

## OPTIMALISASI PENGELOLAAN TANAMAN OBAT KELUARGA (TOGA) BAGI KADER KESEHATAN DI PUSKESMAS WONOSAMODRA BOYOLALI

### OPTIMIZATION OF (TOGA) MANAGEMENT AT WONOSAMODRA PUBLIC HEALTH CENTER

Reni Ariastuti<sup>1,\*</sup>, Khotimatul Khusna<sup>1</sup>, Risma Sakti Pambudi<sup>1</sup>, Zuliana Styarini<sup>2</sup>, Nur Cahyani<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Farmasi, Universitas Sahid Surakarta, Jl. Adisucipto NO 154, Jajar, Laweyan, Surakarta

<sup>2</sup>Puskesmas Wonosamodra

\*Korespondensi E-mail: [reniariafarmasi@usahidsolo.ac.id](mailto:reniariafarmasi@usahidsolo.ac.id)

#### Abstract

*The government is trying and encouraging people to be independent in maintaining and maintaining health, one of which is by using family medicinal plants (TOGA). Government Regulation Number 103 of 2014 concerning Traditional Health Services in article 70 states that people can carry out health care independently and correctly by utilizing Family Medicine Parks (TOGA) and Skills. This service was carried out with the aim of increasing the knowledge and skills of Wonosamodra Boyolali health center health cadres regarding the management and use of TOGA to maintain family health. The approach method is through training and workshops to process TOGA into a health drink for families. Service participants are health cadres in the Wonosamodra Community Health Center working area, Boyolali. Service activities include providing material about TOGA and training in making health drinks from TOGA basic ingredients. The success of this service activity can be seen from the enthusiasm of the training participants in participating in the training as well as the ability/skills of the training participants in making health drink preparations, namely instant ginger powder and the health drink "Jaeka Manis". The service carried out was able to increase the knowledge and skills of health cadres in the Wonosamodra Boyolali Community Health Center working area regarding the Management and Processing of TOGA (Family Medicinal Plants) into family health drinks.*

**Keywords:** TOGA, Ginger, Health Center, Wonosamodra.

#### Abstrak

Pemerintah berupaya dan mendorong masyarakat untuk bisa mandiri dalam memelihara dan menjaga kesehatan, salah satunya dengan pemanfaatan tanaman obat keluarga (TOGA). Peraturan Pemerintah Nomor 103 tahun 2014 tentang Pelayanan Kesehatan Tradisional pada pasal 70 menyatakan bahwa masyarakat dapat melakukan perawatan kesehatan secara mandiri dan benar dengan memanfaatkan Taman Obat Keluarga (TOGA) dan Keterampilan. Pengabdian ini dilakukan dengan tujuan menambah pengetahuan dan keterampilan kader kesehatan Puskesmas Wonosamodra Boyolali tentang pengelolaan dan pemanfaatan TOGA untuk menjaga kesehatan keluarga. Metode pendekatan melalui pelatihan dan workshop pengolahan TOGA menjadi minuman kesehatan untuk keluarga. Peserta pengabdian adalah kader kesehatan di wilayah kerja Puskesmas Wonosamodra Boyolali. Kegiatan pengabdian diisi dengan pemberian materi tentang TOGA dan pelatihan pembuatan minuman kesehatan dari bahan dasar TOGA. Keberhasilan kegiatan pengabdian ini terlihat dari antusias peserta pelatihan dalam mengikuti pelatihan serta kemampuan/keterampilan peserta pelatihan dalam membuat sediaan minuman kesehatan yaitu serbuk instan jahe dan minuman kesehatan "Jaeka Manis". Pengabdian yang dilakukan mampu menambah pengetahuan dan keterampilan kader-kader kesehatan di wilayah kerja Puskesmas Wonosamodra Boyolali tentang pengelolaan dan pengolahan TOGA (Tanaman Obat Keluarga) menjadi minuman kesehatan keluarga.

