abstrak

Sejalan program pola hidup bersih dan sehat (PHBS) yang terus dicanangkan di wilayah Kecamatan Gunungpati, maka digalakkan pengembangan tanaman obat keluarga (TOGA) di setiap dasawisma. Wilayah RT 4 RW 5 Mangunsari memiliki lahan kosong yang belum dimanfaatkan sehingga dapat dimanfaatkan sebagai taman TOGA. Tujuan dari pengabdian adalah untuk 1). Memanfaatkan lahan terbengkelai untuk taman toga, (2) Mengelola dan memanfaatkan jenis-jenis tanaman obat untuk memelihara kesehatan. Beberapa permasalahan yang ada akan diatasi dengan (1) Menata taman sesuai ketersediaan dan kondisi lahan (2) pendampingan cara pengelolaan, perawatan dan pemanfaatan jenis-jenis tanaman obat. Hasil pengabdian ini adalah sebanyak 100% peserta mengerti tentang TOGA dan pemanfaatan lahan. Sekitar 65% peserta pernah memanfaatkan toga dengan diminum dan minimal 20 % ibu-ibu PKK mengetahui toga untuk masing-masing kegunaan. Simpulan dari kegiatan ini adalah peserta memahami pemanfaatan lahan untuk TOGA dan mampu memanfaatkan tanaman untuk memelihara kesehatan.

Kata kunci: Anggota PKK, lahan, taman obat

## Abstract

*In line with the clean and healthy lifestyle program (PHBS) which continues to be launched in the Gunungpati District area, the development of family medicinal plants (TOGA) is being encouraged in every dasawisma. The RT 4 RW 5 Mangunsari area has empty land that has not been utilized so it can be used as a TOGA park. The purpose of service is to 1). Utilizing abandoned land for a toga garden, (2) Managing and utilizing types of medicinal plants to maintain health. Several existing problems will be overcome by (1) Arranging the garden according to land availability and conditions (2) assistance with how to manage, care for and utilize types of medicinal plants. The result of this service was that 100% of participants understood TOGA and land use. Around 65% of participants had used the toga for drinking and at least 20% of the PKK women knew the toga for each use. The conclusion of this activity is that participants understand land use for TOGA and are able to use plants to maintain health.*

*Key words: PKK members, land, medicine garden*

## 1. PENDAHULUAN

Berdasar pengalaman saat terjadi pandemi *coronavirus disease* 2019 (COVID-19), masyarakat menjadi terbiasa memanfaatkan obat tradisional/herbal. Banyak faktor yang menyebabkan seseorang dapat terkena penyakit baik karena infeksi oleh bakteri, jamur, virus, parasit atau sebab lain. Kondisi atau daya tahan tubuh berperan penting dalam mendukung kesehatan seseorang. Salah satu upaya pencegahan infeksi virus adalah meningkatkan daya tahan tubuh dengan menerapkan pola hidup bersih dan sehat (PHBS) seperti mengkonsumsi gizi seimbang, aktivitas fisik, istirahat yang cukup, juga pemanfaatan obat tradisional [1].

Saat ini banyak upaya meningkatkan pelayanan kesehatan dengan obat tradisional mulai dari tingkat rumah tangga maupun masyarakat luas. Salah satu pengobatan tradisional yang terus

dikembangkan adalah jamu/ramuan tanaman obat yang sudah lama dikenal dan diterapkan dalam kehidupan sehari-hari masyarakat Indonesia. Tanaman obat baik sendiri atau hasil racikan dari beberapa tanaman sebagai obat dapat diaplikasikan dengan cara diminum, ditempel, dihirup [2], direbus, dijadikan teh, jamu dan bahan makanan [3]. Berbagai tanaman obat mudah diperoleh dan dibudidayakan di halaman rumah, pekarangan dan kebun yang biasa disebut dengan tanaman obat keluarga (TOGA). Tanaman tersebut tidak memerlukan perawatan khusus, tidak mudah diserang hama penyakit, bibit mudah didapat, mudah tumbuh dan jenis yang umum sudah dimanfaatkan oleh masyarakat [4].

