

PEMBERDAYAAN IBU RUMAH TANGGA MELALUI PENANAMAN TOGA UNTUK KESEHATAN KELUARGA DI DESA PADEMONEGORO

Mirza Elmy Safira, Misye Adelia Rahayu, Khairunnisa Salsabilla Putri Prameswari, Fayola Issalillah, Utami Puji Lestari, Rahayu Mardikaningsih, Mila Hariani
Universitas Sunan Giri Surabaya

ABSTRACT

Empowering housewives through planting Family Medicinal Plants (TOGA) in Pademonegoro Village has significant potential in improving family health and economic independence. This program aims to introduce and train housewives in the management of TOGA, so that they can utilize natural medicinal plants as an alternative treatment that is more affordable and environmentally friendly. The implementation method uses the Asset Based Community Development (ABCD) approach, which focuses on local potential. The results of the program showed an increase in the knowledge and skills of housewives in planting and processing TOGA products. In addition to health benefits, the program also strengthens social relationships among participants and provides economic benefits with marketable products. Although some challenges such as limited knowledge and land remain, the success of this program offers a good example for agrarian-based community empowerment for better health and well-being.

Keywords: housewife empowerment, TOGA, natural medicine, TOGA products.

ABSTRAK

Pemberdayaan ibu rumah tangga melalui penanaman Tanaman Obat Keluarga (TOGA) di Desa Pademonegoro memiliki potensi dalam meningkatkan kesehatan keluarga dan kemandirian ekonomi. Program ini bertujuan untuk memperkenalkan dan melatih ibu rumah tangga dalam pengelolaan TOGA sehingga mereka dapat memanfaatkan tanaman obat alami sebagai alternatif pengobatan yang lebih terjangkau dan ramah lingkungan. Metode pelaksanaan menggunakan pendekatan Asset Based Community Development (ABCD), yang berfokus pada potensi lokal. Hasil dari program menunjukkan peningkatan pengetahuan dan keterampilan ibu rumah tangga dalam bercocok tanam serta pengolahan hasil TOGA. Selain manfaat kesehatan, program ini juga memperkuat hubungan sosial di antara peserta dan memberikan keuntungan ekonomi dengan adanya produk yang dapat dipasarkan. Meskipun beberapa tantangan seperti keterbatasan pengetahuan dan lahan tetap ada, keberhasilan

program ini menawarkan contoh yang baik untuk pemberdayaan masyarakat berbasis agraris demi kesehatan dan kesejahteraan yang lebih baik.

Kata-kata kunci: pemberdayaan ibu rumah tangga, TOGA, obat alami, produk TOGA.

PENDAHULUAN

Indonesia sebagai negara agraris memiliki beragam jenis tanaman yang tumbuh subur. Tanaman yang ada berguna sebagai sumber makanan atau estetika dan obat-obatan. Ribuan jenis tanaman obat tradisional yang belum sepenuhnya dipahami manfaat serta kegunaannya ada di Indonesia (Darmawan *et al.*, 2021). Namun, pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) belum mencapai potensi maksimalnya (Kiromah *et al.*, 2019). TOGA memiliki potensi besar untuk mendukung kesehatan keluarga secara alami karena banyak tanaman yang mengandung senyawa aktif yang bermanfaat bagi tubuh (Wahyuni *et al.*, 2016). Beberapa contoh tanaman obat keluarga yang umum ditanam adalah daun sirih, jahe, kunyit, temulawak, dan sambilotos yang masing-masing memiliki khasiat untuk meningkatkan daya tahan tubuh, meredakan peradangan, mengatasi gangguan pencernaan, dan sebagainya (Karamina *et al.*, 2020). Penggunaan TOGA memberikan manfaat kesehatan, dan memungkinkan keluarga untuk lebih mandiri dalam merawat kesehatannya tanpa bergantung pada obat-obatan kimia.

