

Pemberdayaan Masyarakat dalam Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga sebagai Alternatif Pengobatan yang Aman, Efektif, dan Terjangkau

Rully Annisa^{1✉}, Wilis Cahyani², Tati Hardiyani¹

¹Universitas Muhammadiyah Purwokerto

²Universitas Jendral Soedirman Purwokerto

Korespondensi: rullyannisa20@gmail.com, +62 89697499081

Diterima: 20 Desember 2025

Disetujui: 18 Januari 2026

Diterbitkan: 31 Januari 2026

Abstrak

Latar belakang: Kesehatan merupakan salah satu aspek fundamental dalam kehidupan manusia. Namun akses terhadap layanan Kesehatan yang memadai masih menjadi tantangan di banyak daerah, terutama di pedesaan. Ketidakpuasan terhadap pengobatan konvensional, permasalahan ekonomi, dan nilai-nilai pengobatan tradisional yang tidak dimiliki oleh pengobatan konvensional menjadi alasan mengapa masyarakat lebih memilih pengobatan tradisional daripada pengobatan konvensional. **Tujuan:** Edukasi tentang arti penting pemanfaatan tanaman obat keluarga (TOGA) sekaligus mendukung kemandirian kesehatan melalui alternatif pengobatan aman, efektif, dan terjangkau. **Metode:** Kegiatan dilaksanakan dalam beberapa tahapan yaitu sosialisasi, pelatihan, penerapan teknologi, pendampingan dan evaluasi, dan keberlanjutan program sebagai solusi untuk pemberdayaan mitra. **Hasil:** Pada aspek manajemen, mitra mendapatkan pengetahuan tentang budidaya tanaman TOGA, pengolahan produk hingga pemasaran digital. Sebagian mitra sudah merasakan adanya *income generating* dari usahanya. Pemahaman sosial mitra atas penggunaan produk herbal yang aman terstandar akan menurunkan beban layanan kesehatan primer yang lebih mengutamakan obat sintetis. **Kesimpulan:** Mitra mampu menerapkan teknologi budidaya TOGA menggunakan metode Hidroponik Sistem Wick. Mitra juga mengalami peningkatan pengetahuan tentang TOGA dan khasiatnya.

Kata kunci: edukasi kesehatan, *income generating*, pengobatan herbal, pemberdayaan masyarakat, tanaman obat keluarga

Abstract

Background: Health is a fundamental aspect of human life. However, access to adequate health services remains a challenge in many areas, especially in rural areas. Dissatisfaction with conventional medicine, economic constraints, and the lack of traditional healing values are reasons why people prefer traditional medicine over conventional treatment. **Objective:** To educate about the importance of utilizing family medicinal plants (TOGA) while supporting health independence through safe, effective, and affordable alternative therapies. **Method:** The activity was carried out in several stages: outreach, training, technology implementation, mentoring and evaluation, and program sustainability as a solution to empower partners. **Result:** In terms of management, partners gained knowledge about TOGA plant cultivation, product processing, and digital marketing. Some partners have experienced income generation from their businesses. Partners' social understanding of the use of safe, standardized herbal products will reduce the burden on primary health care services that prioritize synthetic drugs. **Conclusion:** Partners are able to implement TOGA cultivation technology using the Hydroponic Wick System method. Partners also experienced increased knowledge about TOGA and its benefits.

Keywords: health education, income generation, herbal medicine, community empowerment, family medicinal plants

PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan salah satu aspek fundamental dalam kehidupan manusia, namun akses terhadap layanan kesehatan yang memadai masih menjadi tantangan di banyak daerah, terutama di pedesaan. Dalam menghadapi tantangan kesehatan ini, banyak yang bergantung pada obat-obatan modern untuk mengendalikan penyakit tidak menular seperti hipertensi [1, 2]. Gaya hidup sehat semakin menjadi kebutuhan utama ditengah tingginya Tingkat penyakit yang disebabkan oleh pola hidup tidak sehat. Terdapat beberapa kendala yang dihadapi diantaranya, keterbatasan pembiayaan oleh pemerintah, pemberdayaan masyarakat yang belum optimal, fungsi manajemen kesehatan yang belum efektif, lemahnya sistem informasi kesehatan hingga ketersediaan dan distribusi SDM yang belum memadai maupun tidak merata [3].

