

PEMANFAATAN TANAMAN OBAT KELUARGA SEBAGAI PENGOBATAN ALTERNATIF DI KAMPUNG SEREH KABUPATEN SENTANI

Ferdinta Daniesta Setyawan¹⁾, Farhan Imba²⁾, Innal Saitis³⁾, Nawang Wulan N Sari⁴⁾,
Fitri Oktavia⁵⁾, Eydrene Beatrix Hattu⁶⁾, Sendy Stefanie Longe⁷⁾

1), 2), 3), 4), 5), 6), 7)Universitas Jayapura Program Studi S-1 Farmasi-Indonesia

E-mail:

farhan.imba021@gmail.com

ABSTRAK

Submitted:

19-12-2025

Accepted:

22-01-2026

Published:

25-01-2026

TOGA (Tanaman Obat Keluarga) merupakan jenis tanaman pilihan yang berkhasiat sebagai obat dengan perawatan yang mudah dan biaya relatif murah. TOGA menjadi alternatif obat keluarga yang aman karena jarang menimbulkan efek samping, mudah diolah dan dikonsumsi untuk pertolongan pertama pada kasus penyakit ringan seperti demam, batuk, atau membantu menjaga stamina. Keberadaan TOGA di lingkungan rumah menjadi sangat penting. Tujuan dari pengabdian ini yaitu memberikan penyuluhan mengenai pemanfaatan TOGA sebagai alternatif pengobatan mandiri dan untuk memberikan informasi mengenai penyakit artritis, hipertensi yang dapat diobati menggunakan TOGA kepada masyarakat yang berada di Kampung Sereh Kabupaten Sentani. Metode yang digunakan dalam pengabdian ini adalah dengan memberikan penyuluhan, pelatihan, serta pemberian bibit pohon TOGA untuk ditanam. Target mitra yaitu para KADER yang berada di Posyandu yang berada di Kampung Sereh. Hasil pengembangan kegiatan di Kampung Sereh terutama untuk para KADER dapat meningkatkan motivasi ibu-ibu rumah tangga yang datang untuk lebih memanfaatkan TOGA sebagai pengobatan, meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai artritis, hipertensi dan bahan-bahan alamiah yang dapat digunakan untuk mengurangi nyeri artriti dan hipertensi.

Kata kunci: Toga; Pengobatan Alternatif Mandiri; Herbal

ABSTRACT

TOGA (family Medicinal Plants) is a type of plant that efficacious choice as a drug with easy care and relatively low cost. TOGA is a safe alternative family medicine because it rarely causes side effects, is easily processed and consumed for first aid in cases of mild illness such as fever, cough, or helps maintain stamina. The presence of TOGA in the home environment becomes very important. The purpose of this service is to provide counseling on the use of TOGA as an alternative to self-treatment and to provide information about arthritis, hypertension that can be treated using TOGA to the community in Kampung Sereh Sentani Regency. The method used in this service is by providing counseling, training, and giving TOGA tree seedlings to be planted. Target partners are cadres who are in Posyandu in Kampung Sereh. The results of the development of activities in Kampung Sereh, especially for cadres, can increase the motivation of housewives who come to use TOGA as a treatment, increase public knowledge about arthritis, hypertension and natural ingredients that can be used to reduce arthritis pain and hypertension.

Keywords: Toga; Independent Alternative Medicine; Herbal

**Corresponding
Author:**
Farhan Imba

PENDAHULUAN

Masyarakat Indonesia secara turun temurun menggunakan tanaman herbal untuk memelihara dan mengatasi masalah kesehatan, namun belum semua memahami manfaat dari tanaman yang ada (Sudiwati, 2019). Pengobatan tradisional dengan menggunakan tumbuhan telah dilakukan sejak dahulu secara turun temurun oleh masyarakat Indonesia. Meskipun pengobatan modern telah berkembang hingga ke daerah pedesaan, namun penggunaan tumbuhan sebagai obat masih tetap diminati masyarakat dan saat ini semakin berkembang (Simamora & Hidayah, 2022).