**Kata Kunci:** TOGA, Jahe, Puskesmas, Wonosamodra



Copyright © 2023 Reni Ariastuti, Khotimatul Khusna, Risma Sakti Pambudi, Zuliana Styarini, Nur Cahyani

## PENDAHULUAN

Masyarakat Indonesia di daerah desa yang masih mempunyai pekarangan rumah, biasa digunakan untuk menanam tanaman yang berkasiat obat, yang dikenal dengan istilah tanaman obat keluarga (TOGA) (Sari et al., 2015). Berdasarkan data (Kemenkes RI, 2018) masyarakat yang menggunakan pelayanan kesehatan tradisional dan pemanfaatan bahan alam sebesar 44,8% dalam bentuk ramuan jadi, ramuan buatan sendiri, keterampilan manual, keterampilan olah pikir, dan keterampilan energi. Sedangkan pemanfaatan TOGA sebesar 24,6% (Kementrian Kesehatan RI, 2018). Data tersebut menunjukkan adanya peningkatan pemanfaatan jamu oleh masyarakat dari tahun ke tahun. Tanaman obat tradisional dapat dimanfaatkan untuk pemeliharaan kesehatan, pencegahan dan pengobatan penyakit (Direktur Jendral Pelayanan Kesehatan, 2020); (Dwisatyadini, 2019).

Pemanfaatan tanaman obat tradisional seperti jenis empon-empon saat ini menjadi alternatif pilihan masyarakat guna menjaga daya tahan tubuh agar tetap sehat (Badan Pengawasan Obat dan Makanan, 2020). Empon-empon yang mempunyai khasiat secara empiris mampu meningkatkan daya tahan tubuh diantaranya jahe, kunyit, kencur, temulawak, dan jeruk lemon (Adriana et al., 2022). Jahe banyak dimanfaatkan sebagai alternatif meringankan kembung, mual, dan dapat digunakan untuk menjaga daya tahan tubuh (Redi Aryanta, 2019).

TOGA dapat dimanfaatkan sebagai “jamu”/minuman kesehatan untuk menjaga daya tahan tubuh dengan tujuan promotif dan preventif dengan dibuat berbagai sediaan seperti instan jahe, seduhan jahe-kunyit, jamu segar kunyit asma dan lain sebagainya. Mengingat pentingnya peran TOGA untuk menjaga kesehatan, sangat disayangkan jika pemanfaatannya kurang optimal. Kader kesehatan menjadi sasaran kegiatan pengabdian, karena kader kesehatan mempunyai peran dan tanggung jawab dalam menjaga dan menyebarkan informasi terkait kesehatan di lingkungan masyarakat guna mewujudkan masyarakat yang sehat dan sejahtera. Pengabdian ini dilakukan dengan tujuan menambah pengetahuan dan keterampilan kader-kader kesehatan Puskesmas Wonosamodra Boyolali tentang TOGA dan

pengolahannya menjadi minuman kesehatan keluarga.

## METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dapat dilakukan dengan berbagai pendekatan diantaranya melalui

1. Pemaparan materi tentang TOGA  
Penjelasan berisi tentang definisi, jenis, dan manfaat dari minuman kesehatan berbahan dasar toga.
2. Pelatihan dan workshop pengelolaan TOGA menjadi minuman kesehatan keluarga  
Pemahaman terkait TOGA, dikembangkan pada pelatihan dan workshop tentang cara pembuatan minuman kesehatan keluarga dari TOGA.

Pelaksanaan program ini meliputi beberapa tahap di antaranya tahap persiapan, tahap pelaksanaan, dan tahap monitoring dan evaluasi. Berikut penjelasan setiap tahapan pelaksanaan:

### a. Persiapan

Tahap pertama adalah melakukan observasi dan perijinan ke lokasi mitra. Mempersiapkan alat dan bahan yang digunakan dalam pelatihan pembuatan minuman kesehatan dari TOGA.

### b. Pelaksanaan Pelatihan

Pelatihan ini terbagi menjadi beberapa tahap diantaranya penyuluhan/pemaparan materi tentang TOGA, pelatihan dan workshop pembuatan jamu/minuman kesehatan berbahan TOGA. Setiap pelatihan menghadirkan narasumber yang kompeten di bidangnya. Pelatihan ini direncanakan akan diikuti oleh ibu-ibu kader kesehatan Puskesmas Wonosamodra Boyolali.