Ketidakpuasan terhadap pengobatan konvensional, permasalahan ekonomi, dan nilai-nilai pengobatan tradisional yang tidak dimiliki oleh pengobatan konvensional menjadi alasan mengapa masyarakat lebih memilih pengobatan tradisional daripada pengobatan konvensional [4]. Bagi peserta, proses pengobatan tradisional lebih humanis daripada pengobatan konvensional yang cenderung berfokus pada ketentuan dan prosedur operasi standar rumah sakit [5, 6].

Kasus hipertensi diperkirakan akan meningkat sebesar 80% pada tahun 2025 terutama di negara berkembang, dari 639 juta kasus pada tahun 2000 menjadi 1,15 miliar kasus pada tahun 2025 [7]. Banyak statistik yang telah dikumpulkan mengenai prevalensi hipertensi di Indonesia menunjukkan bahwa masih banyak pasien di daerah pedesaan yang kurang terlayani oleh pelayanan medis. Cakupannya masih sangat terbatas, baik dalam hal penemuan kasus maupun manajemen pengobatan, dan sebagian besar pasien hipertensi tidak menunjukkan gejala apapun [8].

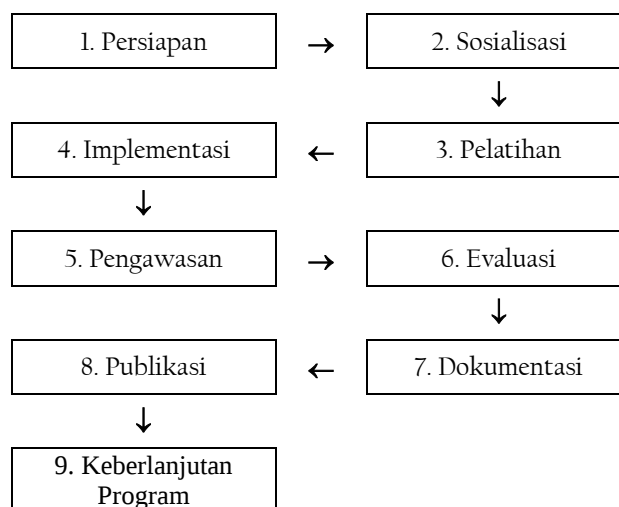
Layanan kesehatan tradisional belum ada dan baru akan dicanangkan oleh Pemerintah Provinsi Jawa Tengah dalam pengembangan kesehatan tradisional yang nantinya akan ada 7 Rumah Sakit dan 164 Puskesmas di Jawa Tengah membuka layanan kesehatan tradisional [9, 10]. Hipertensi adalah kondisi medis dimana tekanan darah seseorang berada diatas angka batas normal, yaitu lebih dari atau sama dengan 140/90 mmHg [11].

Hipertensi yang tidak terkontrol dapat menyebabkan berbagai penyakit kardiovaskuler, seperti stroke, gagal jantung, dan penyakit ginjal [12, 13]. Data menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi terus meningkat terutama pada perempuan, yang biasanya dipicu oleh gaya hidup yang kurang sehat, seperti pola makan tinggi garam, kurangnya aktivitas tubuh, serta stress yang berkepanjangan [14, 15].

Disisi lain, Indonesia memiliki dan sangat kaya dengan berbagai tanaman obat rakyat yang telah terbukti memiliki khasiat cukup bagus dalam mengatasi berbagai gangguan kesehatan pada masyarakat secara turun-temurun. Menjadi sangat penting untuk memberikan edukasi mengenai pentingnya pemanfaatan tanaman obat keluarga untuk mendukung kemandirian kesehatan melalui alternatif pengobatan aman, efektif, dan terjangkau serta memperkuat pembangunan sumber daya manusia.

METODE

Kegiatan berfokus pada program pemberdayaan masyarakat untuk mengoptimalkan kemampuan budidaya tanaman obat sekaligus peningkatan pengetahuan tentang khasiatnya sebagai obat alternatif yang aman dalam pengendalian masalah penyakit tidak menular. Kegiatan dilaksanakan di Desa Rawalo Kecamatan Rawalo dengan mitra Karang Taruna. Pelaksanaannya dilakukan secara sistematis dengan melibatkan masyarakat secara aktif. Metode pelaksanaan mencakup beberapa tahapan utama, yaitu tahap persiapan, sosialisasi, pelatihan, pelaksanaan, pemantauan, evaluasi, pendokumentasian, promosi, pemberdayaan masyarakat, serta penguatan aspek keberlanjutan (Gambar 1).



