



Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (Toga) Sebagai Minuman Kesehatan Alami Bernilai Ekonomi Bagi Ibu PKK

¹Rika Sepriani, ²Hilmainur Syampurma, ³Arie Asnaldi

¹²Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang, Indonesia Email:

rikasepriani@fik.unp.ac.id¹, hilmainursyam@fik.unp.ac.id², asnaldi@fik.unp.ac.id³

Abstract

TOGA is one of the best options to address health problems independently at home without having to come to a health facility. TOGA is urgently needed in the current COVID-19 pandemic situation in order to break the chain of transmission by staying at home. The community in Sungai Sapih village has a large yard land planted with several medicinal plants. They know what plants are used as medicines, but its utilization has not been optimal precisely and correctly and does not know how to process TOGA into a product of high economic value. The purpose of this activity is to provide information and knowledge related to the proper and proper utilization of TOGA and how to process it into economically valuable products. This activity is carried out through two stages : 1) counseling by lecture method, 2) training to process TOGA into economical value products with the practice method "Active and Participatory Learning". As a result of community service activities, PKK mothers in Sungai Sapih village in Kuranji sub-district can know and understand about how to use TOGA as a traditional medicine properly and properly and can process TOGA into a high economic value product that is in the form of instant powder herbal medicine.

Keywords: TOGA, Herbal Products, PKK

Abstrak

TOGA merupakan salah satu pilihan terbaik untuk mengatasi masalah kesehatan secara mandiri di rumah tanpa harus datang ke fasilitas kesehatan sekaligus sebagai upaya untuk mengurangi penggunaan obat kimia dengan kembali ke alam (*back to nature*). TOGA sangat dibutuhkan pada situasi pandemi COVID-19 sekarang ini guna memutus rantai penularannya dengan tetap di rumah saja. Masyarakat di kelurahan Sungai Sapih memiliki lahan pekarangan yang luas yang ditanami beberapa tanaman obat. Mereka mengenal tanaman apa saja yang digunakan sebagai obat, namun pemanfaatannya belum optimal secara tepat dan benar serta tidak mengetahui bagaimana mengolah TOGA menjadi produk bernilai ekonomi tinggi. Tujuan kegiatan ini untuk memberikan informasi dan pengetahuan terkait pemanfaatan TOGA secara tepat dan benar serta bagaimana cara mengolahnya menjadi serbuk minuman bernilai ekonomi tinggi. Kegiatan ini dilakukan melalui dua tahapan yaitu: 1) penyuluhan dengan metode ceramah, 2) pelatihan mengolah TOGA menjadi produk bernilai ekonomi dengan metode praktek "*Active and Participatory Learning*". Hasil dari kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat, Ibu-ibu PKK di kelurahan Sungai Sapih kecamatan Kuranji dapat mengetahui dan memahamai tentang cara penggunaan TOGA sebagai obat tradisional secara tepat dan benar serta dapat mengolah TOGA menjadi produk bernilai ekonomi tinggi yaitu dalam bentuk jamu serbuk instan.

Keywords: TOGA, Produk Herbal, PKK

ANALISIS SITUASI

Lemahnya daya beli masyarakat dan melambungnya harga obat modern memaksa masyarakat dan pemerintah mencari upaya mengatasi keadaan ini dengan cara *back to nature* (Siti Rahayu Nurjanah., Nadia Naila Nurazizah., Fera Septiana., 2019). Sekitar 40.000 jenis tumbuhan obat yang dikenal di dunia, 30.000-nya disinyalir berada di Indonesia. Jumlah tersebut mewakili 90% tanaman obat yang terdapat di wilayah Asia. Dari jumlah tersebut, 25% diantaranya atau sekitar 7.500 jenis sudah diketahui memiliki khasiat herbal. Namun hanya 1.200 jenis tanaman yang sudah dimanfaatkan untuk bahan baku obat herbal/jamu (Zamroni Salim, Ph.DErnawati Munadi, 2017). Dalam Keputusan Kepala Badan Pengawas Obat dan Makanan Nomor: Hk.00.05.4. 2411 tahun 2004 tentang Ketentuan Pokok Pengelompokan dan Penandaan Obat Bahan Alam Indonesia antara lain disebutkan obat tradisional



berdasarkan tingkat pembuktian khasiatnya dapat dikelompokkan menjadi jamu, obat herbal terstandar, dan fitofarmaka (Supardi et al., 2012).