### c. Monitoring dan Evaluasi

Untuk mengukur tingkat keberhasilan program ini, maka diadakan evaluasi atau penilaian secara kontinyu meliputi:

- 1) Kehadiran peserta pelatihan dalam mengikuti pelatihan, dapat dilihat dari presensi kehadiran
- 2) Antusias peserta pelatihan, ini dapat dilihat saat pelatihan melalui keaktifan dalam sesi tanya-jawab/diskusi.
- 3) Keterampilan ibu-ibu kader dalam mengolah dan memanfaatkan TOGA, dilihat dari kemahiran dalam membuat jamu/minuman kesehatan dari TOGA

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan di Puskesmas Wonosamodra Kabupaten Boyolali dengan peserta kader kesehatan di wilayah kerja Puskesmas Wonosamodra Kabupaten Boyolali. Peserta yang hadir sejumlah 35 orang dari berbagai desa di wilayah Kecamatan Wonosamodra Boyolali.

Kegiatan pengabdian dibagi menjadi 2 yaitu pertama pemaparan/penyampaian materi tentang jenis tanaman obat keluarga (TOGA) beserta manfaatnya serta cara pembuatan minuman kesehatan. Pada kegiatan ini disampaikan berbagai macam jenis TOGA yang dapat dimanfaatkan oleh masyarakat, diantaranya TOGA yang dimanfaatkan bagian rimpangnya seperti kunyit, jahe, kencur, laos, temulawak; bagian buah seperti jeruk nipis, dan bagian herba yaitu pegagan. Materi yang disampaikan terkait nama, kandungan kimia, dan khasiatnya. Selain itu, disampaikan juga bagaimana cara memperoleh bagian TOGA yang baik dan benar, serta peralatan dan cara mengolahnya menjadi minuman kesehatan yang berkualitas. Materi disampaikan secara langsung dengan menggunakan media screen/proyektor.



**Gambar 1.** Pemberian Materi Tentang TOGA dan pengelolaannya

Kegiatan kedua diisi dengan pelatihan cara membuat sediaan jamu/minuman kesehatan dari TOGA. Pelatihan pembuatan minuman kesehatan yang dipraktekkan adalah serbuk instan jahe dan minuman kesehatan “Jaeka Manis”. Serbuk instan jahe dibuat dari sari jahe empurit, daun pandan, dan batang sereh yang dimasak dengan gula pasir hingga di dapatkan hasil serbuk jahe (gambar 2 dan 3). Sedangkan ramuan “Jaeka Manis” terbuat dari jahe, jeruk nipis, dan kayu yang dimasak dengan air dan gula merah, ramuan dapat dilihat pada flyer (gambar 3).

Pelatihan pembuatan jamu/ramuan kesehatan dari TOGA dilakukan secara

langsung, selain itu juga diberikan leaflet dan flyer tentang bagaimana cara membuat jamu/ramuan minuman kesehatan dari TOGA. Adapun ramuan yang disampaikan terkait ramuan dari TOGA yang dapat meningkatkan imunitas tubuh. Ramuan TOGA yang disampaikan merujuk pada surat edaran dari Kementerian Kesehatan Nomor HK 02.02/VI.2243/2020 tentang Pemanfaatan Obat Tradisional Untuk Pemeliharaan Kesehatan, Pencegahan Penyakit, dan Perawatan Kesehatan.

Ramuan 1-4 yang tertulis dalam flyer, paling banyak memanfaatkan tanaman obat dari jenis empon-empon (famili *Zingiberaceae*) yaitu jahe, lengkuas, kunyit, dan kencur yang ditambah dengan tanaman aromatik lain seperti sereh, kayu manis, dan jeruk nipis, selain itu juga ada herba pegagan.