Sejalan dengan program pola hidup bersih dan sehat (PHBS) yang terus di canangkan di wilayah Kecamatan Gunungpati, telah digalakkan pengembangan taman toga di setiap dasawisma yang ada di kecamatan tersebut. Kelurahan Mangunsari adalah salah satu bagian dari Kecamatan Gunungpati memiliki cukup luas lahan yang dimanfaatkan sebagai kebun dan lahan “tidur” belum dimanfaatkan secara maksimal. Wilayah ini berjarak sekitar 5 km ke arah barat dari Universitas Negeri Semarang yang dihubungkan dengan daerah lain melalui jalan raya permanen dan beraspal yang dapat dilalui oleh kendaraan angkutan umum (*Feeder*) [5]. Rukun Tetangga 4/RW 5 Mangunsari memiliki area fasilitas umum yang belum dimanfaatkan dengan baik dan banyak ditumbuhi tanaman liar, lahan pekarangan yang berpotensi untuk dimanfaatkan sebagai taman toga.

Wilayah Mangunsari terbagi menjadi 2 bagian yaitu daerah perkampungan dengan warga yang heterogen dan perumahan yang banyak dihuni oleh keluarga muda. Hal tersebut menyebabkan banyak variasi baik tingkat ekonomi, pekerjaan dan pendidikan yang menjadi modal bagi kegiatan pengabdian dalam transfer pengetahuan dan pengalaman. Kalangan muda dengan tingkat pendidikan yang lebih baik mempunyai pengetahuan dan golongan tua berpengalaman dalam pemanfaatan tanaman obat.

Sesuai dengan PHBS oleh pemerintah Kecamatan Gunungpati dalam meningkatkan kesehatan warga secara mandiri dengan memanfaatkan tanaman yang ada di lingkungan sekitarnya. Program tersebut menganjurkan supaya setiap RT melalui PKK mempunyai sedikitnya 5 (lima) jenis tanaman obat keluarga di rumah. Tetapi hal tersebut belum dapat sepenuhnya dilaksanakan. Kurangnya pengetahuan masyarakat tentang pengelolaan, perawatan dan pemanfaatan taman toga merupakan permasalahan utama yang dihadapi mitra.

Modal berupa lahan yang terbengkelai, tingkat pendidikan dan heterogenitas warga berpotensi untuk diberdayakan dalam mengelola “Taman toga”. Tujuan dari pengabdian ini adalah 1). Menyediakan “Taman Toga” sesuai luas dan kondisi lahan, 2). Meningkatkan kemampuan dan kepedulian ibu-ibu PKK dalam mengkoleksi, merawat, mengelola dan memanfaatkan jenis-jenis tanaman obat untuk memelihara kesehatan. Untuk mencapai tujuan tersebut maka dilakukan pendampingan dalam 1). Menata taman toga yang sesuai dengan lahan, 2). Memilih, merawat dan mengelola serta memanfaatkan tanaman untuk memelihara kesehatan.

## 2. METODE

Rencana kegiatan pengabdian disusun bersama antara tim pengabdian yang difasilitasi oleh ketua RT dengan melihat dan situasi dan kondisi dari peserta . Beberapa persiapan yang dilakukan sebelum pelaksanaan kegiatan antara lain: 1). Menata taman yang sudah ada namun tidak terawat dengan melakukan perbaikan pada batas taman, melengkapi taman dengan kran dan slang air. 2). Memilih dan menyediakan bibit yang akan ditanam 3). Mempersiapkan alat-alat tanam seperti cangkul, sabit, cedok dan garpu. 4). Melakukan koordinasi dengan ibu ketua PKK untuk waktu dan tempat pelaksanaan kegiatan. Pada tahap pembekalan, peserta menjawab pertanyaan dalam lembar kuisioner mengenai macam-macam dan kegunaan tanaman obat yang ada di sekitar rumah. Dilanjutkan dengan diskusi tentang pengalaman peserta terkait tanaman obat dan pemberian materi untuk menambah pengetahuan teoritis tentang jenis-jenis tanaman obat dan manfaatnya.



