

# Optimalisasi tanaman obat keluarga (TOGA) sebagai upaya pemberdayaan kesehatan dan kemandirian masyarakat

## Khilyatul Badi'ah

Program Studi Kimia, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

e-mail: 230603110005@student.uin-malang.ac.id

### Kata Kunci:

TOGA (tanaman obat keluarga); optimalisasi; Kesehatan masyarakat; Pemberdayaan; Obat herbal.

### Keywords:

TOGA (family medicinal plants); optimalisasi; Public health; Empowerment; Herbal medicine.

### ABSTRAK

Tanaman Obat Keluarga (TOGA) merupakan bentuk pemanfaatan sumber daya alam yang berperan dalam mendukung kemandirian Kesehatan Masyarakat. TOGA dapat dimanfaatkan sebagai alternatif pengobatan tradisional untuk penyakit ringan sekaligus sebagai sarana edukasi Kesehatan keluarga. Selain itu, pengembangan tanaman TOGA berkontribusi dalam pemberdayaan ekonomi rumah tangga melalui pengolahan produk herbal bernilai jual. Artikel ini bertujuan untuk mengkaji peran tanaman TOGA dalam meningkatkan Kesehatan Masyarakat serta strategi optimalisasinya. Metode yang digunakan adalah studi literatur dari jurnal ilmiah pada pedoman resmi. Hasil kajian menunjukkan bahwa tanaman TOGA efektif dalam mendukung upaya promotive dan preventif Kesehatan, namun implementasinya masih terkendala rendahnya literasi masyarakat dan kurangnya

pendampingan. Diperlukan edukasi berkelanjutan agar program tanaman TOGA berjalan optimal. Dengan dukungan berbagai pihak, program tanaman TOGA diharapkan mampu menjadi Solusi berkelanjutan dalam meningkatkan derajat Kesehatan dan kesejahteraan keluarga.

### ABSTRACT

Family Medicinal Plants (TOGA) are a form of natural resource utilization that plays a role in supporting community health independence. TOGA can be used as an alternative traditional medicine for minor illnesses as well as a means of family health education. In addition, the development of TOGA plants contributes to household economic empowerment through the processing of herbal products with commercial value. This article aims to examine the role of TOGA plants in improving public health and strategies for their optimization. The method used is a literature study from scientific journals on official guidelines. The results of the study show that TOGA plants are effective in supporting promotive and preventive health efforts, but their implementation is still hampered by low public literacy and a lack of guidance. Continuous education is needed for TOGA plant programs to run optimally. With the support of various parties, TOGA plant programs are expected to become a sustainable solution in improving the health and welfare of families.

## Pendahuluan

Indonesia memiliki keanekaragaman hayati tinggi yang berpotensi sebagai sumber tanaman obat tradisional. Pemanfaatan tanaman obat secara turun – temurun telah



This is an open access article under the [CC BY-NC-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/) license.

Copyright © 2023 by Author. Published by Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

menjadi bagian dari budaya pengobatan Masyarakat Indonesia (Organization, 2013). Untuk mengoptimalkan potensi tersebut, pemerintah mengembangkan program Tanaman Obat Keluarga (TOGA) sebagai bagian dari pelayanan kesehatan tradisional berbasis Masyarakat. Program ini juga sejalan dengan pendekatan promotive dan preventif dalam sistem kesehatan nasional yang menekankan pentingnya pencegahan penyakit sejak tingkat keluarga.

TOGA didefinisikan sebagai tanaman berkhasiat obat yang dibudidayakan di pekarangan rumah dan dimanfaatkan untuk pemeliharaan Kesehatan keluarga (Judijanto et al., 2024). Program ini bertujuan untuk meningkatkan kemandirian masyarakat dalam upaya pencegahan dan pengobatan ringan dan alternatif (Munthe et al., 2025). Keberadaan TOGA (Tanaman Obat Keluarga) di sekitar lingkungan rumah tidak hanya berfungsi sebagai sumber obat alami, tetapi juga menciptakan lingkungan yang lebih hijau, sehat, dan edukatif bagi anggota keluarga, khususnya anak – anak dalam mengenal pentingnya hidup sehat sejak dini.