Gambar 1. Alur tahapan kegiatan pengabdian

Pada awal program dilakukan kegiatan sosialisasi kepada masyarakat Desa Rawalo tentang khasiat tanaman obat keluarga untuk menjaga kesehatan terutama pada masyarakat yang mempunyai gangguan kesehatan seperti hipertensi dan diabetes melitus. Sosialisasi dilaksanakan di Aula Kecamatan Rawalo yang dihadiri oleh staff dari Desa, tokoh masyarakat dan anggota Karang Taruna Bina Karya III, serta Tim Pengabdian dari UMP dan Unsoed yang melibatkan serta beberapa mahasiswa Prodi Keperawatan Anestesiologi D4. Sosialisasi dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat tentang manfaat serta cara memanfaatkan TOGA untuk

kesehatan, sekaligus menambah nilai ekonomi bagi keluarga.

Kunjungan rumah dilakukan untuk mengamati kegiatan pemanfaatan halaman rumah sebagai kebun TOGA, sekaligus mendokumentasikan cara pola tanam yang telah dilakukan. Informasi cara taman ini menjadikan acuan dalam memilih metode yang lebih efisien dalam pengelolaan kebun TOGA bagi masyarakat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil survei mendapatkan informasi mencakup jenis tanaman yang ditanam, teknik budidaya, dan manfaat yang telah dirasakan bagi keluarga. Kegiatan survei disertai dengan edukasi personal bagi keluarga pemilik TOGA sekaligus memberikan motivasi untuk terus melestarikan budidaya tanaman obat dan pengobatan tradisional. Selain itu, keberadaan tanaman obat di halaman rumah juga dapat menjadi upaya untuk menghijaukan lingkungan rumah tinggal sehingga sirkulasi udara sehat dapat dinikmati oleh setiap anggota keluarga.



Gambar 2. Survey lapangan ke kebun TOGA

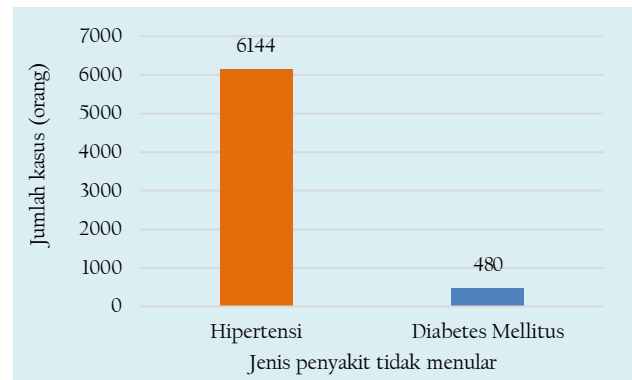


Gambar 3. Sosialisasi tentang tanaman obat keluarga

Karang Taruna Bina Karya III adalah organisasi sosial kemasyarakatan berbasis generasi muda yang aktif di Desa Rawalo. Wadah organisasi ini terus dibina untuk mengembangkan potensi generasi muda untuk dapat berperan dalam pencegahan masalah sosial dan pemberdayaan masyarakat untuk kesejahteraan sosial. Salah satu upaya yang dilakukan adalah untuk mengembangkan generasi muda dengan memfasilitasi terlaksananya berbagai kegiatan pendidikan, pelatihan,

dan pengembangan minat serta bakat. Berkaitan dengan hal ini terutama dalam pengembangan kesehatan dengan pemanfaatan bahan obat tradisional [2, 16].

Banyak cara yang bisa dilakukan untuk mencapai Kesehatan Masyarakat yang optimal, misal dengan pemanfaatan lahan kosong atau halaman rumah untuk menanam tanaman obat keluarga sebagai upaya awal pengembangan kesehatan tradisional seperti yang sudah dilakukan masyarakat desa Rawalo namun jenis tanamannya masih terbatas yang mudah didapatkan.



Gambar 4. Kejadian penyakit tidak menular di Puskesmas Rawalo (Sumber: data profil kesehatan)

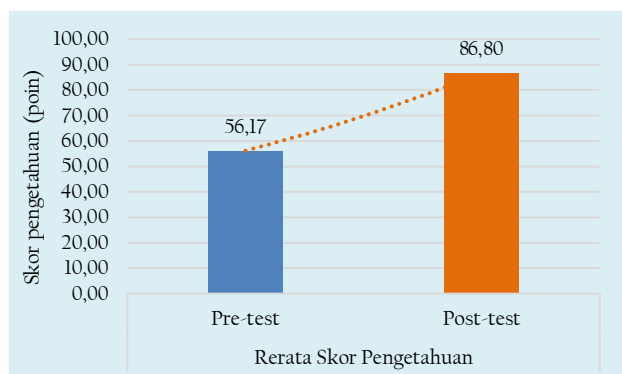
Tidak semua anggota mitra Karang Taruna Bina Karya III Desa Rawalo memiliki pekarangan yang luas yang masih berupa tanah belum termanfaatkan. Lebih banyak anggota mitra yang memiliki lahan terbatas sehingga muncul inovasi hidroponik dalam budidaya tanaman TOGA.