Tanaman obat keluarga (TOGA) menjadi salah satu pilihan masyarakat untuk ditanam di lahan pekarangan (Bebet & Mindarti, 2015), sehingga dapat meningkatkan pendapatan keluarga, dan dapat dijadikan obat tradisional (Sri Rahmawati Fitriatien, Gosita Ifantias Meisawitri, Tamara Putri Wiyanda, Nur Kholilah, 2017). Salah satu fungsi TOGA adalah sebagai sarana untuk mendekatkan tanaman obat kepada upaya-upaya kesehatan masyarakat yang antara lain meliputi: 1) Upaya preventif (pencegahan), 2) Upaya promotif (meningkatkan derajat kesehatan) dan 3) Upaya kuratif (penyembuhan penyakit). Selain sebagai obat, TOGA juga dapat dimanfaatkan untuk: 1) penambah gizi keluarga (pepaya, timun, bayam), 2) bumbu atau rempah-rempah masakan (kunyit, kencur, jahe, serai, daun salam), 3) menambah keindahan (mawar, melati, bunga matahari, kembang sepatu, tapak dara, kumis kucing). Pada saat anggota keluarga ada yang sakit, TOGA dapat dijadikan sebagai alternatif obat tradisional yang paling mudah dicari, tidak menghabiskan uang untuk membeli, dan memiliki efek samping yang jauh lebih rendah tingkat bahayanya dari pada obat-obatan kimia (Rika Sepriani, 2018). Pada situasi pandemi COVID-19 seperti sekarang ini, TOGA merupakan salah satu pilihan terbaik untuk mengatasi masalah kesehatan secara mandiri di rumah tanpa datang ke fasilitas kesehatan sehingga dapat menghindari resiko terpapar virus korona.

Diawal tahun 2020, dunia digemparkan dengan merebaknya virus baru yaitu coronavirus jenis baru (SARS-CoV-2) dan penyakitnya disebut Coronavirus disease 2019 (COVID-19). Diketahui, asal mula virus ini berasal dari Wuhan, Tiongkok. Ditemukan pada akhir Desember tahun 2019. Sampai saat ini sudah dipastikan terdapat 65 negara yang telah terjangkit virus satu ini. Pada awalnya virus ini ditularkan dari hewan ke manusia. Namun, pada akhirnya dikonfirmasi bahwa transmisinya dapat terjadi dari manusia ke manusia (Yuliana, 2020). Penyebaran virus COVID-19 ini berlangsung sangat cepat. Berdasarkan data *Worldometers* hingga Minggu 26 April 2020 pukul 16.00 WIB, terdapat 2.933.204 kasus COVID-19 di seluruh dunia, dengan 203.609 kematian. Sedangkan di Indonesia hingga minggu, 26 April 2020 pukul 12.00 WIB terdapat 8.882 orang positif COVID-19 dengan jumlah kematian 743 orang yang tersebar pada 34 provinsi di Indonesia (Gugus Tugas Percepatan COVID-19, 2020). Sumatera Barat merupakan salah satu provinsi di Indonesia yang terpapar virus korona. Kota Padang sebagai ibukota provinsi memiliki pasien positif COVID-19 terbanyak di Sumatera Barat dimana dari 102 orang positif COVID-19 di Sumatera Barat 64 orang (63%) berasal dari Kota Padang yang tersebar pada sembilan kecamatan. Dimana hal ini akan terus meningkat setiap harinya. Berikut data sebaran pasien COVID-19 di kota Padang:

Tabel 1. Data Sebaran Pasien COVID-19 di Kota Padang

Lokasi	Positif	Meninggal	Sembuh
Kecamatan Padang Utara	3	0	1
Kecamatan Padang Timur	19	2	6
Kecamatan Padang Barat	3	0	0
Kecamatan Padang Selatan	2	0	0
Kecamatan Kuranji	6	2	1
Kecamatan Pauh	5	0	1
Kecamatan Lubuk Begalung	14	2	1
Kecamatan Lubuk Kilangan	3	0	1
Kecamatan Koto Tangah	9	3	2
Kecamatan Nanggalo	0	0	0
Kecamatan Bungus Teluk Kabung	0	0	0

Sumber: corona padang.go.id 26 April 2020

Upaya pengobatan dengan obat tradisional merupakan salah satu bentuk peran serta masyarakat dan sekaligus merupakan teknologi tepat guna yang potensial untuk menunjang pembangunan kesehatan serta terwujud prinsip kemandirian masyarakat (Sepriani et al., 2020). Penggunaan obat herbal yang berasal dari tumbuhan dengan cara tradisional dan alami yang sudah dimanfaatkan oleh masyarakat Indonesia dari sejak nenek moyang kita (Yulianto & Kirwanto, 2016). Berdasarkan analisis lanjut data Riskesdas 2010, persentase rumah tangga yang menggunakan jamu buatan sendiri sebesar 9,53% dari 68.673 rumah tangga. Adapun individu yang menggunakan jamu buatan sendiri adalah 10,27% dari total 177.926 orang. Bahan baku yang paling banyak digunakan adalah kencur, jahe, kunyit dan temulawak (Supardi et al., 2012).

Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (Toga) Sebagai Minuman Kesehatan Alami Bernilai Ekonomi Bagi Ibu PKK

¹Rika Sepriani, ²Hilmainur Syampurma, ³Arie Asnaldi

Kelurahan Sungai sapih merupakan salah satu kelurahan dengan luas daerah 7,06 km² dengan jumlah penduduk 13.857 jiwa yang berada di Kecamatan Kuranji (Badan Pusat Statistik Kabupaten Tanah Bumbu, 2018). Berdasarkan observasi, umumnya masyarakat memiliki pekarangan yang luas dengan tanaman yang dapat dikategorikan sebagai tanaman obat. Mereka mengenal tanaman apa saja yang digunakan sebagai obat namun pemanfaatannya belum optimal karena kurangnya pengetahuan masyarakat tentang cara menggunakan tanaman obat sebagai obat tradisional secara tepat dan benar dan bagaimana mengolahnya menjadi produk bernilai ekonomi tinggi. Dengan kondisi pandemi ini seperti sekarang, kepedulian masyarakat dengan kesehatan semakin tinggi sehingga usaha dibidang obat-obatan herbal dirasa sangat menjanjikan.

SOLUSI DAN TARGET

Mitra dalam kegiatan ini adalah ibu-ibu PKK di kelurahan Sungai Sapih kecamatan Kuranji. Mitra ini digolongkan kedalam mitra yang tidak produktif secara ekonomi. Permasalahan yang dapat diangkat dalam kegiatan ini:

1. Kurangnya pengetahuan dan pemahaman ibu-ibu PKK di kelurahan Sungai Sapih kecamatan Kuranji tentang cara penggunaan tanaman obat keluarga (TOGA) sebagai obat tradisional secara tepat dan benar.
2. Ketidaktahuan ibu-ibu PKK di kelurahan Sungai Sapih kecamatan Kuranji mengolah tanaman obat keluarga (TOGA) menjadi produk bernilai ekonomi tinggi.

