Gudang Jurnal Pengabdian Masyarakat
Volume 5 ; Nomor 1 ; Januari 2027 ; Page 86-90
Doi : https://doi.org/10.59435/gjpm.v5i1.2389
Website : https://gudangjurnal.com/index.php/gjpm
E-ISSN : 3024-8019

Edukasi dan Pemberdayaan Ibu Rumah Tangga dalam Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga di Desa Makar

La Ode Ahmad Saktiansyah[1]

[1]Program Studi Kesehatan Masyarakat, Universitas Halu Oleo
[1*]saktiansyah89@uho.ac.id

Abstrak

Keterbatasan akses geografis menuju fasilitas pelayanan kesehatan sekunder dan rendahnya literasi kesehatan mengenai penanganan dini penyakit ringan menjadi tantangan utama bagi masyarakat di kawasan pesisir Desa Makar, Kecamatan Soropia, Kabupaten Konawe. Di sisi lain, pekarangan rumah warga yang cukup luas belum dimanfaatkan secara optimal dan cenderung menjadi lahan tidur. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk mengedukasi serta memberdayakan Ibu Rumah Tangga (IRT) melalui optimalisasi lahan pekarangan sebagai kebun Tanaman Obat Keluarga (TOGA) demi mewujudkan kemandirian kesehatan dan ekonomi keluarga. Metode yang digunakan adalah pendekatan partisipatif (*Participatory Rural Appraisal*) terhadap 20 orang IRT dan kader Pemberdayaan Kesejahteraan Keluarga (PKK), yang meliputi tahapan persiapan dan pemetaan, penyuluhan teoretis (*andragogi*), pelatihan budidaya organik melalui pembuatan Demonstrasi Plot (Demplot), serta pelatihan hilirisasi pasca-panen produk herbal. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan signifikan pada aspek kognitif dan psikomotorik peserta, di mana skor pemahaman meningkat 61,47% dan 90% IRT mampu mengenali khasiat klinis serta dosis aman herbal. Seluruh peserta (100%) berhasil mempraktikkan pembuatan media tanam organik adaptif pesisir menggunakan metode *polybag* serta memproduksi minuman instan jahe merah bubuk dan teh herbal daun kelor kemasan higienis. Program ini efektif membangun pertahanan kesehatan preventif keluarga sekaligus membuka peluang ekonomi baru di sektor pariwisata pesisir.

Kata Kunci: Ibu Rumah Tangga, Kemandirian Kesehatan, Pemberdayaan Masyarakat, Tanaman Obat Keluarga

PENDAHULUAN

Pembangunan kesehatan pada hakikatnya merupakan upaya mendasar untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia yang berujung pada kesejahteraan masyarakat secara menyeluruh. Meskipun teknologi kedokteran dan ketersediaan obat-obatan sintetis berkembang pesat, pemenuhan layanan kesehatan yang merata, terjangkau, dan aman masih menjadi tantangan krusial di wilayah perdesaan dan pesisir Indonesia (Kementerian Kesehatan RI, 2021). Ketergantungan masyarakat yang tinggi terhadap obat-obatan kimia komersial tanpa pengawasan medis sering memicu permasalahan baru, baik dari sisi beban pengeluaran rumah tangga maupun risiko efek samping jangka panjang akibat konsumsi obat secara tidak rasional (*over-medication*) (Rahmawati & Nugroho, 2022). Desa Makar yang terletak di kawasan pesisir Kecamatan Soropia, Kabupaten Konawe, menghadapi tantangan geografis berupa jarak tempuh yang cukup jauh menuju fasilitas pelayanan kesehatan sekunder dengan keterbatasan moda transportasi, terutama pada situasi darurat malam hari. Kondisi ini diperparah oleh rendahnya literasi warga mengenai penanganan dini penyakit ringan seperti demam, batuk, flu, luka luar, diare, hingga gejala awal hipertensi, sementara lahan pekarangan warga yang luas masih terbengkalai atau sekadar ditanami tanaman hias tanpa nilai fungsional.

