Jurnal GEMBIRA (Pengabdian Kepada Masyarakat)
Vol. 4, No. 5, Oktober 2026
E-ISSN 2985-3346

PEMBERDAYAAN IBU-IBU DASAWISMA MELALUI PENANAMAN DAN PEMANFAATAN TANAMAN OBAT KELUARGA (TOGA) DI DESA BUKIT PUTUS, NAGARI PAINAN, KABUPATEN PESISIR SELATAN

EMPOWERING DASAWISMA WOMEN THROUGH THE CULTIVATION AND UTILIZATION OF FAMILY MEDICINAL PLANTS (TOGA) IN BUKIT PUTUS VILLAGE, NAGARI PAINAN, PESISIR SELATAN REGENCY

Yahdian Rasyadi[1*], Edi Suandi[2], Ully Chairunisa[3], Fitri Wahyuni[4], Rissa Anjelia[5], Yesi Mahdawanci[6]

[1,3,4,5,6] Prodi Farmasi Klinis, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Baiturrahmah, Padang, Indonesia
[2] Prodi Manajemen, Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Baiturrahmah, Padang, Indonesia
[1*]yahdianrasyadi@gmail.com

Article History:
Received: September 07th, 2026
Revised: October 10th, 2026
Published: October 15th, 2026

Abstract: *Family medicinal plants (TOGA) are a low-cost resource for promotive and preventive self-care, yet the Dasawisma Bersinar garden in Bukit Putus Village, Nagari Painan, still lacked several useful species and residents had limited knowledge of their use. This community service, carried out by the KKN-USR team of Universitas Baiturrahmah, aimed to complete the garden collection and to improve women's knowledge and skills in cultivating and using TOGA. A participatory approach was applied in four stages: site survey and coordination, socialization, joint planting on 10 July 2024, and post-planting maintenance. Four species absent from the garden were planted, namely lavender, red ginger, Java tea (kumis kucing) and red betel. Housewives of the Dasawisma group attended enthusiastically, gained an understanding of the types, benefits and cultivation of TOGA, and independently continued to maintain the plants after the activity. Structured knowledge evaluation and longer-term monitoring are recommended for subsequent programs.*

Abstrak

Tanaman obat keluarga (TOGA) merupakan sumber daya berbiaya rendah untuk upaya kesehatan promotif dan preventif secara mandiri. Namun, taman Dasawisma Bersinar di Desa Bukit Putus, Nagari Painan, Kecamatan IV Jurai, Kabupaten Pesisir Selatan belum memiliki koleksi tanaman yang lengkap dan pengetahuan warga mengenai pemanfaatannya masih terbatas. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat oleh tim KKN-USR Universitas Baiturrahmah ini bertujuan melengkapi koleksi TOGA serta meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu-ibu Dasawisma dalam menanam dan memanfaatkan TOGA. Metode yang digunakan adalah pendekatan partisipatif yang terdiri atas empat tahap, yaitu survei lokasi dan koordinasi, sosialisasi, penanaman bersama pada 10 Juli 2024, serta perawatan pascapenanaman. Empat jenis tanaman yang belum tersedia di taman berhasil ditanam, yaitu lavender, jahe merah, kumis kucing, dan sirih merah. Ibu-

ibu rumah tangga hadir dengan antusias, memperoleh pemahaman mengenai jenis, manfaat, dan cara budi daya TOGA, serta secara mandiri melanjutkan perawatan tanaman setelah kegiatan berakhir. Evaluasi pengetahuan yang terstruktur dan pemantauan jangka panjang direkomendasikan untuk program berikutnya.