Asuhan Mandiri (ASMAN) Jeng Ise Desa Pademonegoro, kecamatan Sukodono dengan luas lahan sekitar 100 m² telah menanam sejumlah 63 jenis toga, mulai dari jeruk, jahe, kemangi dan serai. Pada komunitas TOGA ini terdapat toga bunga, toga buah, dan toga rimpang yang telah dikelola sejak Desember 2019. Anggota ASMAN Jeng Ise Desa Pademonegoro merupakan warga desa yang dengan kesadaran tinggi terhadap pemeliharaan TOGA demi kesehatan bersama. Toga yang dikelola oleh ASMAN Jeng Ise telah menghasilkan beberapa produk yang dapat membantu meningkatkan kesehatan dan perekonomian anggota ASMAN Jeng Ise. Beberapa diantaranya adalah minuman Jeng Ise (jeruk, jahe, kemangi, serai), manisan Jenika (jeruk nipis, kates), makanan ringan Mang Kris (kemangi krispi), minuman Si Jenis (sirup jeruk nipis), sambal kemangi serai, olahan puding kelor, Sumpah (susu rempah), aroma terapi, minuman kesehatan, serta yang menjadi produk unggulan dari Jeng Ise adalah asap cair. Selain mengelola hasil TOGA, banyak sekali kegiatan yang dilakukan oleh anggota ASMAN Jeng Ise Desa Pademonegoro seperti pertemuan rutin yang terjadwal dan

didampingi oleh pembina ASMAN dari puskesmas Sukodono, kemudian kunjungan ke TOGA RT atau ASMAN RT, kemudian pelatihan-pelatihan dan pengembangan diri, sosialisasi produk ASMAN Jeng Ise, bimbingan dari pihak-pihak terkait seperti dari pihak pertanian dan puskesmas Sukodono.

Pemberdayaan masyarakat adalah usaha untuk memberikan kemandirian kepada mereka dengan mengaktifkan potensi dan kemampuan yang dimiliki. Pemberdayaan masyarakat melibatkan dua kelompok yang berhubungan erat, yaitu masyarakat sebagai penerima pemberdayaan dan pihak yang memiliki kepedulian sebagai pemberdaya (Febriansah, 2017). Tujuan serta fungsi dari penanaman TOGA bergantung pada kondisi nyata di masyarakat yang menyoroti tantangan dan hambatan dalam proses pengobatan (Sugito *et al.*, 2017). Kesulitan-kesulitan ini seringkali timbul karena ketidak mampuan dalam pembiayaan pengobatan. Oleh karena itu, ketersediaan pemberdayaan ibu rumah tangga untuk menanam TOGA menjadi komponen penting dalam upaya penyeimbangan kesehatan (Permatasari & Hardy, 2019). Di samping itu, sesuai dengan hasil dari program pengabdian masyarakat yang telah dijalankan oleh Febriansah (2017), pengetahuan masyarakat mengalami peningkatan dalam penggunaan tanaman obat yang berkontribusi pada perbaikan kondisi ekonomi mereka, terutama bagi anggota kelompok TOGA.

Tujuan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan peran ibu rumah tangga dalam menjaga dan meningkatkan kesehatan keluarga melalui pemberdayaan penanaman TOGA di Desa Pademonegoro. Pelibatan ibu rumah tangga pada kegiatan ini diharapkan mereka dapat memperoleh pengetahuan lebih dalam mengenai tanaman obat. Kegiatan ini juga bertujuan untuk memperkenalkan konsep pemeliharaan kesehatan dimana ibu rumah tangga menjadi agen perubahan yang berperan aktif menciptakan lingkungan sehat dan mandiri sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup keluarga. Adanya pemberdayaan ini diharapkan terjadi peningkatan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya gaya hidup sehat yang dapat dilakukan dengan memanfaatkan potensi alam sekitar.