Sebagai solusi atas permasalahan tersebut, intervensi pemberdayaan masyarakat berbasis optimalisasi lahan pekarangan sebagai kebun Tanaman Obat Keluarga (TOGA) atau apotek hidup ditawarkan melalui peran sentral Ibu Rumah Tangga (IRT). Dalam struktur sosial masyarakat perdesaan, IRT memegang peran strategis sebagai pengelola manajemen domestik sekaligus pihak pertama yang merespons keluhan kesehatan anggota keluarga (Fitriani et al., 2023). Membekali IRT dengan pengetahuan farmakologis dasar, teknik budidaya organik adaptif pesisir, serta keterampilan pengolahan pasca-panen produk herbal higienis diharapkan mampu mentransformasi perilaku masyarakat dari yang semula pasif dan konsumtif terhadap obat kimia menjadi aktif, produktif, dan mandiri secara kesehatan maupun ekonomi.

Sejumlah kegiatan pengabdian terdahulu telah mengkaji pemanfaatan TOGA pada berbagai komunitas dalam lima tahun terakhir. Agustina & Wardani (2021) melaksanakan pemberdayaan masyarakat melalui pemanfaatan TOGA sebagai apotek hidup di lahan pekarangan perdesaan yang berfokus pada penanaman bibit dasar. Selanjutnya, Suryani & Lestari (2022) mengkaji efektivitas edukasi pembuatan simplisia TOGA terhadap peningkatan keterampilan IRT di wilayah pesisir. Pada lokasi yang berdekatan, Sabarudin et al. (2023) melakukan pembuatan dan penanaman TOGA bersama masyarakat di Desa Leppe, Kecamatan Soropia, guna meningkatkan kesadaran pemanfaatan tanaman herbal lokal. Selain itu, Handayani et al. (2023) mengembangkan pelatihan budidaya TOGA sistem *polybag* untuk mengatasi keterbatasan lahan dan salinitas tanah di kawasan pesisir, sedangkan Prasetyo & Wulandari (2024) mengintegrasikan penyuluhan dosis aman herbal dengan diversifikasi minuman fungsional instan pada kelompok dasawisma.

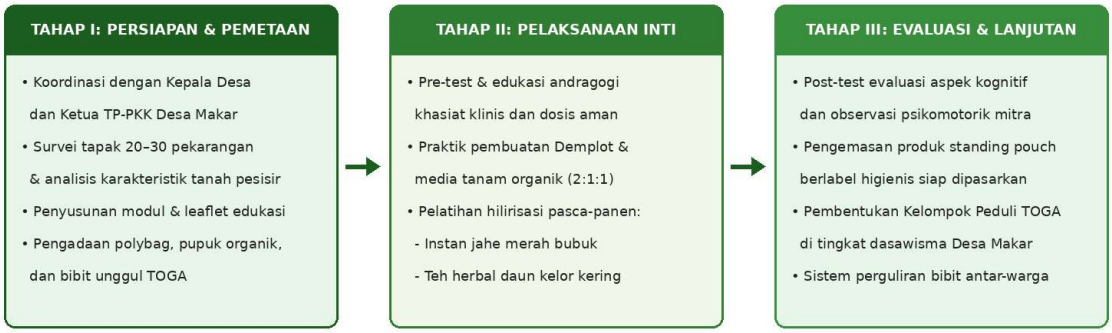
CC Attribution-ShareAlike 4.0 License.

Berdasarkan tinjauan terhadap lima pengabdian sejenis tersebut, ditemukan kesenjangan (*gap analysis*) bahwa sebagian besar intervensi sebelumnya masih terfokus secara parsial pada aspek budidaya penanaman atau pembuatan simplisia mentah saja, tanpa mengintegrasikan pemahaman rasionalitas dosis aman herbal serta hilirisasi pasca-panen menjadi produk bernilai jual yang terhubung dengan potensi wisata lokal. Di Desa Makar, IRT masih menganggap rimpang seperti jahe, kunyit, dan serai sekadar bumbu dapur penghilang bau amis ikan, tanpa memahami kandungan metabolit sekundernya seperti *kurkumin*, *gingerol*, dan minyak atsiri maupun cara membudidayakannya pada kondisi tanah pesisir yang cenderung bersalinitas tinggi. Oleh karena itu, pengabdian ini bertujuan untuk mengedukasi dan memberdayakan IRT di Desa Makar secara komprehensif mulai dari peningkatan literasi klinis dan keamanan herbal, praktik budidaya organik adaptif pesisir melalui Demonstrasi Plot (Demplot), hingga pelatihan hilirisasi produk olahan fungsional siap jual. Melalui program ini, diharapkan tercipta sistem pertahanan kesehatan preventif yang mandiri di tingkat keluarga, penurunan pengeluaran obat kimia dasar, serta terbentuknya kelompok usaha mikro berbasis TOGA yang berkelanjutan di bawah naungan Pemberdayaan Kesejahteraan Keluarga (PKK) Desa Makar.