Sejak merebaknya covid-19, popularitas tanaman obat semakin meningkat. Masyarakat percaya bahwa penggunaan jamu dari rimpang jahe, kunyit, temulawak, atau kencur dapat meningkatkan imunitas tubuh (Anwar & Fitriana, 2021). Senyawa yang dapat mempunyai aktivitas dalam meningkatkan daya tahan tubuh adalah golongan kurkumin dan vitamin C (Badan Pengawasan Obat dan Makanan, 2020). Salah satu contoh TOGA yang mempunyai kandungan kurkumin adalah kunyit dan temulawak (Shan & Iskandar, 2018).

(Evizal, 2013) menyebutkan rimpang kunyit memiliki kandungan fitokimia kurkumin, demetoksikurkumin, bidesmetoksi kurkumin, vitamin C, tanin, dan kaksium. Selain dimanfaatkan sebagai bumbu kunyit memiliki khasiat sebagai penambah nafsu makan, antiinflamasi, anti bakteri, antioksidan, hepatoprotektor (pelindung hati), mengobati demam, pilek, panas dalam, dan begah di perut (Evizal, 2013). Kandungan kimia utama yang mempunyai peran meningkatkan daya tahan tubuh adalah kurkumin. Kurkumin mempunyai efek utama pada tubuh manusia sebagai antioksidan dan antiinflamasi (Hewlings & Kalman, 2017).

Jahe merupakan salah satu rimpang yang sering dimanfaatkan masyarakat baik untuk tujuan pengobatan maupun bumbu masak. Kandungan utama rimpang jahe adalah karbohidrat, lipid, minyak atsiri, terpen, dan senyawa fenol seperti gingerol (23-25%) dan shogaol (18-25%). Dari berbagai penelitian dikemukakan efek penggunaan jahe diantaranya sebagai antiinflamasi, antioksidan,



menurunkan kadar glukosa darah/antidiabetes, antiinfeksi, antikanker, mual, dan muntah (Syafitri et al., 2018).

Jahe dan kunyit termasuk rimpang primadona di kalangan masyarakat karena memiliki khasiat yang besar. Kedua rimpang tersebut aman digunakan jika sesuai kebutuhan dan tidak berlebihan. Efek samping yang ditimbulkan relatif ringan seperti mual/rasa tidak nyaman di perut, ruam, dan sakit kepala, namun hal tersebut sangat jarang terjadi pada manusia (Handayani et al., 2023).

Selain jahe dan kunyit tanaman obat lain yang digunakan adalah kayu manis, herba pegagan, dan jeruk nipis. Kayu manis mempunyai efek farmakologi seperti: antidiabetes, anti-tumor, analgetik-antiinflamasi, dan antioksidan (Al-Dhubiab, 2012). Herba pegagan dapat digunakan untuk pengobatan gastritis, penyakit jantung dan pembuluh darah, penyakit kulit seperti luka bakar, gores, dan jerawat (Kementerian Kesehatan RI, 2016). Herba pegagan juga dapat memberikan efek antidiabetes, antiinflamasi, dan mengatasi penyakit saraf (Sun et al., 2020). Dokumentasi kegiatan pengabdian dapat dilihat pada gambar 1-4.



**Gambar 2.** Pelatihan Pembuatan Serbuk Instan Jahe dan Ramuan Jaeka Manis.



**Gambar 3.** Serbuk Instan Jahe (kanan), ramuan jaeka manis (kiri)



**Gambar 4.** Flyer cara pembuatan Ramuan dari TOGA

## KESIMPULAN

Pengabdian yang dilakukan mampu menambah pengetahuan dan keterampilan kader-kader kesehatan di wilayah kerja Puskesmas Wonosamodra Boyolali tentang pengelolaan dan pengolahan TOGA (Tanaman Obat Keluarga) menjadi minuman kesehatan keluarga.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Puskesmas Wonosamodra Boyolali yang telah memberikan izin dan dukungan dalam terselenggaranya kegiatan pengabdian ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adriana, A. N. I., Buang, A., Aris, M., Nur, N. H., Akhfar, M., & Aziz, F. (2022). *Pemanfaatan Tanaman Tradisional Sekitar Untuk Penyembuhan Penyakit*. 1(2).
- Al-Dhubiab, B. (2012). Pharmaceutical applications and phytochemical profile of *Cinnamomum burmannii*. *Pharmacognosy Reviews*, 6(12), 125. <https://doi.org/10.4103/0973-7847.99946>
- Anwar, K., & Fitriana, M. (2021). *Pemberdayaan Masyarakat Dengan Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (Toga) Dalam Pembuatan Jamu Untuk*