Gambar 1. Metode Pelaksanaan Pengabdian

Tahap selanjutnya adalah praktek yang meliputi 1). Pendampingan renovasi/redesain taman sesuai ketersediaan lahan, 2). Menanam tanaman obat yang sudah disediakan. Sebagian tanaman dibawa oleh peserta dan tim pengabdian menambahkan dengan membeli dari penjual bibit toga. Proses penanaman diatur sesuai lanskap dan jenis tanaman, semua jenis tanaman diberi identitas nama. Kegiatan diakhiri dengan evaluasi untuk mengetahui meningkatnya pemahaman peserta tentang macam dan manfaat tanaman obat.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan dihadiri oleh semua tim pengabdian dan peserta ibu-ibu PKK berjumlah 20 orang. Sebelum pemberian materi dimulai, peserta diminta untuk mengisi angket tentang TOGA. Angket yang diberikan dan diisi oleh peserta bertujuan untuk menjangkau informasi dari masyarakat yang diwakili oleh peserta yang hadir berkaitan dengan proses yang ada dalam pelaksanaan pengabdian. Hasil pengisian angket disajikan pada tabel 1, 2 dan 3.

Tabel 1. Pengetahuan umum peserta berkaitan dengan TOGA

No	Aspek yang ditanyakan	Jawaban	Hasil (%)
1	Pemahaman dasar tanaman obat	Ya	100
		Tidak	0
2	Memiliki lahan untuk TOGA	Ya	90
		Tidak	10
3	Pemanfaatan tanaman untuk obat	Pernah	85
		Belum	15

Angket yang diisi oleh peserta menunjukkan bahwa mereka mempunyai pengetahuan dasar tentang toga (100%) bahkan pernah mencoba memanfaatkannya (85%) (Tabel 1). Tabel 2 menyatakan bahwa peserta mempunyai variasi dalam mengaplikasikan toga dengan bermacam-macam manfaat bagi kesehatan tubuh. Seperti dinyatakan oleh [6] bahwa partisipasi masyarakat dianggap sebagai bagian yang tidak terlepas dalam upaya pengembangan masyarakat supaya lebih peka terhadap lingkungan dan tergerak/termotivasi untuk terlibat aktif.

Tabel 2. Pemanfaatan TOGA untuk kesehatan

No	Aspek yang ditanyakan	Jawaban	Hasil (%)
1	Cara/aplikasi tanaman	Di minum	65
		Di makan	20
		Di oles/bobok	15
2	Manfaat yang sudah dirasakan	Menurunkan panas	25
		Menyembuhkan masuk angin	25
		Meredakan sakit perut	20
		Mengobati gatal	25
		Meringankan flu	25

Dari angket juga dapat diketahui bahwa peserta sudah mengenal bermacam-macam toga meskipun masih terbatas dalam jenis yang dimanfaatkan (Tabel 3). Hasil tersebut didukung oleh laporan [7] bahwa di Indonesia tanaman obat sering dikategorikan sebagai tanaman Biofarmaka ada 15 jenis seperti, kencur, jahe, laos/lengkuas, kunyit, lempuyang, temulawak, temuireng, temukunci, dlingo/dringo, kapulaga, mengkudu/pace, mahkota dewa, kejobeling, sambiloto, dan lidah buaya. Beberapa tanaman obat jenis rimpang-rimpangan yang umumnya telah

dibudidayakan dan sudah dimanfaatkan dalam produksi obat dan jamu adalah jahe, laos/lengkuas, kencur, dan kunyit [8].