METODE

Tahapan Pengabdian

Pelaksanaan kegiatan pemberdayaan dan edukasi Tanaman Obat Keluarga (TOGA) bagi Ibu Rumah Tangga (IRT) di Desa Makar, Kecamatan Soropia, Kabupaten Konawe, dilaksanakan menggunakan pendekatan partisipatif (*Participatory Rural Appraisal*) yang melibatkan 20 orang IRT dan kader PKK. Alur pelaksanaan pengabdian dibagi ke dalam tiga tahapan terstruktur yang mencakup tahap persiapan dan pemetaan, tahap pelaksanaan inti, serta tahap evaluasi dan keberlanjutan program, sebagaimana disajikan pada Gambar 1.



Gambar 1. Alur Tahapan Pelaksanaan Pengabdian Masyarakat di Desa Makar

Gambar 1 menjelaskan keterkaitan sistematis antar-tahapan kegiatan, di mana hasil pemetaan kondisi biofisik pekarangan pesisir dan koordinasi bersama perangkat desa pada tahap awal menjadi landasan penentuan komposisi media tanam organik, penyusunan *leaflet* edukasi, serta pemilihan varietas bibit unggul pada tahap pelaksanaan inti di lapangan.

Metode Penyelesaian Masalah dan Pengujian

Metode penyelesaian masalah dalam pengabdian ini dirancang untuk menjawab dua persoalan utama mitra, yakni rendahnya literasi kesehatan herbal dan belum optimalnya pemanfaatan pekarangan pesisir. Pada sesi edukasi teoretis, diterapkan metode *andragogi* (pendidikan orang dewasa) melalui ceramah interaktif, diskusi kasus penyakit ringan, serta pembagian media cetak berupa *leaflet* informatif. Pengujian peningkatan pengetahuan kognitif peserta dilakukan menggunakan instrumen kuesioner *pre-test* dan *post-test*, dengan persentase peningkatan skor pemahaman dihitung menggunakan persamaan (1) sebagai berikut:

$$\Delta P = [(Spost - Spre) / Spre] \times 100\% \quad (1)$$

dengan ΔP menyatakan persentase peningkatan pemahaman peserta, *S*post merupakan nilai rata-rata evaluasi setelah penyuluhan, dan *S*pre merupakan nilai rata-rata sebelum penyuluhan.

Selanjutnya, pada sesi praktik budidaya, tim pelaksana menerapkan metode *learning by doing* melalui pembuatan Demonstrasi Plot (Demplot) percontohan dan penggunaan wadah *polybag* berukuran 30 × 30 cm untuk menyiasati tanah pesisir yang bersalinitas tinggi maupun halaman rumah yang telah disemen. Komposisi media tanam organik diformulasikan menggunakan perbandingan volume tanah *top soil*, pupuk kandang atau kompos limbah dapur, dan sekam bakar sebesar 2 : 1 : 1 guna menjaga porositas serta kesuburan tanah (Ningsih & Hidayat, 2022). Rincian jenis tanaman, kandungan metabolit sekunder, khasiat klinis, serta bentuk olahan pasca-panen yang diintroduksikan kepada mitra disajikan pada Tabel 1.

CC Attribution-ShareAlike 4.0 License.