Adapun solusi dari permasalahan di atas adalah:

1. Pemberian informasi dan pengetahuan *ter-update* tentang pemanfaatan TOGA sehingga meningkatkan pengetahuan ibu-ibu PKK tentang pemanfaatan TOGA secara tepat dan benar. Adapun tahapan pemberian solusi yaitu: a). Sosialisasi kegiatan, b). Penyampaian tujuan kegiatan, c). Memberikan undangan tertulis kepada ibu-ibu PKK sebagai peserta kegiatan, d). Melakukan pre-test, e). Penyampaian materi, f). Melakukan Post-test dan g). Evaluasi kegiatan.
2. Memberikan pelatihan tentang pengolahan tanaman obat keluarga (TOGA) menjadi produk yang bernilai ekonomi tinggi yaitu jamu serbuk instan. Adapun tahap pemberian solusi yaitu: a). Sosialisasi kegiatan, b). Penyampaian tujuan kegiatan, c). Memberikan pelatihan tentang pengolahan TOGA, d). Pendampingan pengolahan TOGA secara mandiri oleh ibu-ibu PKK, dan e). Evaluasi kegiatan

Target luaran dari kegiatan ini adalah:

1. Peningkatan pengetahuan para ibu-ibu PKK di kelurahan Sungai Sapih Kecamatan Kuranji tentang penggunaan tanaman obat keluarga (TOGA) secara tepat dan benar.
2. Dihasilkannya produk bernilai ekonomi tinggi dari hasil pengolahan TOGA dalam bentuk jamu serbuk instan oleh ibu-ibu PKK di kelurahan Sungai Sapih Kecamatan Kuranji.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian ini dilakukan melalui dua tahapan yaitu: 1) kegiatan penyuluhan berupa pemberian informasi tentang pemanfaatan tanaman obat keluarga (TOGA) secara tepat dan benar, 2) Memberikan pelatihan dengan metode *active and participatory learning* (Choironi et al., 2019) dimana tim pengabdian memberikan penjelasan bagaimana mengolah TOGA menjadi produk bernilai ekonomi yaitu jamu serbuk instan, kemudian peserta juga melakukan praktek pengolahan sendiri dengan didampingi oleh tim pengabdian. Tim pengabdian menekankan bahwa dengan mengetahui teori yang ada jenis-jenis dan bentuk penanganannya/pengolahannya, akan meminimalisir terjadinya kesalahan (Hilmainur Syampurma, 2020).

Peserta dalam kegiatan ini adalah semua ibu-ibu PKK di Kelurahan Sungai Sapih kecamatan Kuranji. Kegiatan ini dilaksanakan selama 2 hari yaitu pada tanggal 1 s/d 2 Oktober 2020 yang bertempat di Aula Kantor Kelurahan Sungai Sapih Kecamatan Kuranji Kota Padang. Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan sesuai dengan kondisi dan situasi di lapangan dengan mematuhi protokol kesehatan. Kegiatan pengabdian ini bertujuan agar ibu-ibu PKK di Kelurahan Sungai Sapih kecamatan Kuranji dapat mengetahui dan memahami penggunaan tanaman obat keluarga (TOGA) secara tepat dan benar sehingga efek terapi yang diharapkan dapat tercapai. Tahapan pelatihan mengolah TOGA secara mandiri agar mampu menjadikan serbuk minuman kesehatan bernilai ekonomi tinggi.



PELAKSANAAN KEGIATAN

Berdasarkan metode yang telah dijelaskan sebelumnya, adapun tahapan metode pelaksanaan kegiatan yang dilaksanakan sebagai berikut:

1) Penyuluhan tentang Tanaman Obat Keluarga (TOGA)

Metode yang digunakan pada kegiatan penyuluhan ini adalah berupa ceramah dengan memberikan materi secara rinci bagaimana seharusnya menggunakan TOGA secara tepat dan benar. Materi yang diberikan tentang jenis-jenis TOGA, cara penggunaan TOGA, dosis atau takaran penggunaan yang tepat, waktu pemakaian dan lama pemakaian. Peningkatan pengetahuan ibu PKK di Kelurahan Sungai Sapih kecamatan Kuranji tentang penggunaan TOGA secara tepat dan benar yang dapat dilihat dari hasil *pre-test* dan *post-test*.