Kata Kunci: tanaman obat keluarga; TOGA; pemberdayaan masyarakat; Dasawisma; ibu rumah tangga

PENDAHULUAN

Pemanfaatan tumbuhan sebagai obat merupakan bagian dari praktik kesehatan masyarakat Indonesia yang diwariskan lintas generasi. Organisasi Kesehatan Dunia mendorong negara-negara anggota untuk mengintegrasikan pengobatan tradisional yang aman, bermutu, dan efektif ke dalam sistem kesehatan, termasuk melalui pemberdayaan masyarakat dalam perawatan diri (*self-care*).[1] Di Indonesia, kebijakan tersebut diwujudkan antara lain melalui program asuhan mandiri pemanfaatan taman obat keluarga (TOGA), yaitu sekumpulan tanaman berkhasiat obat yang dibudidayakan di pekarangan atau lahan bersama untuk memelihara kesehatan serta mengatasi keluhan ringan secara mandiri.[2] TOGA berperan dalam upaya promotif, preventif, kuratif, dan rehabilitatif, sekaligus menyediakan bahan obat tradisional yang mudah dijangkau, terutama bagi keluarga yang aksesnya ke fasilitas pelayanan kesehatan terbatas.

Sejumlah kegiatan pengabdian sebelumnya menunjukkan bahwa sosialisasi dan penanaman TOGA mampu meningkatkan pengetahuan serta minat masyarakat untuk memanfaatkan tanaman obat di lingkungan rumah.[3] Penanaman TOGA pada lahan bersama juga memberi titik awal budi daya yang dapat direplikasi oleh warga di pekarangan masing-masing.[4] Meskipun demikian, kegiatan sejenis kerap menemukan bahwa pengetahuan masyarakat mengenai jenis dan cara pemanfaatan tumbuhan obat masih rendah, sehingga potensi TOGA di sekitar rumah belum dimanfaatkan secara optimal.[5] Di Nagari Painan sendiri, kegiatan pengabdian Universitas Baiturrahmah sebelumnya menunjukkan bahwa literasi masyarakat dan tenaga kesehatan dalam pengelolaan obat masih perlu ditingkatkan, terlebih fasilitas kesehatan setempat belum memiliki tenaga apoteker.[6]

Desa Bukit Putus, Nagari Painan, Kecamatan IV Jurai, Kabupaten Pesisir Selatan, Provinsi Sumatera Barat merupakan wilayah pesisir yang memiliki kelompok Dasawisma Bersinar beserta taman TOGA yang dikelola oleh ibu-ibu rumah tangga. Hasil survei awal tim KKN-USR (Kuliah Kerja Nyata–*University Social Responsibility*) Universitas Baiturrahmah menunjukkan bahwa

taman tersebut belum memiliki koleksi yang lengkap; beberapa tanaman obat yang bermanfaat, yaitu lavender, jahe merah, kumis kucing, dan sirih merah, belum tersedia. Selain itu, pengetahuan ibu-ibu mengenai ragam jenis TOGA, khasiatnya, serta cara penanaman dan perawatannya masih perlu ditingkatkan. Ibu rumah tangga dipilih sebagai subjek pengabdian karena memiliki peran sentral dalam menjaga kesehatan anggota keluarga dan umumnya menjadi pihak pertama yang memberikan pertolongan ketika anggota keluarga mengalami keluhan kesehatan ringan.

Berdasarkan analisis situasi tersebut, kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk: (1) melengkapi koleksi TOGA di taman Dasawisma Bersinar; (2) meningkatkan pengetahuan ibu-ibu Dasawisma dan PKK mengenai jenis, manfaat, dan cara pemanfaatan TOGA; serta (3) menumbuhkan partisipasi dan kemandirian masyarakat dalam menanam dan merawat TOGA, sehingga diharapkan warga mampu mengembangkan TOGA di pekarangan rumah masing-masing.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan oleh tim KKN-USR Universitas Baiturrahmah di taman Dasawisma Bersinar, Desa Bukit Putus, Nagari Painan, Kecamatan IV Jurai, Kabupaten Pesisir Selatan, dengan puncak kegiatan penanaman pada tanggal 10 Juli 2024. Subjek pengabdian adalah ibu-ibu rumah tangga anggota Dasawisma Bersinar dan PKK Desa Bukit Putus. Kegiatan menggunakan pendekatan partisipatif berbasis komunitas, yaitu melibatkan masyarakat sejak tahap identifikasi kebutuhan hingga pemeliharaan hasil kegiatan, sehingga masyarakat berperan sebagai pelaku dan bukan sekadar penerima program.[7] Tahapan kegiatan adalah sebagai berikut.