Tabel 1. Jenis Tanaman Obat Keluarga (TOGA) yang Diintroduksikan di Desa Makar

Jenis Tanaman	Senyawa Aktif Utama	Khasiat Klinis Preventif/Kuratif	Bentuk Olahan Pasca-Panen
Jahe Merah *(Zingiber officinale)*	*Gingerol, shogaol*	Antiinflamasi, meredakan batuk, mual, dan menghangatkan tubuh	Minuman instan bubuk kristal
Kunyit *(Curcuma longa)*	*Kurkumin, minyak atsiri*	Antioksidan, meredakan nyeri lambung dan gangguan pencernaan	Simplisia kering dan serbuk jamu
Temulawak *(Curcuma zanthorrhiza)*	*Xanthorrhizol, kurkumin*	Hepatoprotektor dan penambah nafsu makan anak	Simplisia iris kering
Daun Kelor *(Moringa oleifera)*	*Flavonoid, polifenol, zat besi*	Antihipertensi ringan, antioksidan, dan pemenuhan gizi keluarga	Teh herbal daun kelor kering
Serai *(Cymbopogon citratus)*	*Sitronelal, geraniol*	Meredakan pegal, relaksasi, dan penolak serangga alami	Campuran teh herbal aromatik

HASIL DAN PEMBAHASAN

Capaian Pelaksanaan Kegiatan

Pelaksanaan program pengabdian masyarakat di Desa Makar, Kecamatan Soropia, Kabupaten Konawe, berjalan dengan lancar dengan tingkat kehadiran peserta mencapai 100% dari total 20 orang IRT dan pengurus PKK yang diundang. Berdasarkan hasil observasi awal pada tahapan persiapan dan pemetaan tapak, diketahui bahwa 85% pekarangan rumah warga memiliki luas yang memadai untuk budidaya skala rumah tangga, namun belum dimanfaatkan secara produktif karena kendala struktur tanah pesisir yang berpasir dan minimnya ketersediaan bibit unggul.

Pada tahapan pelaksanaan inti, peserta menunjukkan antusiasme tinggi selama sesi penyuluhan teoretis maupun praktik lapangan. Capaian kuantitatif dan kualitatif dari rangkaian intervensi yang dilakukan mencakup beberapa poin utama berikut:

a. Peningkatan kapasitas kognitif peserta mengenai jenis TOGA, kandungan senyawa aktif, khasiat klinis untuk penanganan dini penyakit ringan, serta batas dosis aman konsumsi yang ditunjukkan oleh kenaikan skor rata-rata dari 54,5 pada saat pre-test menjadi 88,0 pada saat post-test (meningkat sebesar 61,47%).
b. Keberhasilan penguasaan keterampilan teknis budidaya organik adaptif pesisir melalui pembuatan Demplot desa dan penanaman mandiri di pekarangan masing-masing peserta menggunakan 100 polybag bibit unggul (jahe merah, kunyit, temulawak, serai, dan kelor) dengan media tanam campuran organik perbandingan 2:1:1:
    1. Sebanyak 100% peserta mampu mencampur media tanam dari limbah organik rumah tangga dan sekam bakar secara mandiri.
    2. Sebanyak 95% peserta menerapkan teknik penanaman rimpang dengan posisi mata tunas menghadap ke atas serta pembuatan pestisida nabati berbahan bawang putih.
c. Terwujudnya hilirisasi produk pasca-panen berskala rumah tangga berupa minuman instan jahe merah bubuk dan teh herbal daun kelor kering yang dikemas menggunakan *standing pouch* kedap udara berlabel higienis.

Dokumentasi proses pendampingan literasi kesehatan dan diskusi langsung bersama ibu-ibu peserta pengabdian di balai desa ditunjukkan pada Gambar 2.

CC Attribution-ShareAlike 4.0 License.



Gambar 2. Sesi Pendampingan Literasi Kesehatan dan Pembagian Materi Edukasi kepada Peserta Pengabdian

Gambar 2 memperlihatkan interaksi langsung antara tim pelaksana pengabdian dengan salah satu IRT peserta dalam mengkaji panduan pemanfaatan TOGA serta aturan dosis aman konsumsi harian melalui media *leaflet* yang telah dibagikan.

Analisis Dampak dan Keberlanjutan Program

Intervensi edukasi yang memadukan pendekatan *andragogi* dan praktik langsung (*learning by doing*) terbukti efektif menjembatani kesenjangan pengetahuan masyarakat Desa Makar. Sebelum kegiatan dilaksanakan, masyarakat memiliki persepsi bahwa seluruh ramuan tradisional sepenuhnya aman dikonsumsi dalam takaran bebas. Melalui pemaparan materi farmakologis sederhana, IRT kini memahami bahwa setiap tanaman obat mengandung metabolit sekunder aktif yang memerlukan takaran tepat agar tidak menimbulkan iritasi lambung atau interaksi dengan obat medis (Lestari & Pratama, 2023). Pemahaman ini menjadi modal penting dalam membentuk benteng pertahanan kesehatan preventif dan pertolongan pertama di tingkat rumah tangga, mengingat lokasi Desa Makar yang berjarak cukup jauh dari rumah sakit rujukan di pusat kota (Sabarudin et al., 2023).