Tanaman merupakan tumbuhan yang hidup dimana saja baik itu di lingkungan rumah, kebun, maupun hutan (Zamaa et al., 2024). Pemanfaatan tanaman sebagai obat sejak dulu diminati oleh masyarakat desa, hal itu ditandai dengan banyaknya tempat pengobatan tradisional serta banyak beredar produk obat tradisional di tengah-tengah masyarakat. Dengan pengetahuan yang telah diwariskan oleh nenek moyang, hingga sekarang pengobatan tradisional menjadi pilihan masyarakat dalam menyembuhkan penyakit, bahkan ada yang membudidayakan sebagai tanaman obat keluarga atau TOGA (Harefa, 2020)

Tulang merupakan jaringan yang terkeras di dalam tubuh. Tulang-tulang tersebut antara satu dengan yang lain dihubungkan melalui persendian. Daerah persendian ini dapat mengalami kerusakan atau peradangan dan menimbulkan rasa sakit (nyeri). Penyakit yang menyerang persendian tersebut dikenal dengan nama "reumatik" yang berasal dari Bahasa Yunani yaitu rheumatismos. Selain persendian, penyakit ini dapat juga menyerang otot dan urat (Dalimartha 2006).

Reumatik atau disebut juga artritis merupakan istilah terminology medis yang digunakan untuk menggambarkan segala kondisi sakit yang melibatkan system musculoskeletal yaitu persendian, otot-otot, jaringan ikat, dan jaringan lunak di sekitar persendian dan tulang, yang diakibatkan oleh beberapa faktor diantaranya gangguan metabolismik, faktor nutrisi, inflamasi, autoimun, trauma, dan penyebab idiopatik (Nurhasanah, 2024). Menurut Rahayu et al., (2006), salah satu ciri budaya masyarakat di negara berkembang adalah masih dominannya unsur-unsur tradisional dalam kehidupan sehari-hari. Keadaan ini didukung oleh keanekaragaman hayati yang terhimpun dalam berbagai tipe ekosistem yang pemanfaatannya telah mengalami sejarah panjang sebagai bagian dari kebudayaan. Salah satu aktivitas tersebut adalah penggunaan tumbuhan obat sebagai bahan oleh berbagai suku bangsa atau sekelompok masyarakat yang tinggal di pedalaman, bahkan dalam satuan terkecil di masyarakat, yaitu keluarga.

Manfaat lain dari TOGA selain untuk pengobatan adalah sebagai penambah gizi keluarga (pepaya, timun, dan bayam), bumbu atau rempah-rempah masakan (kunyit, kencur, jahe, serai, dan daun salam), dan menambah keindahan (mawar, melati, bunga matahari, kembang sepatu, tapak dara, dan kumis kucing) (Swandayani et al., 2021). Tradisi pengobatan menggunakan tanaman obat ini tidak terlepas dari kaitan budaya setempat. Persepsi mengenai konsep sakit, sehat, dan keragaman jenis tumbuhan yang digunakan sebagai obat tradisional terbentuk melalui proses sosialisasi yang secara turun-temurun dipercaya dan diyakini kebenarannya.

Berdasarkan observasi di lapangan diketahui bahwa beberapa ibu rumah tangga telah menanam TOGA, namun demikian jumlah TOGA yang ditanam jumlahnya terbatas. Sebagian dari mereka telah mengetahui khasiat TOGA dan secara teknis juga telah mampu mengolah TOGA, namun demikian mereka belum memahami khasiat TOGA secara ilmiah. Oleh karena itu perlu dilakukan penyuluhan tentang khasiat TOGA secara ilmiah. Masyarakat yang telah memiliki pengetahuan tentang khasiat TOGA dan menguasai cara pengolahannya dapat membudidayakan tanaman obat secara individual dan memanfaatkannya sehingga akan terwujud prinsip kemandirian dalam pengobatan keluarga. Selain itu TOGA juga dapat dikembangkan menjadi usaha kecil dan menengah di bidang obat-obatan herbal yang selanjutnya dapat disalurkan ke masyarakat. Dengan demikian, masyarakat tidak hanya dituntut untuk mengetahui penanaman dan pemanfaatan tanaman obat saja, tetapi juga harus mengetahui bagaimana cara mengolah tanaman obat yang baik (Supriyanto, 2006).