- Meningkatan Imunitas Tubuh Bagi Masyarakat Desa Sungai Besar Kabupaten Banjar Sebagai Pencegahan Covid-19*. 3.
- Badan Pengawasan Obat dan Makanan. (2020). *Buku Saku Obat Tradisional Untuk Memelihara Daya Tahan Tubuh*. Badan Pengawas Obat dan Makanan.
- Badan Pengawasan Obat dan Makanan. (2020). *Pedoman penggunaan Herbal dan Suplemen Kesehatan Dalam Menghadapi Covid-19* (1st ed.). Badan Pengawas Obat dan Makanan.
- Direktur Jendral Pelayanan Kesehatan. (2020). *Surat Edaran No HK 02.02/IV.2243/2020 Tentang Pemanfaatan Obat Tradisional Untuk Pemeliharaan Kesehatan, Pencegahan Penyakit dan Perawatan Kesehatan*. Kementerian Kesehatan RI.
- Dwisatyadini, M. (2019). *Pemanfaatan Tanaman Obat Untuk Pencegahan Dan Pengobatan Penyakit Degeneratif*.
- Evizal, R. (2013). *Tanaman Rempah dan Fitofarmaka*. Lembaga Penelitian Universitas Lampung.
- Evizal, R. (2013). *Tanaman Rempah dan Fitofarmaka*. Lembaga Penelitian Universitas Lampung.
- Handayani, D., Rahmawati, R., Wulandarai, S., Ariastuti, R., Komalasari, D., Yulianda, C., Pratama, N., Adfa, M., Andriani, R., Pertiwi, R., Karimatulhadj, H., & Wahyudi, A. (2023). *Buku Ajar Tanaman Obat Tradisional* (1st ed.). CV. Science Techno Direct.
- Hewlings, S., & Kalman, D. (2017). Curcumin: A Review of Its Effects on Human Health. *Foods*, 6(10), 92. <https://doi.org/10.3390/foods6100092>
- Kemenkes RI. (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. In *Kementrian Kesehatan RI* (Vol. 53, Issue 9).
- Kementrian Kesehatan RI. (2016). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 6 Tahun 2016 Tentang Formularium Obat Herbal Asli Indonesia*. Kementerian Kesehatan RI.
- Kementrian Kesehatan RI. (2018). *Hasil Utama Riskesdas Tahun 2018* [dataset].
- Redi Aryanta, I. W. (2019). Manfaat Jahe Untuk Kesehatan. *Widya Kesehatan*, 1(2), 39–43. <https://doi.org/10.32795/widyakesehatan.v1i2.463>
- Sari, I. D., Yuniar, Y., Siahaan, S., Riswati, R., & Syaripuddin, M. (2015). Tradisi Masyarakat dalam Penanaman dan Pemanfaatan Tumbuhan Obat Lekat di Pekarangan. *Jurnal Kefarmasian Indonesia*, 5(2), 123–132. <https://doi.org/10.22435/jki.v5i2.4407>. 123-132
- Shan, C. Y., & Iskandar, Y. (2018). *Studi Kandungan Kimia Dan Aktivitas Farmakologi Tanaman Kunyit (Curcuma longa L.)*. 16(2), 547–555.
- Sun, B., Wu, L., Wu, Y., Zhang, C., Qin, L., Hayashi, M., Kudo, M., Gao, M., & Liu, T. (2020). Therapeutic Potential of Centella asiatica and Its Triterpenes: A Review. *Frontiers in Pharmacology*, 11, 568032. <https://doi.org/10.3389/fphar.2020.568032>
- Syafitri, D. M., Levita, J., Mutakin, M., & Diantini, A. (2018). A Review: Is Ginger (Zingiber officinale var. Roscoe) Potential for Future Phytomedicine? *Indonesian Journal of Applied Sciences*, 8(1). <https://doi.org/10.24198/ijas.v8i1.16466>