Tabel 3. Pengetahuan tentang Jenis TOGA

No	Tanaman yang dimanfaatkan	No	Jenis TOGA yang diketahui
1	Kunyit	1.	Jahe
2	Jahe	2.	Kunyit
3	Temulawak	3.	Jeruk nipis
4	Lengkuas	4.	Sereh
5	Sirih merah	5.	Kumis kucing
		6.	Temulawak
		7.	Kencur
		8.	Cabe
		9.	Daun pandan

Gambar 2 dan 3 menunjukkan partisipasi dan antusias peserta dalam mengikuti kegiatan baik saat penyampaian materi maupun praktek.



Gambar 2. Tahap mengisi presensi dan angket



Gambar 2. Praktek menanam

Hasil kegiatan yang sudah dirinci dan disajikan pada tabel diatas, dapat diketahui bahwa peserta sangat antusias berpartisipasi dalam kegiatan. Peserta secara individu merupakan ibu-ibu yang rasional baik dalam status, pendidikan dan usia, hal tersebut sangat mendukung untuk keterlibatan dalam kegiatan ini yang memang membutuhkan cara berpikir dan berperilaku yang tepat. Sehingga mereka dapat memahami materi kegiatan dan diharapkan dapat menyebar luaskan pengetahuan yang telah diperoleh ke lingkungan sekitarnya. Ketersediaan lahan meskipun sempit di lingkungan rumah dapat dimanfaatkan peserta untuk menanam TOGA, seperti dalam pot/polibag atau di halaman. Bahkan lahan-lahan pekarangan yang sempit dapat diisi dengan berbagai tanaman hias dalam pot, baik yang diletakkan di atas tanah maupun yang digantung.

Pemanfaatan pekarangan rumah dengan hijauan tanaman dalam bentuk taman merupakan

prinsip hidup yang telah membudaya bagi masyarakat untuk kembali ke alam (*Back to nature*), Sebenarnya sudah sejak lama masyarakat Indonesia mengenal berbagai taman di pekarangan atau halaman rumahnya seperti taman bunga, taman gizi dan karangkitri atau apotik hidup [9].

Pemanfaatan tanaman obat keluarga merupakan salah satu alternatif pemanfaatan sumber daya alam yang dimanfaatkan oleh masyarakat untuk mengatasi berbagai masalah gangguan kesehatan atau penyakit. Pemanfaatan tanaman obat keluarga oleh ibu-ibu rumah tangga di desa Mangunsari sangat bervariasi dalam aplikasinya seperti diminum, dicekok atau dioles/bobok.

Dari hasil angket yang sudah diisi terdapat 5 jenis tanaman obat keluarga yang banyak dimanfaatkan masyarakat. Pengetahuan masyarakat dalam memanfaatkan tanaman biasanya diperoleh secara turun temurun atau kebiasaan dari orang tua sejak dahulu. Seperti dinyatakan oleh [10], bahwa jenis tanaman obat dan jenis penyakit yang berbeda sehingga peracikannya pun berbeda-beda. Selama ini pengetahuan masyarakat akan manfaat tanaman obat keluarga dalam mengobati penyakit tidak terlepas dari kebiasaan yang telah diwariskan oleh orangtua, mereka percaya bahwa suatu tanaman dapat menyembuhkan penyakit karena memang cocok dengan keadaan tubuh seseorang [11].

Kegiatan pengabdian ini mengajak peserta dalam mempersiapkan taman dan menanam tanaman yang sudah disediakan, seperti jahe, lengkuas, kunyit, sambiloto, temulawak. Kegiatan menanam dibagi secara merata atau bergantian diantara peserta mulai dari membolak balik tanah supaya gembur, memilih tanaman, menanam, memberi pupuk dan terakhir menyiram (Gambar 2). Hal tersebut dilakukan supaya setiap peserta mempunyai pengalaman atau terlibat langsung. Sehingga masyarakat menjadi lebih paham dengan pentingnya penanaman TOGA di lahan atau pekarangan rumah masing-masing warga [12].