Gambar 1. Pemberian Materi Tentang Pemanfaatan TOGA



Gambar 2. Para Peserta Mendengarkan dan Mencatat Penjelasan Materi

2) Pelatihan pengolahan TOGA menjadi produk bernilai ekonomi tinggi

Metode yang digunakan adalah *Active and Participatory Learning* dimana tim nantinya akan menjelaskan bagaimana mengolah TOGA menjadi produk bernilai ekonomi yaitu jamu serbuk instan yang kemudian peserta akan melakukan praktek pengolahan sendiri dengan didampingi oleh tim pengabdian. Sebagai indikator keberhasilan dari kegiatan ini menghasilkan jamu serbuk instan dari pengolahan tanaman obat keluarga (TOGA) secara mandiri oleh ibu-ibu PKK di Kelurahan Sungai Sapih Kecamatan Kuranji.

Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (Toga) Sebagai Minuman Kesehatan Alami Bernilai Ekonomi Bagi Ibu PKK

¹Rika Sepriani, ²Hilmainur Syampurma, ³Arie Asnaldi



Gambar 3. Tim Pengabdian Mempraktekan Cara Pengolahan TOGA Dihadapan Para Peserta

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

1. Ibu-ibu PKK di kelurahan Sungai Sapih kecamatan Kuranji dapat mengetahui dan memahami tentang cara penggunaan tanaman obat keluarga (TOGA) sebagai obat tradisional secara tepat dan benar.
2. Ibu-ibu PKK di kelurahan Sungai Sapih kecamatan Kuranji dapat memahami dan mempraktekan mengolah tanaman obat keluarga (TOGA) menjadi produk bernilai ekonomi tinggi yaitu dalam bentuk jamu serbuk instan.

Pembahasan

Kegiatan pengabdian yang dilaksanakan pada tanggal 1-2 Oktober 2020 dihadiri oleh Ketua Pelaksana Kegiatan Pengabdian Masyarakat dan tim pelaksana serta Lurah Sungai Sapih Bapak Asral Maas, S.Sos sekaligus membuka kegiatan pengabdian masyarakat ini dan dilaksanakan selama 2 hari. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini yaitu metode ceramah, diskusi serta demonstrasi bagaimana cara mengolah tanaman obat keluarga (TOGA) menjadi produk bernilai ekonomi. Dalam pemberian materi, pemateri menjelaskan tentang apa itu TOGA, apa tujuan pemanfaatan TOGA, apa saja keuntungan penggunaan TOGA, bagaimana cara memanfaatkan TOGA dan apa saja yang harus diperhatikan dalam memanfaatkan TOGA sebagai tanaman obat.

Setelah pemberian materi dilakukan kegiatan dilanjutkan dengan melaksanakan pelatihan dalam mengolah TOGA menjadi minuman kesehatan bernilai ekonomi. Melalui kegiatan pelatihan ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan informasi bagi ibu-ibu kader PKK bagaimana memanfaatkan TOGA secara tepat dan benar sekaligus memanfaatkannya sebagai minuman kesehatan alami bernilai ekonomi. Pada kegiatan ini dilakukan pengolahan pada tanaman jahe yang merupakan salah satu tanaman obat yang paling populer digunakan dalam masyarakat karena kandungan antioksidannya yang tinggi. Tanaman jahe diolah hingga berbentuk minuman serbuk yang dapat digunakan sebagai minuman kesehatan.

Setelah 2 hari kegiatan ini, selanjutnya akan dilakukan pendampingan. Pendampingan dilakukan dalam bentuk tindak lanjut bagaimana mengolah TOGA sendiri. Selama pendampingan, tim memberikan arahan dan masukan jika ada hal-hal yang dijalankan peserta tidak sesuai dengan materi yang telah diberikan. Indikator keberhasilan adalah peningkatan pengetahuan dari ibu-ibu PKK di Kelurahan Sungai Sapih kecamatan Kuranji tentang penggunaan TOGA secara tepat dan benar yang dapat dilihat dari hasil *pre-test* dan *post-test* dan dihasilkannya jamu serbuk instan dari pengolahan tanaman obat keluarga (TOGA) secara mandiri oleh ibu-ibu PKK di Kelurahan Sungai Sapih Kecamatan Kuranji. Semua peserta PKM sangat antusias mengikuti pelatihan pengolahan TOGA menjadi serbuk jamu instan.