Namun, dalam praktiknya implementasi Tanaman Obat Keluarga (TOGA) belum merata di seluruh lapisan masyarakat karena masih rendahnya pengetahuan mengenai jenis tanaman obat, teknik budidaya, serta cara pengolahan ramuan herbal yang benar (Wijayanti et al., 2023). Selain itu, keterbatasan lahan di wilayah perkotaan, kurangnya pendampingan dari tenaga kesehatan, serta menurunnya minat generasi muda terhadap pengobatan tradisional turut menjadi faktor penghambat berkembangnya Tanaman Obat Keluarga (TOGA). Oleh karena itu diperlukan strategi optimalisasi melalui edukasi berkelanjutan, pelatihan keterampilan, serta kolaborasi lintas sektor agar program Tanaman Obat Keluarga (TOGA) dapat berjalan efektif, berkelanjutan, dan memberikan dampak nyata bagi peningkatan derajat kesehatan masyarakat (Aisyah, 2022).

Tidak hanya itu, tanaman obat keluarga (TOGA) juga memiliki nilai strategis dalam pemberdayaan Masyarakat. Kegiatan budidaya tanaman obat keluarga (TOGA) dapat melibatkan kelompok ibu rumah tangga, kader posyandu, hingga remaja desa sehingga menumbuhkan partisipasi aktif masyarakat dalam pembangunan kesehatan berbasis komunitas. Pemanfaatan tanaman obat keluarga (TOGA) juga dapat dikembangkan menjadi kegiatan produktif melalui pengolahan hasil tanaman obat keluarga (TOGA) menjadi produk herbal bernilai ekonomi, yang pada akhirnya dapat meningkatkan kesejahteraan keluarga. Dengan demikian, optimalisasi program tanaman obat keluarga (TOGA) tidak hanya berkontribusi pada aspek kesehatan, tetapi juga mendukung Pembangunan social dan ekonomi masyarakat secara terpadu (Mutiah & Hayati, 2016).

## **Pembahasan**

Program tanaman obat keluarga (TOGA) merupakan salah satu bentuk pelayanan kesehatan tradisional berbasis masyarakat yang telah dikembangkan pemerintah sejak decade 1980-an sebagai upaya meningkatkan kemandirian keluarga dalam menjaga kesehatan. Konsep tanaman obat keluarga (TOGA) menekankan pada pemanfaatan lahan pekarangan rumah untuk menanam tanaman berkhasiat obat yang digunakan sebagai pertolongan pertama terhadap gangguan kesehatan ringan. Pemanfaatan pekarangan untuk budidaya tanaman obat keluarga (TOGA) terbukti efektif dalam

menciptakan lingkungan rumah yang lebih hijau, sehat, serta produktif secara ekologis (Sulistyowati, 2024). Selain itu, jenis tanaman obat keluarga (TOGA) yang umum dibudidayakan seperti jahe, kunyit, temulawak, kencur, daun sirih, dan lidah buayam mengandung senyawa aktif yang telah lama dimanfaatkan dalam pengobatan tradisional dan memiliki khasiat farmakologis tertentu (Rukmana & Yudirachaman, 2024). Keberadaan tanaman obat keluarga (TOGA) disekitar rumah juga menjadi bentuk nyata pelestarian kearifan lokal dalam pemanfaatan sumber daya alam untuk kesehatan keluarga.

Dari aspek kesehatan, tanaman obat keluarga (TOGA) berperan penting dalam membantu keluarga menangani berbagai gangguan kesehatan ringan seperti batuk, demam, sakit perut, masuk angin, serta luka ringan tanpa harus selalu bergantung pada obat kimia. Penggunaan ramuan herbal dari tanaman obat keluarga (TOGA) dinilai lebih aman karena cenderung memiliki efek samping yang rendah apabila digunakan dengan takarann yang tepat (Munthe et al., 2025). Selain berfungsi sebagai pengobatan, konsumsi rutin minuman herbal – herballan, tanaman obat keluarga (TOGA) juga mampu meningkatkan daya tahan tubuh dan mendukung upaya pencegahan penyakit (Organization, 2013). Dengan demikian, tanaman obat keluarga (TOGA) tidak hanya bersifat kuratif, tetapi juga promotif, dan preventif dalam system kesehatan Masyarakat. Keberadaan tanaman obat keluarga (TOGA) di sekitar lingkungan rumah secara tidak langsung meningkatkan kesadaran keluarga terhadap pentingnya perilaku hidup sehat dan pemanfaatan bahan alami sebagai sumber obat tradisional (Nurchahyo et al., 2022).