#### 4. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian yang sudah dilaksanakan memberikan simpulan bahwa 100 % peserta berpartisipasi aktif mengikuti kegiatan dan sekitar 85% peserta tahu akan lahan yang sempit yang dapat dimanfaatkan untuk menanam TOGA. Saran yang dapat diberikan adalah perlunya monitoring berkala dan pendampingan dalam memanfaatkan tanaman obat.

#### UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada Daftar Isian Pelaksanaan Anggaran (DIPA) Universitas Negeri Semarang Nomor: 023.17.2.677507/2021, tanggal 23 November 2020

#### DAFTAR PUSTAKA

- [1] Anonim. (2019). Keputusan menteri kesehatan Republik Indonesia nomor HK.01.07/MENKES/413/2020 tentang pedoman pencegahan dan pengendalian coronavirus disease 2019 (COVID-19).
- [2] Sarno. (2019). Pemanfaatan Tanaman Obat (Biofarmaka) Sebagai Produk Unggulan Masyarakat Desa Depok Banjarnegara. *Abdimas Unwahas*, 4 (2): 73-78
- [3] Marina, I., Ismail, A.Y., Andayani, S.A., Harti, A.O.R., Nugraha, D.R., Dinar, et al. (2023). Pengolahan Tanaman Toga Sebagai Upaya Peningkatan Ekonomi Keluarga. *BERNAS: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4 (1): 574-578
- [4] Kurnia, I.G.A.M. (2015). Budidaya Toga (Tanaman Obat Keluarga). Diakses 24/02/2024 [distan@bulelengkab.go.id](mailto:distan@bulelengkab.go.id).
- [5] Anonim. (2020). Kelurahan Mangunsari, Kecamatan Gunungpati, Kota Semarang. Diakses 24/02/2024. <https://www.tribunnewswiki.com/2020>
- [6] Halimah, M., Krisnani, H., & Fedryansyah, M. (2015). Partisipasi Masyarakat Dalam Program Pengelolaan Sampah. *Prosiding KS: Riset & PKM*. 2 (2): 147 - 300 ISSN: 2442-4480
- [7] Salim, Z. & Munadi, E. (2017). Info Komoditi Tanaman Obat. *Badan Pengkajian dan*

- Pengembangan Perdagangan Kementerian Perdagangan Republik Indonesia: 1-106*
- [8] Pujiasmanto, B. (2009). Strategi *Pengembangan Budidaya Tumbuhan Obat dalam Menunjang Pertanian Berkelanjutan*. Makalah: Disampaikan pada Sidang Senat Terbuka Universitas Sebelas Maret pada tanggal 30 April 2009 di Surakarta, Jawa Tengah
- [9] Gunarto, A. (2007). Menata Tanaman Obat Keluarga (Toga) Di Pekarangan Rumah. *Presiding Seminar Nasional dan Pameran Perkembangan Teknologi Tanaman Obat dan Aromatik Bogor*. Hal: 720-732
- [10] Ziraluo, Y.P.B. 2020. Tanaman Obat Keluarga Dalam Perspektif Masyarakat Transisi (Studi Etnografis pada Masyarakat Desa Bawodobara). *Jurnal Inovasi Penelitian*. 1 (2): 99-106
- [11] Sari, S.M., Ennimay, Rasyid, T.A. (2019). Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (Toga) Pada Masyarakat. *DINAMISIA*. 3: 1-7
- [12] Suhariyanti, E., Amalia, R., Aliva.M. 2020. Peningkatan Kesehatan Masyarakat Melalui Sosialisasi Penggunaan Tanaman Obat Keluarga (Toga) Di Lingkungan Bandung. *As-Syifa*. 2 (1): 31-36