Pada saat penyuluhan mitra menyediakan waktunya untuk mengikuti semua materi yang disampaikan pada kegiatan ini. Menyediakan media komunikasi pada saat acara seperti *microphone*, *sound system* dan lainnya. Pada saat pelatihan mitra menyediakan waktunya untuk mengikuti semua materi dan mau berperan aktif dalam kegiatan pelatihan ini. Mitra menyediakan peralatan yang dibutuhkan untuk kegiatan. Metode yang digunakan dalam pelatihan ini adalah *Active and Participatory Learning* dimana tim nantinya akan menjelaskan bagaimana mengolah TOGA menjadi



produk bernilai ekonomi yaitu jamu serbuk instan yang kemudian peserta akan melakukan praktek pengolahan sendiri dengan didampingi oleh tim pengabdian. Peningkatan pengetahuan para ibu-ibu PKK di kelurahan Sungai Sapih Kecamatan Kuranji tentang penggunaan tanaman obat keluarga (TOGA) secara tepat dan benar. Dihasilkannya produk bernilai ekonomi tinggi dari hasil pengolahan TOGA dalam bentuk jamu serbuk instan oleh ibu-ibu PKK di kelurahan Sungai Sapih Kecamatan Kuranji.

Flora dan fauna sertamineral yang berkhasiat sebagai obat harus dikembangkan dan disebar luaskan agar semaksimal mungkin dapat dimanfaatkan dalam upaya-upaya kesehatan masyarakat. Perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih luas daripada perilaku yang tidak didasari pengetahuan (Rika Sepriani, Eldawaty, Arie Asnaldi, Asep Sujana Wahyuri, 2020). Sebelum orang berperilaku baru, di dalam diri orang tersebut terjadi proses yang berurutan, yakni: kesadaran, merasa tertarik terhadap stimulus atau objek tersebut, menimbang-nimbang terhadap baik dan tidaknya stimulus tersebut bagi dirinya, subjek mulai mencoba melakukan sesuatu sesuai dengan apa yang dikehendaki oleh stimulus, subjek telah berperilaku baru sesuai dengan pengetahuan, kesadaran, dan sikapnya terhadap stimulus. (Rika Sepriani, 2018) (Sepriani et al., 2020).

Tanaman obat dapat dibudidayakan sendiri di rumah atau biasa disebut dengan apotek hidup (Nugraha, 2015). Pemanfaatan lahan untuk TOGA masih kurang karena masyarakat belum mengetahui manfaat dan cara meracikinya. Situasi ini disebabkan karena pendidikan ibu-ibu yang rendah sehingga kemampuan untuk meningkatkan kesehatan keluarga masih rendah. Mengubah kesadaran, pola pikir dan gaya hidup masyarakat memerlukan adanya sosialisasi. Pemerintah melalui kementerian kesehatan secara terus-menerus mensosialisasikan TOGA dan memotivasi masyarakat agar menanam tanaman obat-obatan. Tanaman obat keluarga bermanfaat untuk meningkatkan kesehatan dan pengobatan berbagai penyakit. Tanaman Obat Keluarga dapat diperoleh, diramu dan ditanam sendiri tanpa tenaga medis. Oleh sebab itu, pemanfaatan tanaman obat perlu digalakkan guna meningkatkan kemandirian masyarakat dalam mengatasi masalah kesehatan (Nurjanah et al., 2019). TOGA, pemanfaatan TOGA untuk dijadikan sebagai minuman tradisional (jamu), serta peningkatan perekonomian dengan melakukan penjualan dan pembukuan secara sederhana (Sugito, Susilowati, 2017).