Selain memberikan manfaat bagi kesehatan program tanaman obat keluarga (TOGA) juga memiliki kontribusi positif terhadap lingkungan. Budidaya tanaman obat keluarga (TOGA) di pekarangan rumah menciptakan suasana yang asri, meningkatkan kualitas udara, serta mengurangi suhu lingkungan mikro di sekitar rumah. Tanaman obat keluarga (TOGA). Tanaman obat keluarga (TOGA) pada umumnya relative tahan terhadap hama sehingga tidak memerlukan penggunaan pestisida kimia secara berlebihan, yang berarti mendukung praktik pertanian ramah lingkungan (Rukmana & Yudirachaman, 2024). Kondisi ini menjadikan tanaman obat keluarga (TOGA) sebagai salah satu Solusi sederhana dalam mendukung pelestarian lingkungan sekaligus menjaga keseimbangan ekosistem rumah tangga.

Dari perspektif ekonomi, TOGA dapat membantu keluarga memperkecil pengeluaran untuk membeli obat-obatan ringan karena kebutuhan dasar pengobatan bisa dipenuhi dengan tanaman yang ditanam di rumah (Judijanto et al., 2024). Selain itu, jika dikelola dengan baik, tanaman TOGA bisa diolah menjadi berbagai produk herbal yang memiliki nilai jual, seperti jamu instan, minyak gosok herbal, serbuk jahe, atau minuman kunyit asam yang dikemas. Pengembangan produk yang berbasis TOGA ini berpotensi menjadi usaha mikro kreatif yang dapat meningkatkan pendapatan keluarga, terutama bagi kelompok ibu rumah tangga (Wijayanti et al., 2023). Oleh karena itu, TOGA tidak hanya berfungsi sebagai alat kesehatan keluarga, tetapi juga sebagai peluang untuk memberdayakan ekonomi masyarakat.

Walaupun memberikan banyak keuntungan, penerapan program tanaman obat keluarga (TOGA) dalam masyarakat tetap menemui berbagai hambatan. Hambatan

terbesar adalah kurangnya pemahaman masyarakat mengenai ragam tanaman obat, teknik penanaman, dan prosedur pembuatan ramuan herbal yang tepat (Sulistiyowati, 2024). Di samping itu, terbatasnya ruang pekarangan di kawasan urban, kurangnya bimbingan dari petugas kesehatan, dan minimnya ketertarikan kalangan muda pada pengobatan herbal juga menjadi penghambat perkembangan TOGA (Nurchahyo et al., 2022). Hal ini mengakibatkan penggunaan tanaman obat keluarga (TOGA) di beberapa daerah masih tidak teratur dan belum terkoordinasi dengan baik dalam program kesehatan masyarakat.

Untuk mengatasi kendala tersebut, diperlukan strategi optimalisasi program TOGA melalui edukasi dan pelatihan berkelanjutan kepada masyarakat mengenai manfaat, teknik budidaya, serta pengolahan tanaman obat. Pemerintah dan tenaga kesehatan dapat berperan sebagai fasilitator melalui penyediaan bibit gratis, pendampingan kader kesehatan, serta integrasi TOGA dalam kegiatan posyandu dan sekolah. Di era digital, promosi dan edukasi TOGA juga dapat dilakukan melalui media sosial dan platform daring guna menjangkau generasi muda agar lebih tertarik pada pengobatan herbal. Kolaborasi lintas sektor antara pemerintah, akademisi, tenaga kesehatan, dan masyarakat menjadi kunci keberhasilan agar program TOGA dapat berjalan secara berkelanjutan dan memberikan dampak nyata bagi peningkatan kualitas kesehatan serta kemandirian Masyarakat (Suyono et al., 2022).