Muhlisah (2000), menjelaskan, terdapat hal-hal yang harus diperhatikan dalam pengolahan tanaman obat antara lain adalah:

- 1) Bahan Tanaman
Bahan tanaman yang digunakan untuk obat harus dalam keadaan segar. Jika digunakan bahan tanaman yang kering, maka keadaan bahan harus baik. Bahan tanaman dicuci terlebih dahulu dengan air sampai bersih sebelum digunakan. Persyaratan tersebut tidak berlaku untuk ramuan yang dicampur minyak dan ramuan bercampur bahan kering, seperti serbuk atau pil,
- 2) Peralatan yang Digunakan
Peralatan yang akan dipakai, seperti sendok, gelas, panic perebusan, saringan, botol, atau yang lain dibersihkan terlebih dahulu. Begitupula setelah digunakan, alat harus dibersihkan lagi karena adanya residu pada alat dapat mendatangkan kuman penyakit,
- 3) Air
Air yang digunakan adalah air masak dan bersih, kecuali jika ramuan obat harus direbus terlebih dahulu maka dapat digunakan air mentah yang bersih,
- 4) Jangka Waktu Pemakaian
Mengingat kebanyakan ramuan obat tradisional dibuat dengan cara direbus, diperas, atau dimakan mentah, maka jika ramuan obat dibuat dengan direbus maka hanya boleh disimpan sehari atau 24 jam dan jika ramuan obat dibuat dengan perasan tanpa direbus, hanya boleh disimpan selama 12 jam. Setelah jangka waktu tersebut, sebaiknya ramuan obat dibuang dan dibuat lagi yang baru jika memerlukannya, dan
- 5) Tindakan Medis Lainnya
Meskipun pemakaian obat tradisional dianjurkan sebagai tindakan pengobatan penyakit, maka tidak berarti pengobatan medis atau dokter diabaikan, sehingga jika penderita penyakitnya parah dapat dibawa ke rumah sakit/puskesmas/dokter terdekat
Berdasarkan penjelasan di atas, tujuan dilaksanakannya kegiatan pengabdian masyarakat adalah untuk meningkatkan pengetahuan tentang khasiat TOGA secara ilmiah pada masyarakat yang berada di Kampung Sereh, serta meningkatkan pengetahuan tentang tata cara menanam TOGA pada masyarakat yang berada di Kampung Sereh, meningkatkan keterampilan untuk mengolah TOGA pada masyarakat yang berada di Kampung Sereh, dan meningkatkan pengetahuan tentang penyakit artritis dan tanaman herbal yang berkhasiat untuk artritis pada masyarakat yang berada di Kampung Sereh.

METODE

Sasaran kegiatan pengabdian ini adalah Masyarakat yang berada di Kampung Sereh Kabupaten Sentani. Target sasaran berjumlah 22 orang terdiri dari tiap kader yang berada di Kampung Sereh, Kegiatan ini dilakukan pada tanggal 05 Desember 2025 di Puskesmas Sentani yang dimana jadi titik kumpul pada saat edukasi terkait dengan pelaksanaan Tanaman Obat Keluarga tersebut. Tahapan yang dilakukan dalam kegiatan ini adalah sebagai berikut (Fadhilah et al., 2024; Sa'diyah et al., 2025):

1. Observasi, yaitu salah satu kegiatan pokok dalam pelaksanaan pengabdian ini. Observasi dilakukan secara door to door ke rumah masyarakat. Kegiatan ini dilakukan sebelum memilih TOGA yang akan di edukasikan. Dengan adanya hasil kuesioner tersebut bisa disimpulkan TOGA apa saja yang harus dipilih dan didedikasikan kepada masyarakat untuk mengatasi permasalahan penyakit tersebut.
2. Sosialisasi dan penyuluhan manfaat tanaman obat keluarga (TOGA), kegiatan ini dilakukan karena merupakan salah satu komponen yang paling penting dalam pelaksanaan pengabdian ini dan dilakukan secara door to door ke rumah masyarakat. Sosialisasi ini dilakukan pada tanaman obat keluarga (TOGA) yang mudah didapat, murah, dan sering digunakan oleh masyarakat. TOGA tersebut antara lain; kunyit, jahe, kemangi, daun teh, dan kayu manis dll.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan pengabdian dengan tema Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) sebagai Pengobatan Alternatif Mandiri, merupakan salah satu bentuk Tri dharma perguruan tinggi yang dilakukan oleh dosen dan mahasiswa. Dengan adanya kegiatan ini akan banyak sekali manfaatnya bagi masyarakat maupun mahasiswa, terutama dalam hal transfer *knowledge* maupun sharing mengenai kehidupan sehari-hari dalam bermasyarakat. Selain itu mahasiswa juga bisa melakukan menerapkan ilmu teori yang didapatkan dari bangku perkuliahan kepada masyarakat. Pada pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini tema yang diambil adalah sosialisasi pemanfaatan tanaman obat keluarga (TOGA) sebagai pengobatan alternatif di Kampung Sereh Karena hal ini merupakan salah satu komponen terpenting dalam kehidupan sehari-hari terutama bagi masyarakat dalam melakukan pengobatan alternatif. Akan tetapi banyak sekali masyarakat di desa tersebut yang belum sepenuhnya mengetahui tanaman jenis apa saja yang bisa dijadikan obat dan belum mengetahui cara mengolahnya. Sehingga tanaman obat-obatan yang ada dibiarkan saja tanpa dimanfaatkan sedikitpun oleh masyarakat. Oleh karena itu, ada beberapa cara yang dapat dilakukan dalam pelaksanaan pengabdian ini diantaranya adalah sebagai berikut:

1) Tahap Pertama

Observasi, Persiapan dimulai dari mendatangi masyarakat yang berada di Kampung Sereh untuk mengetahui identitas dan penyakit yang sering dialami oleh masyarakat yang nantinya diberikan edukasi terkait penanganan penyakit tersebut dengan TOGA. Tanaman yang disosialisasikan dipastikan telah tersedia agar masyarakat dapat memahami perbedaan anatomi pada TOGA dan mampu mengetahui cara mengolahnya.

Berdasarkan hasil pendataan yang kami lakukan di lokasi ada beberapa tanaman yang bisa dijadikan sebagai tanaman obat keluarga, diantaranya adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Contoh Jenis Tanaman Obat Keluarga

Jenis Tanaman	Manfaat
Kunyit	Mengatasi masalah pegal-pegal, sakit pinggang dan kesemutan
Jahe	Mengatasi masalah demam dan vertigo
Daun Kemangi	Mengatasi masalah sistem pencernaan seperti maag
Kayu Manis	Mengatasi masalah tekanan darah tinggi (hipertensi)
Teh	Mengatasi masalah sakit kepala

Dari hasil tabel di atas menunjukkan bahwa penyakit yang sering dialami oleh masyarakat di Kampung Sereh Kabupaten Sentani dapat diatasi dengan memanfaatkan tanaman obat keluarga (TOGA) sebagai pengobatan alternatif. Jenis penyakit yang ada di Kampung Sereh merupakan penyakit yang bisa diatasi dengan memanfaatkan tanaman obat keluarga (TOGA), sehingga sangat bermanfaat sekali bagi masyarakat jika dimanfaatkan untuk pengobatan alternatif. Hal tersebut belum dimanfaatkan secara maksimal oleh masyarakat sekitar dikarenakan masih minimnya pengetahuan mengenai manfaat dari jenis tanaman tersebut, sehingga masih sangat jarang masyarakat yang menggunakan tanaman tersebut sebagai alternatif obat-obatan keluarga. Dengan adanya pengabdian ini serta penyuluhan maupun sosialisasi yang akan dilakukan kepada masyarakat Kampung Sereh harapannya bisa memanfaatkan tanaman tersebut sebagai pengobatan alternatif dan mampu mengolahnya.

2) Tahap Kedua

Tahap kedua berupa penyerahan bibit TOGA yang dilakukan setelah dilaksanakannya edukasi terkait pemanfaatan toga, penanaman yang langung ditanam didalam tanah yang dibungkus dengan polibek. Pada kegiatan ini dilakukan penyerahan bibit TOGA yang berisi polibek, media tanam dan krim yang bahan aktifnya dari tanaman herbal yang berkhasiat sebagai anti nyeri untuk artritis, demam, dan hipertensi. Bantuan bibit toga tersebut sejumlah 38 pohon yang terdiri dari bibit temulawak, kunyit, lidah buaya, brotowali, dan jahe merah yang akan di bagikan ke Posyandu yang berada di Kampung Sereh. Masyarakat merespon

dengan baik diadakannya kegiatan ini, selain mendapatkan tambahan ilmu pengetahuan masyarakat juga dapat meningkatkan ketrampilan tentang budidaya TOGA.