1. **Tahap persiapan dan survei.** Tim melakukan koordinasi dengan pemerintah nagari dan pengurus Dasawisma, kemudian menyurvei taman Dasawisma Bersinar untuk menginventarisasi tanaman yang sudah ada dan mengidentifikasi jenis TOGA yang belum tersedia. Hasil survei digunakan untuk menentukan sasaran kegiatan dan jenis tanaman yang akan ditanam.
2. **Tahap sosialisasi.** Tim memberikan penyuluhan secara tatap muka kepada ibu-ibu Dasawisma dan PKK mengenai pengertian TOGA, ragam jenis tanaman obat, khasiat masing-masing tanaman, serta cara penanaman, perawatan, dan pemanfaatannya dalam kehidupan sehari-hari.
3. **Tahap pelaksanaan penanaman.** Tim bersama masyarakat menanam bibit TOGA yang belum tersedia di taman, disertai praktik langsung mengenai teknik penanaman yang tepat.
4. **Tahap pemeliharaan dan evaluasi.** Setelah penanaman, ibu-ibu Dasawisma melanjutkan perawatan tanaman secara mandiri. Keberhasilan kegiatan dievaluasi secara kualitatif melalui observasi terhadap kehadiran dan antusiasme peserta selama sosialisasi, keterlibatan dalam penanaman, serta keberlanjutan perawatan tanaman oleh warga.

HASIL

Identifikasi kebutuhan tanaman. Survei di taman Dasawisma Bersinar menunjukkan bahwa taman telah memiliki sejumlah tanaman, tetapi beberapa jenis TOGA yang bermanfaat belum tersedia. Berdasarkan hasil survei dan diskusi dengan pengurus Dasawisma, tim menetapkan empat jenis tanaman untuk ditanam, yaitu lavender, jahe merah, kumis kucing, dan sirih merah. Daftar tanaman beserta manfaat tradisional yang disampaikan kepada masyarakat disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Jenis TOGA yang ditanam di taman Dasawisma Bersinar dan manfaat yang disosialisasikan

No	Nama tanaman (nama ilmiah)	Manfaat yang disosialisasikan
1.	Lavender (*Lavandula angustifolia* Mill.)	Membantu meredakan gejala asma, mengurangi sakit perut, mencegah gigitan nyamuk, dan membantu mengatasi insomnia
2.	Jahe merah (*Zingiber officinale* var. *rubrum*)	Membantu menurunkan kadar glukosa darah dan kolesterol
3.	Kumis kucing (*Orthosiphon aristatus* (Blume) Miq.; sin. *O. stamineus*)	Membantu mencegah tekanan darah tinggi dan mengatasi gangguan pada ginjal
4.	Sirih merah (*Piper crocatum* Ruiz & Pav.)	Menjaga kesehatan rongga mulut dan membantu mencegah peningkatan kadar glukosa darah

Sumber: hasil survei tim KKN-USR di taman Dasawisma Bersinar, Juli 2024.

Sosialisasi pengenalan TOGA. Kegiatan sosialisasi dihadiri oleh masyarakat, khususnya ibu-ibu rumah tangga Desa Bukit Putus, dalam jumlah yang cukup banyak. Peserta tampak antusias mengikuti penyampaian materi mengenai jenis-jenis TOGA, khasiat yang terkandung di dalamnya, serta cara penanaman dan pemanfaatannya. Melalui sosialisasi ini, peserta memperoleh pemahaman bahwa TOGA merupakan bahan obat tradisional yang dapat menjadi pertolongan pertama untuk keluhan kesehatan ringan di lingkungan keluarga.