## **Kesimpulan dan Saran**

Tanaman Obat Keluarga (TOGA) adalah salah satu cara penggunaan keanekaragaman hayati di Indonesia yang sangat penting untuk mendukung kemandirian masyarakat dalam hal kesehatan. Program TOGA memungkinkan setiap keluarga untuk melakukan tindakan pencegahan dan perawatan ringan secara mandiri dengan menggunakan tanaman obat yang ditanam di halaman rumah. Selain memiliki manfaat bagi kesehatan, TOGA juga membantu menjaga kelestarian lingkungan, meningkatkan pengetahuan kesehatan, serta memberdayakan ekonomi keluarga melalui pengolahan produk herbal yang memiliki nilai jual.

Agar program Tanaman Obat Keluarga (TOGA) dapat berjalan dengan lebih baik, diperlukan keterlibatan aktif dari berbagai pihak. Diharapkan pemerintah dan tenaga medis dapat meningkatkan pengetahuan serta pelatihan mengenai cara menanam dan memanfaatkan tanaman obat kepada masyarakat secara terus-menerus, disertai dukungan serta penyediaan bibit tanaman obat yang mudah dijangkau. Di samping itu, institusi pendidikan sebaiknya mengintegrasikan program TOGA sebagai sarana pembelajaran yang ramah lingkungan untuk menanamkan kesadaran akan pola hidup sehat sejak usia dini kepada siswa.

Selain itu, masyarakat juga diharapkan lebih proaktif dalam membudidayakan tanaman obat di halaman rumah dan memanfaatkannya dengan bijak sebagai alternatif pengobatan yang ringan. Terakhir, untuk peneliti di masa mendatang, disarankan untuk melakukan penelitian yang lebih mendalam mengenai efektivitas ramuan TOGA dari sudut pandang ilmiah dan mengembangkan inovasi produk herbal agar memiliki nilai

ekonomi yang lebih tinggi dan dapat meningkatkan kesejahteraan masyarakat dengan cara yang berkelanjutan.

## Daftar Pustaka

- Aisyah, E. N. (2022). Pemberdayaan ekonomi perempuan melalui pengolahan tanaman obat keluarga (toga) menjadi produk minuman. *Aksiologi: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(1), 1–7. <https://repository.uin-malang.ac.id/10219/>
- Judijanto, L., Puspitasari, I., Laksono, R. D., Sardaniah, S., Fadhillah, L., Anwar, T., Widiarta, M. B. O., Sujati, N. K., Triyadi, A., & Lestari, R. D. (2024). *Pelayanan Kesehatan Tradisional*. PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Munthe, S., Purba, D. T., Hasibuan, N. A., Aritonang, J. A. W., & Ginting, O. A. (2025). Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) sebagai Upaya Peningkatan Kesehatan Mandiri Masyarakat Desa Purwodadi. *Maslahah: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 6(3), 227–240.
- Mutiah, R., & Hayati, E. K. (2016). *Pemberdayaan dan pemahaman masyarakat terhadap tanaman obat keluarga di Masjid Nurul Khasanah Dusun Sumber Mulyo Desa Madirejo Kecamatan Pujon Kabupaten Malang*. <https://repository.uin-malang.ac.id/2042/>
- Nurchahyo, E., Azhara, W., Keken, K., Pangibi, A. A., & Goy, A. (2022). Pemberdayaan Masyarakat Melalui Budidaya Tanaman Obat Keluarga (Toga) Di Kelurahan Saragi, Kabupaten Buton. *SWARNA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(2), 120–125.
- Organization, W. H. (2013). *WHO traditional medicine strategy: 2014-2023*. World Health Organization.
- Rukmana, H. R., & Yudirachaman, H. H. (2024). *Farm Bigbook: Budi Daya Dan Pascapanen Tanaman Obat Unggulan*. Penerbit Andi.
- Sulistyowati, S. N. (2024). Optimalisasi pemanfaatan lahan pekarangan untuk penanaman tanaman obat keluarga. *Jumat Pertanian: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(2), 92–98.
- Suyono, S., Suheriyanto, D., Wahyudi, D., Prahardika, B. A., & Hasyim, M. A. (2022). *Produksi bibit tanaman unggul dengan teknik sambung dan tempel di SMK Cendika Bangsa Kepanjen Kabupaten Malang*. <http://repository.uin-malang.ac.id/16254/>
- Wijayanti, T., Hindun, N., & Prasmala, E. R. (2023). Edukasi Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) di Pekarangan Taman Dasawisma RT 37 Perumahan Green View Regency Malang. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Indonesia (JPKMI)*, 3(3), 131–141.