Gambar 1. Sosialisasi dan penyerahan bibit TOGA

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian pemanfaatan tanaman herbal dan pelatihan budidaya TOGA sebagai alternatif pengobatan mandiri terutama yang berobat di Kampung Sereh, sehingga dapat berjalan lancar. Peserta mendapatkan informasi tentang penyakit artritis, memahami dan mengetahui jenis dan khasiat TOGA untuk pengobatan arthritis, hipertensi, dll serta cara mengolah TOGA untuk pengobatan alternatif penyakit arthritis, hipertensi, dll. Peserta berkontribusi dalam pemanenan TOGA dengan menggunakan bibit TOGA yang sudah dibagikan.

REFERENSI

- Dalimarta S. (2006). *96 Resep Tumbuhan Obat Reumatik*. Jakarta: Penebar Swadaya.
- Fadhilah, S. U., Nuryatman, P., Rohmah, Y. L., Sukma, A. A., Aldiyansah, R., Fardani, T. S., & Astuti, R. (2024). Optimalisasi Pemanfaatan Ikan Lele Sebagai Produk Pangan Bergizi Untuk Anak Balita Dan Peluang Umkm Di Margomulyo. *JUAN: Jurnal Pengabdian Nusantara*, 1(4), 16-25.
- Harefa, D. (2020). Pemanfaatan hasil tanaman sebagai tanaman obat keluarga (TOGA). *Madani: Indonesian Journal of Civil Society*, 2(2), 28-36.
- Muhlisah, F.. (2000). Taman Obat Keluarga (TOGA). Jakarta: Penebar Swadaya
- Nurhasanah, W. (2024). *Analisis Asuhan Keperawatan Pada Ny. A Dengan Rheumatoid Arthritis (Katz Indeks A) Dan Intervensi Kompres Hangat Air Jahe Di Ruang Bougenvile Griya Lansia Kabupaten Garut* (Doctoral dissertation, STIKes Karsa Husada Garut).
- Rahayu, M., Sunarti, S., Sulistiarini, D., & Prawiroatmodjo, S. (2006). Pemanfaatan tumbuhan obat secara tradisional oleh masyarakat lokal di Pulau Wawonii, Sulawesi Tenggara. *Biodiversitas*, 7(3), 245-250.
- Sa'diyah, C., Syah, A. F., Firdaus, S. A., Fauziah, F. N., Hidayat, A., Wicaksono, B., & Lestari, E. R. (2025). Eco Future De Durio: Inovasi Kulit Buah Durian Sebagai Upaya Pemberdayaan Ibu Pkk Desa Sambirejo Dengan Menerapkan Konsep Zero Waste. *JUAN: Jurnal Pengabdian Nusantara*, 2(3), 107-115.
- Simamora, F. A., & Hidayah, A. (2022). Pemberdayaan Masyarakat dalam Pemanfaatan Tanaman Obat Kelurga (TOGA) di Desa Panobasan Kecamatan Angkola Barat Kabupaten Tapanuli Selatan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Aufa (JPMA)*, 4(3), 199-203.
- Sudiwati, N. L. P. E. (2019). Upaya pemeliharaan kesehatan masyarakat melalui pelatihan pemanfaatan tanaman obat keluarga pada ibu rumah tangga dan kader. *Jurnal Idaman (Induk Pemberdayaan Masyarakat Pedesaan)*, 3(1), 45-50.
- Supriyanto, S. (2006). *Proses pengolahan tanaman obat*. Tim Lentera. Jakarta.

- Swandayani, R. E., Andini, A. S., Syuhriatin, S., Meidatuzzahra, D., Basri, H., Rahayu, S. M., & Fitiasari, B. D. (2021). Sosialisasi pemanfaatan tanaman obat keluarga (TOGA) untuk wirausaha dan konservasi lingkungan di Desa Peresak Kecamatan Narmada. *Jurnal Abdidas*, 2(6), 1350-1355.
- Zamaa, M. S., RM, I. M., & Nugrah, A. (2024). Pembuatan Taman Toga (Tanaman Obat Keluarga) Di Puskesmas Barana Kecamatan Bangkala Barat Kabupaten Jeneponto. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Gerakan Aksi Sehat (GESIT)*, 4(1), 164-168.