Dari sisi agronomis dan lingkungan, penerapan metode *polybag* dengan komposisi media tanah *top soil*, kompos limbah dapur, dan sekam bakar (2:1:1) memberikan solusi praktis terhadap karakteristik lahan pesisir Kecamatan Soropia yang cenderung memiliki tingkat salinitas tinggi dan miskin unsur hara. Penggunaan limbah organik rumah tangga sebagai pupuk kompos sekaligus mengurangi timbulan sampah organik domestik di lingkungan permukiman pesisir (Yuliana et al., 2022). Sementara itu, pada aspek ekonomi keluarga, pelatihan diversifikasi pasca-panen melalui pembuatan instan jahe merah bubuk dan teh herbal daun kelor memberikan nilai tambah (*added value*) yang signifikan dibandingkan penjualan rimpang atau daun segar:

a. Teknik pengkristalan sari jahe merah menghasilkan produk minuman siap seduh dengan daya simpan hingga 6 bulan dalam kemasan kedap udara.
b. Teknik pengeringan daun kelor di dalam ruangan teduh tanpa paparan sinar matahari langsung berhasil mempertahankan warna hijau alami serta menjaga stabilitas kandungan antioksidan dan zat besi di dalamnya (Mardiana et al., 2024).
c. Pengemasan produk menggunakan wadah *standing pouch* berlabel menarik membuka peluang pemasaran sebagai produk oleh-oleh khas pesisir bagi wisatawan yang berkunjung ke kawasan wisata pantai di Kecamatan Soropia.

Implementasi Kelembagaan Kelompok Peduli TOGA

Guna menjamin agar program tidak berhenti setelah kegiatan pengabdian selesai, tim pelaksana bersama pengurus PKK Desa Makar menginisiasi pembentukan kelembagaan lokal bernama Kelompok Peduli TOGA di tingkat dasawisma. Kelompok ini bertugas mengelola Demplot desa sebagai pusat pembibitan bersama dengan menerapkan mekanisme perguliran bibit antar-warga, di mana setiap rumah tangga yang telah berhasil memanen rimpang wajib menyisihkan sebagian bibit untuk warga lain yang belum memiliki koleksi tanaman obat lengkap (Putri & Santoso, 2023). Komitmen kader PKK dalam melakukan pemantauan rutin bulanan pada kegiatan posyandu dan pertemuan dasawisma diharapkan mampu menjaga konsistensi perawatan tanaman sekaligus mengoordinasikan pemasaran bersama produk olahan herbal Desa Makar.

CC Attribution-ShareAlike 4.0 License.

KESIMPULAN

Kegiatan edukasi dan pemberdayaan Ibu Rumah Tangga dalam pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) di Desa Makar, Kecamatan Soropia, Kabupaten Konawe, berhasil meningkatkan kapasitas kognitif dan keterampilan praktis mitra secara signifikan dalam mengelola kesehatan keluarga secara mandiri. Melalui kombinasi penyuluhan *andragogi*, pembuatan Demonstrasi Plot (Demplot) budidaya organik adaptif pesisir sistem *polybag*, serta pelatihan pengolahan pasca-panen, para peserta kini mampu mengenali khasiat klinis dan dosis aman herbal, membudidayakan tanaman obat secara organik di lahan pekarangan, serta memproduksi minuman instan jahe merah bubuk dan teh herbal daun kelor berkemasan higienis. Sinergi pemanfaatan pekarangan sebagai apotek hidup dan pengembangan produk pangan fungsional berbasis potensi wisata lokal ini tidak hanya menurunkan ketergantungan serta pengeluaran rumah tangga terhadap obat-obatan kimia untuk keluhan penyakit ringan, tetapi juga membangun ketahanan kesehatan preventif dan peluang kemandirian ekonomi keluarga yang berkelanjutan melalui wadah Kelompok Peduli TOGA di bawah binaan PKK Desa Makar.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim pelaksana pengabdian mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) Universitas Halu Oleo atas dukungan fasilitas dan pendanaan kegiatan ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Kepala Desa Makar, Ketua dan seluruh kader Tim Penggerak PKK Desa Makar, serta segenap Ibu Rumah Tangga peserta kegiatan di Kecamatan Soropia, Kabupaten Konawe, atas partisipasi aktif, antusiasme, dan kerja sama yang baik selama seluruh rangkaian program berlangsung.