Penanaman TOGA. Pada tanggal 10 Juli 2024, tim KKN-USR bersama ibu-ibu Dasawisma menanam keempat jenis tanaman tersebut di taman Dasawisma Bersinar. Peserta terlibat langsung dalam penyiapan lubang tanam, penanaman bibit, dan penataan tanaman (Gambar 1). Kegiatan ditutup dengan dokumentasi bersama antara tim dan warga di lokasi taman (Gambar 2).



Gambar 1. Kegiatan penanaman TOGA bersama ibu-ibu Dasawisma Bersinar



Gambar 2. Tim KKN-USR Universitas Baiturrahmah bersama ibu-ibu Dasawisma di taman TOGA Dasawisma Bersinar

Perubahan yang muncul. Setelah sosialisasi dan penanaman, ibu-ibu Dasawisma secara mandiri melakukan perawatan terhadap tanaman TOGA yang telah ditanam di taman Dasawisma Bersinar. Inisiatif ini menunjukkan tumbuhnya rasa memiliki dan minat yang tinggi terhadap pemanfaatan TOGA. Secara keseluruhan, kegiatan menghasilkan tiga capaian utama, yaitu bertambahnya koleksi TOGA di lahan bersama warga, meningkatnya pengetahuan ibu-ibu mengenai jenis serta cara penanaman dan pemanfaatan TOGA, dan adanya partisipasi aktif masyarakat dalam menyukseskan serta melanjutkan kegiatan.

PEMBAHASAN

Kegiatan ini menempatkan ibu rumah tangga sebagai sasaran utama. Pilihan tersebut sejalan dengan pengalaman pengabdian sebelumnya yang menunjukkan bahwa sosialisasi TOGA kepada kelompok masyarakat, termasuk kelompok perempuan, efektif meningkatkan pemahaman dan minat terhadap pemanfaatan tanaman obat.[8] Sebagai pengelola kesehatan keluarga sehari-hari, ibu rumah tangga berpotensi menjadi agen perubahan yang menyebarluaskan pengetahuan dan praktik budi daya TOGA kepada anggota keluarga dan tetangga. Perawatan tanaman yang dilanjutkan secara mandiri oleh ibu-ibu Dasawisma setelah kegiatan merupakan indikator awal keberlanjutan program, karena menunjukkan pergeseran peran warga dari penerima menjadi pelaku. Hal ini selaras dengan tujuan asuhan mandiri pemanfaatan TOGA, yaitu memampukan individu dan keluarga memelihara kesehatannya secara mandiri.[9] Model kolaborasi antara perguruan tinggi dan masyarakat nagari seperti ini juga terbukti efektif pada program pengabdian Universitas Baiturrahmah lainnya, misalnya dalam penyediaan air bersih bersama masyarakat Sungai Kunyit Barat, ketika keterlibatan aktif warga menjadi kunci keberlanjutan program.[10]

Dari sisi farmakologi, keempat tanaman yang ditanam memiliki dasar ilmiah yang mendukung sebagian manfaat tradisionalnya. Minyak atsiri lavender dilaporkan memiliki aktivitas antimikroba, ansiolitik, dan sedatif ringan, serta digunakan sebagai penolak serangga.[11] Jahe (*Zingiber officinale*) menunjukkan efek hipoglikemik dan hipolipidemik pada tikus diabetes yang diinduksi streptozotocin.[12] Kumis kucing (*Orthosiphon stamineus*) dikenal luas sebagai diuretik dan dilaporkan memiliki aktivitas antihipertensi, antioksidan, serta nefroprotektif.[13] Sementara itu, tinjauan sistematis terhadap sirih merah (*Piper crocatum*) menyimpulkan bahwa bukti *in silico*, *in vitro*, *in vivo*, dan klinis mendukung efek penurunan kadar glukosa darah, meskipun pengembangan sediaan terstandar masih diperlukan.[14]