METODE

Pelaksanaan kegiatan mengadopsi pendekatan ABCD (Asset Based Community Development). Pendekatan ini berfokus pada potensi dan kekuatan yang sudah ada di masyarakat, serta memberdayakan mereka untuk memaksimalkan sumber daya lokal yang dimiliki. Kegiatan ini dilaksanakan pada

tanggal 25 Mei 2024 di BUMDES Desa Pademonegoro. Tahap awal dilakukan penentuan lokasi dan permohonan izin untuk kesediaan lokasi pada ketua pengurus ASMAN Jeng Ise. Sasaran kegiatan ini adalah para ibu rumah tangga yang tinggal di Desa Pademonegoro Kecamatan Sidoarjo dan tidak ikut keanggotaan. Langkah pertama adalah identifikasi aset yang dimiliki oleh ibu rumah tangga, seperti pengetahuan dasar tentang tanaman, keterampilan berkebun, serta ketersediaan lahan di lingkungan rumah. Selanjutnya, dilakukan pelatihan dan pendampingan bagi ibu rumah tangga untuk menanam dan merawat tanaman obat dengan melibatkan mereka dalam setiap tahap kegiatan, mulai dari pemilihan tanaman, penyuluhan manfaatnya, hingga cara pengolahan untuk konsumsi keluarga. Melalui kegiatan ini diharapkan ibu rumah tangga memperoleh keterampilan praktis, tetapi membangun rasa percaya diri dan kemandirian dalam menjaga kesehatan keluarga secara alami.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan program pemberdayaan ibu rumah tangga melalui penanaman TOGA di Desa Pademonegoro menunjukkan hasil yang positif dalam meningkatkan kesadaran dan keterampilan ibu rumah tangga dalam menjaga kesehatan keluarga. Setiap ibu rumah tangga diberikan pemahaman tentang manfaat TOGA dan bagaimana cara menanam serta merawat tanaman obat yang dapat digunakan untuk pengobatan alami. Pelatihan yang dilakukan berbasis teori, dan praktik langsung di lapangan sehingga peserta dapat lebih mudah mengaplikasikan pengetahuan yang didapat (Fitaloka *et al.*, 2023; Qudsi *et al.*, 2024).

Melalui program ini, ibu rumah tangga di Desa Pademonegoro kini memiliki pengetahuan yang lebih baik mengenai berbagai jenis tanaman obat yang dapat ditanam di pekarangan rumah. Tanaman seperti jahe, kunyit, sambiloto, dan daun sirih yang sebelumnya belum dikenal secara luas, kini mulai banyak ditanam oleh ibu rumah tangga. Selain itu, mereka juga mempelajari cara-cara mengolah tanaman tersebut menjadi ramuan obat seperti membuat jamu atau teh herbal yang dapat dimanfaatkan untuk mencegah dan mengatasi berbagai masalah kesehatan ringan di keluarga seperti flu, batuk, atau gangguan pencernaan.

Selain pengetahuan tentang TOGA, program ini juga meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya pola hidup sehat berbasis alam. Ibu rumah tangga yang sebelumnya lebih bergantung pada obat-obatan kimia, kini

mulai mempertimbangkan dan beralih kepada penggunaan tanaman obat alami. Hal ini menjadi suatu perubahan positif, karena tanaman obat yang digunakan bermanfaat untuk kesehatan, dan lebih ramah lingkungan dan terhindar dari efek samping yang biasa ditemukan pada obat kimia (Nuraini *et al.*, 2022; Khayru *et al.*, 2021). Keterlibatan ibu rumah tangga juga memberikan dampak positif terhadap ketahanan pangan keluarga karena mereka mendapatkan manfaat kesehatan, dan memperoleh hasil panen yang dapat digunakan untuk konsumsi keluarga (Alifani *et al.*, 2024).



Gambar 1. Foto Bersama setelah Kegiatan

Pemberdayaan ibu rumah tangga juga terbukti memperkuat hubungan sosial di antara peserta. Selama pelaksanaan program, ibu rumah tangga yang sebelumnya tidak saling mengenal kini membentuk kelompok-kelompok belajar untuk saling berbagi informasi dan pengalaman (Mardikaningsih *et al.*, 2024). Kelompok-kelompok ini beberapa kali sering ditemui mengadakan pertemuan rutin untuk membahas perkembangan tanaman, berbagi tips, dan memberikan dukungan kepada anggota kelompok yang membutuhkan bantuan. Dengan adanya interaksi sosial ini, para ibu rumah tangga merasa lebih dihargai dan memiliki peran penting dalam menjaga kesehatan keluarga dan masyarakat sekitar (Darmawan *et al.*, 2021).