DAFTAR PUSTAKA

Agustina, R., & Wardani, K. (2021). Pemberdayaan masyarakat melalui pemanfaatan tanaman obat keluarga (TOGA) sebagai apotek hidup di lahan pekarangan. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Berkemajuan*, 5(2), 110–115.

Fitriani, N., Sari, D. P., & Hakim, L. (2023). Peran strategis ibu rumah tangga dalam manajemen kesehatan preventif keluarga berbasis pemanfaatan pekarangan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Perdesaan*, 11(1), 45–53.

Handayani, S., Kusuma, A. W., & Rahayu, E. (2023). Budidaya tanaman obat keluarga sistem *polybag* sebagai solusi lahan bersalinitas tinggi di kawasan pesisir. *Jurnal Abdimas Pertanian dan Lingkungan*, 4(2), 88–96.

Kementerian Kesehatan RI. (2021). *Pedoman pemanfaatan tanaman obat keluarga (TOGA) untuk pemeliharaan kesehatan mandiri dan asuhan mandiri kesehatan tradisional*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Lestari, W., & Pratama, R. A. (2023). Literasi keamanan penggunaan obat herbal dan rasionalitas dosis pada masyarakat perdesaan. *Jurnal Farmasi Komunitas Indonesia*, 10(2), 134–142.

Mardiana, S., Sulastri, E., & Wahyuni, T. (2024). Pengaruh metode pengeringan teduh terhadap kadar antioksidan dan mutu organoleptik teh herbal daun kelor (*Moringa oleifera*). *Jurnal Teknologi Pangan dan Gizi*, 23(1), 19–27.

Ningsih, R., & Hidayat, T. (2022). Optimalisasi komposisi media tanam organik berbasis limbah domestik untuk pertumbuhan rimpang jahe merah (*Zingiber officinale*). *Jurnal Agroteknologi Tropika*, 9(3), 201–209.

Prasetyo, B., & Wulandari, S. (2024). Integrasi edukasi farmakologi herbal dan diversifikasi produk minuman fungsional instan pada kelompok dasawisma. *Jurnal Pengabdian Kesehatan Nusantara*, 6(1), 55–64.

Putri, A. M., & Santoso, H. (2023). Keberlanjutan program apotek hidup berbasis kelembagaan PKK dan sistem perguliran bibit antar-warga. *Jurnal Pemberdayaan Masyarakat Mandiri*, 7(2), 112–120.

Rahmawati, I., & Nugroho, Y. S. (2022). Analisis perilaku swamedikasi obat kimia bebas dan dampaknya terhadap pengeluaran kesehatan rumah tangga di wilayah pesisir. *Jurnal Kebijakan Kesehatan Indonesia*, 11(4), 178–186.

Sabarudin, S., Nggawu, L. O., Jannah, S. R. N., Indalifiany, A., Hikmah, N., Aspadiah, V., Idrus, L. S., Abrar, A., & Pratiwi, D. (2023). Pembuatan dan penanaman tanaman obat keluarga di Desa Leppe Kecamatan Soropia. *Mosiraha: Jurnal Pengabdian Farmasi*, 1(1), 12–19.

Suryani, S., & Lestari, T. (2022). Efektivitas edukasi pembuatan simplisia TOGA terhadap keterampilan ibu rumah tangga di wilayah pesisir. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 8(3), 245–251.

Yuliana, E., Fitri, M., & Zulkarnain, I. (2022). Pemanfaatan limbah organik rumah tangga menjadi pupuk kompos untuk mendukung pertanian pekarangan berkelanjutan. *Jurnal Pengabdian Lingkungan Hidup*, 5(1), 30–38.

CC Attribution-ShareAlike 4.0 License.