Gambar 5. Pelatihan Hidroponik Sistem Wick

Teknik hidroponik adalah cara budidaya atau bertanam dengan media tanam bukan dari tanah tetapi berupa air dan atau substrat lain seperti cocopeat, arang, serat mineral, serbuk gergaji dan lainnya [17]. Fungsi media tanam bagi tanaman selain sebagai tempat hidup, media tanam juga sebagai penyedia hara bagi tanaman budidaya. Tanaman yang dibudidayakan dengan hidroponik ini

mendapatkan nutrisi dari hara yang dilarutkan pada media air hidroponik. Sistem hidroponik memiliki banyak jenisnya mulai dari teknik yang sederhana hingga yang kompleks. Sistem hidroponik yang lebih cocok diterapkan pada mitra adalah sistem hidroponik yang sederhana seperti "Hidroponik Sistem Wick". Teknik hidroponik sistem wick ini sederhana dan lebih menguntungkan karena mudah dalam perawatannya dan tidak perlu melakukan penyiraman. Sistem aliran nutrisi ke tanaman melalui sumbu untuk dapat sampai ke tanaman budidaya seperti sumbu kompor, kapas, kain bekas bahkan kain flanel yang terpenting bahan sumbu bisa menyerap air. Akar tanaman tidak dicelupkan langsung ke dalam air, melainkan mereka tumbuh dalam beberapa bahan penahan air seperti rockwool, busa atau cocopeat [18].



Gambar 5. Rerata pengetahuan budidaya hidroponik

Peningkatan level keberdayaan mitra dari aspek manajemen, khususnya dalam peningkatan *income generating* pada mitra masih belum optimal. Sebagian besar belum merasakan adanya peningkatan pendapatan dan produktivitas usaha dalam pengelolaan tanaman obat. Diharapkan setelah menerapkan prinsip standardisasi, pelabelan, dan pemantauan keamanan ramuan serta pemasaran produk melalui dukungan teknologi digital akan lebih meningkatkan pangsa pasar sehingga memberikan nilai tambah secara ekonomis.



Gambar 5. Pengelolaan tanaman obat pada lahan mitra.

Secara umum, persepsi mitra mengarah pada tiga manfaat utama, yaitu 1) peningkatan kepercayaan konsumen, terutama setelah adanya fitur pemeriksaan interaksi obat-herbal; 2) kenaikan omzet dan harga jual produk, karena produk dinilai lebih aman dan memiliki nilai profesional; dan 3) akses pasar yang lebih luas, terutama di platform digital dan jaringan distribusi lokal.

Peningkatan level keberdayaan mitra dari aspek sosial kemasyarakatan adalah peningkatan kesehatan produk herbal yang aman dan terstandarisasi sehingga membantu masyarakat menangani keluhan masalah kesehatan tanpa langsung bergantung pada obat sintetis. Penggunaan tanaman obat sebagai obat alternatif akan menurunkan beban layanan kesehatan primer.

KESIMPULAN

Kegiatan edukasi, pelatihan, dan pendampingan pada kelompok mitra dapat meningkatkan pengetahuan dalam pemahaman khasiat, pengelolaan dan budidaya tanaman obat keluarga. Budidaya tanaman TOGA menggunakan metode Hidroponik Sistem Wick menjadi sebuah solusi bagi keluarga dengan keterbatasan area halaman rumah.

REKOMENDASI

Dilakukan pendampingan dan pemantauan secara periodik berkesinambungan oleh pihak terkait agar masyarakat mitra benar-benar berdaya dalam pengelolaan tanaman obat keluarga sehingga mampu mengatasi gangguan kesehatan seperti hipertensi dan diabetes mellitus serta dapat memperoleh peningkatan pendapatan (*income generating*).

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih disampaikan kepada mitra yang berkenan menjadi subyek kegiatan pengabdian. Terimakasih juga disampaikan kepada Universitas Muhammadiyah Purwokerto yang telah memfasilitasi seluruh tahapan kegiatan. Juga kepada Kemdiktisaintek yang telah memberikan bantuan pendanaan melalui hibah DPPM tahun anggaran 2025 dengan nomor kontrak induk: 338/C3/DT.05.00/PM-BATCH III/2025, kontrak turunan: 010/LL6/AL.04/PM-BATCH III/2025, dan kontrak Dosen: A11.III/308-S.Pj/LPPM/IX/2025.