Meskipun demikian, sebagian besar bukti tersebut masih berasal dari studi praklinik, sehingga pesan yang disampaikan kepada masyarakat perlu ditempatkan secara proporsional. TOGA paling tepat diposisikan sebagai upaya promotif-preventif dan penanganan keluhan ringan, bukan sebagai pengganti terapi medis bagi penderita penyakit kronis seperti diabetes melitus, hipertensi, atau gangguan ginjal. Edukasi lanjutan sebaiknya mencakup cara pengolahan dan takaran yang wajar, potensi interaksi dengan obat yang sedang digunakan, serta anjuran untuk tetap berkonsultasi dengan tenaga kesehatan. Dalam konteks ini, keterlibatan mahasiswa dan tenaga kefarmasian menjadi penting untuk mendorong penggunaan obat tradisional yang rasional, sejalan dengan edukasi DAGUSIBU (Dapatkan, Gunakan, Simpan, Buang) yang sebelumnya diberikan kepada tenaga kesehatan di Nagari Painan.[15]

Keberhasilan budi daya juga perlu memperhatikan kesesuaian agroklimat. Lavender umumnya tumbuh optimal pada dataran tinggi beriklim sejuk, sehingga adaptasinya di wilayah pesisir seperti Desa Bukit Putus perlu dipantau. Sebaliknya, jahe merah, kumis kucing, dan sirih merah relatif mudah dibudidayakan di dataran rendah tropis dan dapat diperbanyak secara vegetatif oleh warga. Keterbatasan kegiatan ini adalah evaluasi yang masih bersifat kualitatif melalui observasi, tanpa pengukuran pengetahuan sebelum dan sesudah kegiatan (*pre-test* dan *post-test*) serta tanpa pemantauan pertumbuhan tanaman dalam jangka panjang. Kegiatan serupa di tempat lain juga menekankan perlunya pendampingan berkelanjutan agar pengetahuan yang diperoleh benar-benar diterapkan dalam pemanfaatan TOGA sehari-hari.[16]

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa sosialisasi dan penanaman TOGA di taman Dasawisma Bersinar, Desa Bukit Putus, Nagari Painan, Kecamatan IV Jurai, Kabupaten Pesisir Selatan telah melengkapi koleksi TOGA dengan empat jenis tanaman (lavender, jahe merah, kumis kucing, dan sirih merah) dan meningkatkan pemahaman ibu-ibu rumah tangga mengenai jenis, manfaat, serta cara budi daya TOGA. Minat yang tinggi tampak dari antusiasme peserta dan kesediaan mereka merawat tanaman secara mandiri setelah kegiatan. Untuk program selanjutnya direkomendasikan: (1) evaluasi pengetahuan secara terstruktur melalui *pre-test* dan *post-test*; (2) pendampingan berkala dalam perawatan dan perbanyakan tanaman, termasuk pemantauan adaptasi lavender di wilayah pesisir; serta (3) edukasi lanjutan tentang pengolahan sediaan TOGA yang aman dan penggunaan obat tradisional secara rasional.

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Universitas Baiturrahmah atas penyelenggaraan program KKN-USR, kepada Wali Nagari Painan, Ibu Susmiyar Derita, S.A.P., beserta perangkat Desa Bukit Putus, Kecamatan IV Jurai, Kabupaten Pesisir Selatan, Provinsi Sumatera Barat atas

dukungan dan izin yang diberikan, serta kepada ibu-ibu PKK dan anggota Dasawisma Bersinar Desa Bukit Putus atas partisipasi aktifnya dalam kegiatan penanaman dan perawatan TOGA.

DAFTAR REFERENSI

Al-Amin, Zainab M., Martha Thomson, Khaled K. Al-Qattan, Riitta Peltonen-Shalaby, and Muslim Ali. "Anti-diabetic and Hypolipidaemic Properties of Ginger (*Zingiber officinale*) in Streptozotocin-induced Diabetic Rats." *British Journal of Nutrition* 96, no. 4 (2006): 660–666. https://doi.org/10.1079/BJN20061849.