Pemanfaatan obat tradisional untuk pemeliharaan kesehatan dan gangguan penyakit hingga saat ini masih sangat dibutuhkan dan perlu dikembangkan, terutama dengan melonjaknya biaya pengobatan dan harga obat-obatan. Adanya kenyataan bahwa tingkat kebutuhan masyarakat terhadap pengobatan semakin meningkat, sementara taraf kehidupan sebagian masyarakat kita masih banyak yang kemampuannya pas-pasan. Maka dari itu, pengobatan dengan bahan alam yang ekonomis merupakan solusi yang baik untuk menanggulangi masalah tersebut (Nurniswati, 2014).

KESIMPULAN

1. Ibu-ibu PKK di kelurahan Sungai Sapih kecamatan Kuranji dapat mengetahui dan memahamai tentang cara penggunaan tanaman obat keluarga (TOGA) sebagai obat tradisional secara tepat dan benar.
2. Ibu-ibu PKK di kelurahan Sungai Sapih kecamatan Kuranji dapat memahami dan mempraktekan mengolah tanaman obat keluarga (TOGA) menjadi produk bernilai ekonomi tinggi yaitu dalam bentuk jamu serbuk instan.

PENGAKUAN

Rasa syukur tim pengabdian ucapkan kepada Allah SWT karena berkat beliau telah memberikan rahmat dan hidayahnya, sehingga kami dapat melakukan kegiatan pengabdian ini dengan baik dan lancar. Kami juga mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah banyak membantu kami. Terima kasih kepada pimpinan Universitas Negeri Padang, Pimpinan dan sivitas Fakultas Ilmu Keolahrgaan serta pihak Universitas Negeri Padang, yang telah memberikan kesempatan dan waktu yang seluas-luasnya kepada kami dalam melakukan kegiatan pengabdian. Kepada Mahasiswa. Teristimewa kepada Bapak Lurah Kelurahan Sungai Sapih yang telah bersedia untuk hadir dan membuka kegiatan kami ini serta memberikan fasilitas yang luar biasa kepada kami sehingga kegiatan pengabdian ini dapat dilaksanakan dengan lancar. Kepada semua peserta ibu-ibu PKK Kelurahan Sungai Sapih yang telah bersedia untuk meluangkan waktunya ditengah rutinitasnya menjalankan tugas sebagai

Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (Toga) Sebagai Minuman Kesehatan Alami Bernilai Ekonomi Bagi Ibu PKK