Dari segi ekonomi, pemberdayaan ini tentang mengelola TOGA. Produk dari ASMAN Jeng Ise juga turut diajarkan mengenai cara mengelola, kemudian memasarkannya. Sehingga dapat memberikan tambahan penghasilan bagi keluarga mereka. Penanaman TOGA membantu mengurangi pengeluaran keluarga untuk membeli obat-obatan yang dalam jangka panjang dapat meningkatkan kesejahteraan ekonomi keluarga.



Gambar 2. Edukasi Penyemaian

Pelaksanaan ini masih menghadapi beberapa permasalahan seperti terbatasnya pengetahuan dasar tentang pertanian dan kebun bagi beberapa ibu rumah tangga. Sebagian besar ibu rumah tangga memiliki pengalaman yang sangat terbatas dalam hal bertani atau berkebun sehingga mereka memerlukan pendampingan yang lebih intensif. Pelatihan yang berkesinambungan dan pemantauan rutin diperlukan agar ibu rumah tangga dapat lebih mandiri dalam merawat tanaman obat. Di sisi lain, sebagian ibu rumah tangga juga menghadapi kendala terkait keterbatasan lahan untuk menanam TOGA. Meskipun sebagian besar peserta memiliki pekarangan rumah, ada beberapa ibu rumah tangga yang tinggal di rumah dengan lahan terbatas. Hal ini mempengaruhi jenis tanaman yang dapat mereka tanam dan seberapa banyak mereka bisa menghasilkan tanaman obat. Oleh karena itu, perlu ada inovasi dalam penggunaan lahan yang terbatas seperti penanaman TOGA dalam pot atau *polybag* yang dapat ditempatkan di berbagai tempat di sekitar rumah.



Gambar 3. Edukasi Panen Serai

Program pemberdayaan ibu rumah tangga melalui penanaman Tanaman Obat Keluarga (TOGA) di Desa Pademonegoro menunjukkan dampak positif yang signifikan, khususnya dalam meningkatkan kualitas kesehatan keluarga dan memperkuat peran ibu rumah tangga sebagai pilar keluarga. Dengan penanaman TOGA, ibu rumah tangga memperoleh pengetahuan baru tentang manfaat tanaman obat dalam pencegahan dan pengobatan penyakit secara alami. Mereka diajarkan cara menanam, merawat, dan memanfaatkan TOGA untuk keperluan sehari-hari, seperti membuat ramuan tradisional untuk kesehatan keluarga. Selain itu, keterampilan ini memberikan solusi praktis dalam menjaga kesehatan tanpa harus bergantung sepenuhnya pada produk medis yang terkadang sulit dijangkau secara finansial.

Selain aspek kesehatan, program ini juga memberikan dampak signifikan pada pemberdayaan ekonomi dan sosial ibu rumah tangga. Dengan keterampilan bercocok tanam yang diperoleh, beberapa peserta mampu mengembangkan usaha kecil berbasis TOGA, seperti menjual bibit tanaman atau produk olahan herbal. Hal ini meningkatkan pendapatan keluarga, dan membuka peluang bagi ibu rumah tangga untuk lebih mandiri secara finansial.

Dari segi sosial, program ini menciptakan ruang interaksi yang mendukung antara peserta, di mana mereka saling berbagi pengalaman, motivasi, dan dukungan. Hal ini memperkuat solidaritas di antara komunitas ibu rumah tangga, sekaligus meningkatkan rasa percaya diri mereka dalam mengambil peran aktif dalam masyarakat.