Ameer, Omar Z., Ibrahim M. Salman, Mohd Zaini Asmawi, Zaid O. Ibraheem, and Mun Fei Yam. "*Orthosiphon stamineus*: Traditional Uses, Phytochemistry, Pharmacology, and Toxicology." *Journal of Medicinal Food* 15, no. 8 (2012): 678–690.

Cavanagh, H. M. A., and J. M. Wilkinson. "Biological Activities of Lavender Essential Oil." *Phytotherapy Research* 16, no. 4 (2002): 301–308. https://doi.org/10.1002/ptr.1103.

Hanafi, Mohammad, Nabiela Naily, Nadhir Salahudin, and A. Kemal Riza. *Community-Based Research Sebuah Pengantar*. 1st ed. Surabaya: LP2M UIN Sunan Ampel Surabaya, 2015.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 9 Tahun 2016 tentang Upaya Pengembangan Kesehatan Tradisional melalui Asuhan Mandiri Pemanfaatan Taman Obat Keluarga dan Keterampilan*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI, 2016.

Muhamad, Arsyita Hayatun Nisa, Sekar Syahriza, Yogi Tri Sumarno, and Rafa Ahamada Wijaya. "Socialization of the Use of Family Medicinal Plants (TOGA) as Herbal Medicine for the Terbah Village Community." *Jurnal Pengabdian, Riset, Kreativitas, Inovasi, dan Teknologi Tepat Guna (Jurnal Parikesit)* 4, no. 1 (2026): 1–5. https://doi.org/10.22146/parikesit.v4i1.14169.

Nor, Islan, M. Awaluddin Padjrin, Muhammad Ikhlas Arsul, Nurul Hasni Julianti, Shada Adila Abadi, and Tsurhaby Haris. "Antidiabetic Potential of *Piper crocatum*: A Systematic Review of In Silico, In Vitro, In Vivo, and Clinical Evidence." *Ad-Dawaa' Journal of Pharmaceutical Sciences* 8, no. 2 (2025): 235–250. https://doi.org/10.24252/djps.v8i2.61048.

Rasyadi, Yahdian, Edi Suandi, Fitri Wahyuni, Eka Desnita, Ully Chairunisa, Elsa Marsellinda, Reza Hartamevia, Zakiatul Zahra, and Selvi Merwanta. "Kolaborasi Universitas Baiturrahmah dan Masyarakat Sungai Kunyit Barat untuk Ketersediaan Air Bersih pada Musim Kemarau." *Jurnal Pengabdian Kesehatan* 9, no. 3 (2026): 214–219. https://doi.org/10.31596/jpk.v9i3.567.

Rasyadi, Yahdian, Elsa Marsellinda, Wida Ningsih, Fitri Wahyuni, Yesi Mahdawanci, and Selvi Merwanta. "Peningkatan Literasi dalam Pengelolaan Obat melalui Sosialisasi 'Dagusibu' di Nagari Painan." *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 5, no. 2 (2025): 148–155.

https://doi.org/10.37567/pkm.v5i2.3798.

Sari, N., and T. C. Andjasmara. “Penanaman Tanaman Obat Keluarga (TOGA) untuk Mewujudkan Masyarakat Sehat.” *Jurnal Bina Desa* 5, no. 1 (2023): 124–128. https://doi.org/10.15294/jbd.v5i1.41484.

Wirasisya, Dyke Gita. “Peningkatan Kesehatan Masyarakat Melalui Sosialisasi Penggunaan TOGA (Tanaman Obat Keluarga) di Desa Tembobor.” *Sarwahita* 15, no. 1 (2018): 64–71. https://doi.org/10.21009/sarwahita.151.07.

World Health Organization. *WHO Traditional Medicine Strategy 2014–2023*. Geneva: World Health Organization, 2013.