¹Rika Sepriani, ²Hilmainur Syampurma, ³Arie Asnaldi

ibu rumah tangga. Para peserta mengikuti kegiatan dengan tenang, senang, sangat antusias dan penuh perhatian untuk mengikuti kegiatan ini dari awal sampai akhir kegiatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Pusat Statistik Kabupaten Tanah Bumbu. (2018). Kecamatan Kuranji dalam angka 2011. *Catalog*, 1(1), 1–123.
- Bebet, N., & Mindarti, S. (2015). Tanaman obat keluarga (TOGA). In *Balai Pengkajian Teknologi Pertanian (BPTP) Jawa Barat* (Vols. 1–24, Issue 09, pp. 52–54).
- Choironi, N. A., Wulandari, M., & Susilowati, S. S. (2019). Pengaruh edukasi terhadap pemanfaatan dan peningkatan produktivitas tanaman obat keluarga (TOGA) sebagai minuman herbal instan di Desa Ketenger Baturraden. *Kartika : Jurnal Ilmiah Farmasi*, 6(1), 1. <https://doi.org/10.26874/kjif.v6i1.115>
- Hilmainur Syampurma. (2020). *Pelatihan Cedera Massage Nasional Tingkat 1*. Jurnal Berkarya Pengabdian Masyarakat. <https://doi.org/https://doi.org/10.24036/jba.v2i1.47>
- Nugraha, S. P. (2015). Pelatihan Penanaman Tanaman Obat Keluarga (Toga). *Asian Journal of Innovation and Entrepreneurship*, 4(Vol 4, No 01 (2015): January 2015), 58–62.
- Nurjanah, S. R., Nurazizah, N. N., Septiana, F., & Shalikhah, N. D. (2019). Peningkatan Kesehatan Masyarakat Melalui Pemberdayaan Wanita dalam Pemanfaatan Pekarangan dengan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) di Dusun Semawung. *Community Empowerment*, 4(1), 20–25. <https://doi.org/10.31603/ce.v4i1.3003>
- Nurniswati. (2014). Tanaman Obat Keluarga. *PJIF*, 3(2). <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.30591/pjif.v3i2.216>
- Rika Sepriani, Eldawaty, Arie Asnaldi, Asep Sujana Wahyuri, 5Kibadra. (2020). *Producing Of Instant Powder Herbs Based On Medicinal Herbs (Toga: Tanaman Obat Keluarga) For Members Of Family Welfare Program In Tarantang Village, Lubuk Kilangan Sub-District, Padang*. Jurnal Berkarya Pengabdian Kepada Masyarakat. <http://jba.pj.unp.ac.id/index.php/jba/article/view/51/30>
- Rika Sepriani. (2018). Pengetahuan Dan Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (Toga) Di Kelurahan Bandar Buat Kecamatan Lubuk Kilangan Kota Padang. *Stamina*, 10(2), 1–15. <https://doi.org/https://doi.org/10.24036/jst.v1i1.104>
- Sepriani, R., Eldawaty, E., Asnaldi, A., Wahyuri, A. S., & Kibadra, K. (2020). Pembuatan Jamu Serbuk Instan Berbasis Tanaman Obat Keluarga (Toga) Bagi Ibu-Ibu Pkk Di Kelurahan Tarantang Kecamatan Lubuk Kilangan Kota Padang. *Jurnal Berkarya Pengabdian Masyarakat*, 2(1), 49–55. <https://doi.org/10.24036/jba.v2i1.51>
- Siti Rahayu Nurjanah., Nadia Naila Nurazizah., Fera Septiana., N. D. S. (2019). Peningkatan Kesehatan Masyarakat melalui Pemberdayaan Wanita dalam Pemanfaatan Lahan Pekarangan dengan Tanaman Obat Keluarga (TOGA). *COMMUNITY EMPOWERMENT*, 4(1), 20–25. <https://doi.org/https://doi.org/10.31603/ce.v4i1.3003>
- Sri Rahmawati Fitriatien, Gosita Ifantias Meisawitri , Tamara Putri Wiyanda , Nur Kholilah, A. Y. (2017). Kegiatan Pengolahan Tanaman Obat Keluarga (Toga) Sebagai Bentuk Preventif Kesehatan Keluarga Mandiri. *Penamas Adi Buana*, 02, 49–56.
- Sugito, Susilowati, M. A. K. (2017). Strategi Pemanfaatan Lahan Pekarangan Untuk Budidaya Tanaman Obat Keluarga (Toga) Program Studi Teknik Lingkungan ; Fakultas Teknik Sipil dan



Perencanaan (FTSP) Program Studi Pendidikan Kesejahteraan Keluarga ; Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Un. *PENAMAS ADI BUANA*, 02(2), 1–8.

Supardi, S., Herman, M., & Yuniar, Y. (2012). Penggunaan Jamu Buatan Sendiri Di Indonesia (Analisis Data Riset Kesehatan Dasar Tahun 2010). *Buletin Penelitian Sistem Kesehatan*, 14(4 Okt), 375–381. <https://doi.org/10.22435/bpsk.v14i4Okt.1382>

Yuliana. (2020). Corona virus diseases (Covid -19); Sebuah tinjauan literatur. *WELLNESS AND HEALTHY MAGAZINE*, 2(February), 124–137. <https://doi.org/10.2307/j.ctvzxxb18.12>

Yulianto, S., & Kirwanto, A. (2016). Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga Oleh Orang Tua Untuk Kesehatan Anak Di Duwet Ngawen Klaten. *Interest : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 5(1), 75–80. <https://doi.org/10.37341/interest.v5i1.27>

Zamroni Salim, Ph.DErnawati Munadi, P. . (2017). Info Komoditi. In *Media_Content* (Vol. 1, Issue 1, pp. 1–106).