Meskipun ada tantangan, seperti kurangnya akses terhadap lahan yang memadai dan keterbatasan waktu karena tanggung jawab rumah tangga, hasil yang dicapai menunjukkan bahwa pendekatan berbasis masyarakat ini efektif dalam memberdayakan ibu rumah tangga dari berbagai sisi. Keberhasilan program ini membuka peluang untuk replikasi di desa-desa lain, dengan beberapa penyesuaian untuk mengakomodasi kebutuhan lokal. Diharapkan, dengan dukungan berkelanjutan dari pemerintah, lembaga swadaya masyarakat, dan pihak terkait lainnya, model pemberdayaan seperti ini dapat menjadi bagian integral dari strategi pembangunan desa yang berfokus pada kemandirian keluarga dan peningkatan kualitas hidup masyarakat secara berkelanjutan.

PENUTUP

Kegiatan pemberdayaan ibu rumah tangga melalui pelatihan menanam tanaman obat keluarga (TOGA) telah membawa dampak yang positif bagi kesehatan dan kesejahteraan keluarga di Desa Pademonegoro. Kegiatan ini menyediakan informasi praktis tentang bercocok tanam, dan memberikan kesempatan bagi para ibu rumah tangga untuk mengembangkan keterampilan baru yang dapat meningkatkan taraf hidup mereka. Selain itu, program ini juga mendorong penggunaan pengobatan alternatif yang lebih terjangkau dan ramah lingkungan, sekaligus membuka peluang ekonomi baru bagi masyarakat desa. Hasilnya Desa Pademonegoro telah menjadi contoh yang berhasil tentang bagaimana melibatkan masyarakat dalam budidaya tanaman obat keluarga bisa menghasilkan perubahan positif dalam meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan keluarga serta pembangunan ekonomi yang berkelanjutan di tingkat lokal. Dengan demikian, pemberdayaan melalui pendekatan ini telah membantu menciptakan masyarakat yang lebih mandiri dan berdaya, serta mengurangi ketergantungan pada obat-obatan modern yang mahal.

DAFTAR PUSTAKA

- Alifani, R. M. O., E. Ernawati, S. F. A. Arifin, S. K. Rodiyah, M. E. Safira, R. Mardikaningsih, & Y. S. Hamzah. (2024). Inovasi Pertanian: Meningkatkan Ekonomi dengan Tanaman Hidroponik. *Manfaat: Jurnal Pengabdian pada Masyarakat Indonesia*, 1(2), 1-11.
- Darmawan, D., Febriyanti, A. A. G. S. Utama, S. Aisyah, Marasabessy, D. A. Larasati, F. W. Roosinda, & I. Aziz. (2021). *Psychological Perspective in Society 5.0*. Zahir Publishing, Purwokerto.
- Darmawan, D et al. (2021). *Tanaman Perkebunan Prospektif Indonesia*, Penerbit Qiara Media, Pasuruan.
- Darmawan, D. (2022). Environmental Accountability through Business Ethics, Responsibility, Morals and Legal Obligations, *Bulletin of Science, Technology and Society*, 1(2), 1-6.
- Febriansah, F. (2017). Pemberdayaan Kelompok Tanaman Obat Keluarga Menuju Keluarga Sehat di Desa Sumberadi, Mlati, Sleman. *Jurnal BERDIKARI*, 5(2), 80 - 90.
- Fitaloka, E. D., D. F. Ningsih, R. Mardikaningsih, N. D. Aliyah, S. N. Halizah, F. Isalillah, R. K. Khayru, & D. Darmawan. (2023). Pelatihan Kerajinan Ibu-Ibu PKK dari Limbah Bekas Kemasan Pabrik Kopi pada PT Santos Jaya Abadi Menjadi Sebuah Produk Tas dan Tempat Tisu. *MENGABDI: Jurnal Hasil Kegiatan Bersama Masyarakat*, 1(5), 54-62.
- Hardyansah, R., Saputra, R., Pakpahan, N.H., Darmawan, D., Saktiawan, P., & Wibowo, A. S. (2023). Meraih kemandirian finansial: Pendampingan manajemen keuangan bagi usaha mikro. *Padimas*, 1(1), 1-11.
- Issalillah, F., Vitriyaningsih, Y., Herisasono, A., Putra, A. R., Suwito, S., Mujito, M., & Khayru, R.K. (2023). Posyandu sebagai wadah kebersamaan untuk meningkatkan kesehatan anak di masyarakat. *Padimas*, 1(1), 28-37.
- Karamina, H., S. Supriyadi, D. D. F. Yasin, M. Y. Kambar, & F. K. Astuti. (2020). Pemanfaatan dan Penanaman Tanaman Obat Keluarga (TOGA) Menuju Keluarga Sehat pada Ibu Pemberdayaan Kesejahteraan Keluarga (PKK). *Jurnal Inovasi Hasil Pengabdian Masyarakat (JIPEMAS)*, 3(2), 120-127.
- Khayru, R. K., R. N. S. Wisnujati, D. Darmawan, & F. Issalillah. (2021). Pengamatan Loyalitas Merek Obat Herbal Berdasarkan Kemasan dan Harga. *Jurnal Simki Economic*, 4(2), 121-132.