REFERENSI

- [1] Carlson Wade. *Mengatasi Hipertensi*. II. Bandung: Penerbit Nuansa Cendekia, 2021.
- [2] WHO. *WHO traditional medicine strategy*. 2014-2023. World Health Organization, 2023. <https://www.who.int/publications/i/item/9789241506096>
- [3] Kementerian Kesehatan RI. Kemenkes budayakan kesehatan tradisional melalui BKTm. *Kemkes* 2019; 59: 8–9. <https://kemkes.go.id/id/kemenkes-budayakan-kesehatan-tradisional-melalui-bktm>
- [4] Firdaus EK, Hardiyani T, Dos Santos Silva JF, Amir H. What are the reasons for choosing traditional medicine over conventional medicine? A qualitative study. *Gac Méd Caracas*. 2023; 131 (51) https://saber.ucv.ve/ojs/index.php/rev_gmc/article/view/25703

- [5] Istichomah I, Ambarwati ER. Edukasi tentang tanaman herbal untuk mengatasi Hipertensi di Dusun Sumber Gamol Gamping Sleman. *Jurnal Pengabdian Harapan Ibu (JPHI)* 2024; 6: 1. <https://doi.org/10.30644/jphi.v6i1.849>
- [6] Puspitasari I, Sari GNF, Indrayati A. Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) sebagai Alternatif Pengobatan Mandiri. *Warta LPM* 2021; 24: 456–465. <https://doi.org/10.23917/warta.v24i3.1111>
- [7] WHO. Hypertension. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>.
- [8] Kementerian Kesehatan RI. Permenkes No 9 tahun 2016 tentang Upaya Pengembangan Kesehatan Tradisional Melalui Asuhan Mandiri Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga dan Keterampilan. 2016; 2004–2006.
- [9] BPS. Profil Kesehatan Kecamatan Rawalo Tahun 2024. diunduh dari: chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://static.banyumaskab.go.id/website/file/profil_kesehatan_kecamatan_rawalo_2024_040325112940.pdf
- [10] BPS. Profil Kesehatan Kecamatan Rawalo Tahun 2023. diunduh dari: chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://static.banyumaskab.go.id/website/file/profil_kesehatan_kecamatan_rawalo_2023_141124010123.pdf
- [11] Potter PA, Perry AG. *Buku Ajar Fundamental Keperawatan Konsep Proses Dan Praktik Volume 2 (edisi 4)*. Edisi 4. Jakarta: Buku Kedokteran EGC, 2012.
- [12] Elfahmi, Woerdenbag HJ, Kayser O. Jamu: Indonesian traditional herbal medicine towards rational phytopharmacological use. *J Herb Med* 2014; 4: 51–73. <https://doi.org/10.1016/j.hermed.2014.01.002>
- [13] WHO. *World Health Organization: Monitoring Health for SDG's*. 2025. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240110496>
- [14] Mulyani NS, Arnisam W, Ermi P. Pengaruh Pemberian Teh Hijau (*Camellia sinensis*) Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *AVERROUS: Jurnal Kedokteran dan Kesehatan Malikussaleh* 2019; 5: 127. <https://doi.org/10.29103/averrous.v5i2.2086>
- [15] Ningrum AP, Utama WT, Kurniati I. Pengaruh Konsumsi Teh Hijau Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. *Medula* 2021; 10: 737–742. <https://doi.org/10.53089/medula.v10i4.122>
- [16] Annisa R, Tania M, Kurnia D. Menjaga Kadar Kolesterol dan Tekanan Darah Untuk Kesehatan Jantung Dengan Konsumsi Minuman Herbal Teh Hijau. *Jurnal Inovasi Dan Pengabdian Masyarakat Indonesia* 2023; 2: 54–57. <https://doi.org/10.26714/jipmi.v2i3.131>
- [17] Setiawan A. *Buku Pintar Hidroponik*. Penerbit: Laksana. ISBN 978-602-407-623-8. Yogyakarta: 2019.
- [18] Sundoro BT. Penyuluhan Penggunaan Teknik Hidroponik Wick System dengan Media Botol Plastik Bekas sebagai Media Cangkok Tanam di Desa Ngawu, Playen, Gunung Kidul. *Jurnal Atma Inovasia (JAI)*; 2022; 2(3): 339-343. <https://doi.org/10.24002/jai.v2i3.4508>