- Kiromah, N. Z. W., E. Handayani, A. A. F. Yuliani, & M. Muchromin. (2019). Pemberdayaan Ibu Rumah Tangga di Desa Kalibeji Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen dalam Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (Toga). In *Prosiding Seminar Nasional Abdimas II 2019*, 1742-1750.
- Mardikaningsih, R., M. Hariani, J. A. Rojak, D. Darmawan, Y. Vitrianingsih, N. D. Aliyah, R. Hardyansah, A. R. Putra, M. Y. M. El-Yunusi, A. B. A. Majid, M. C. Rizky, D. S. Negara, E. Masnawati, & M. E. Safira. (2024). *Hubungan Masyarakat*. LPPM Unsuri Surabaya, Sidoarjo.
- Mardikaningsih, R., Darmawan, D., Mubasyiroh, A., Maulani, A., Amir, H., Mubarak, M., Hakiky, S. F., Aziz, T. S., & Fitrotinisak, I. K. (2023). Gotong royong pembersihan pesarean: Kerja nyata masyarakat untuk lingkungan yang sehat. *Padimas*, 2(2), 21-24.
- Masnawati, E., M. Hariani, R. Mardikaningsih, D. V. Noviyanti, S. M. Safitri, A. Alfiyani HD, & A. Saniatur. 2023. Environmental Education Strategies in Islamic Education to Create an Ecologically Minded Generation. *Bulletin of Science, Technology and Society*, 2(1), 39-48.
- Nuraini, R., D. Darmawan, R. Mardikaningsih, M. Hariani, & S. N. Halizah. (2022). Keberlanjutan Kelestarian Lingkungan: Peran Kunci Lokus Kendali Internal dan Wawasan Lingkungan Dalam Mendorong Perilaku Pro-Lingkungan. *TIN: Terapan Informatika Nusantara*, 3(3), 116-122.
- Permatasari, P. & F. R. Hardy. (2019). Pemberdayaan Ibu Rumah Tangga di Kelurahan Cinere dalam Penanaman dan Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga. *Jurnal Bakti Masyarakat Indonesia*, 2(1), 129-134.
- Qudsi, I., N. Hidayati, F. Ainun, R. Mardikaningsih, D. Darmawan, M. Hariani, & R. Hardyansah. (2024). Pelatihan Ecoprint pada Totebag dalam Meningkatkan Kreatifitas Anak di desa Pasinan Kecamatan Lekok Pasuruan. *Masyarakat Berkarya: Jurnal Pengabdian dan Perubahan Sosial*, 1(4), 1-14.
- Sugito, S., S. Susilowati, & M. Al Kholif. (2017). Strategi Pemanfaatan Lahan Pekarangan untuk Budidaya Tanaman Obat Keluarga (TOGA). *Penamas Adi Buana*, 2(2), 1-8.
- Wahyuni, D. K., W. Ekasari, J. R. Witono, & H. Purnobasuki. (2016). *Toga Indonesia*. Airlangga University Press, Surabaya.