

---

# **PENINGKATAN KETRAMPILAN MENGOLAH TOGA BAGI IBU PKK DESA NGIJO MALANG UNTUK MENUNJANG KELUARGA SEHAT (IMPROVING THE TOGA-PROCESSING SKILLS OF PKK MOTHERS IN THE NGIJO MALANG VILLAGE TO SUSTAIN A HEALTHY FAMILY)**

**Sofia Ery Rahayu\*), Betty Lukiaty, Amy Tenzer, Nursasi Handayani, Fatchur Rohman,  
Sulisetijono, Nur'aini Kartikasari, dan Rina Tri Turani Saptawati**

Departemen Biologi, FMIPA, Universitas Negeri Malang  
Jl. Semarang 5 Malang  
e-mail: \*[sofia.ery.fmipa@um.ac.id](mailto:sofia.ery.fmipa@um.ac.id)

## **Abstrak**

*Kelompok Pembinaan Kesejahteraan Keluarga (PKK) termasuk salah satu kelompok masyarakat berperanan penting dalam pembangunan masyarakat. Pembangunan masyarakat tidak hanya dalam kemandirian pangan, tetapi juga dalam kemandirian kesehatan. Pengembangan tanaman TOGA oleh masyarakat desa Ngijo masih pada aspek pembudidayaannya, Pemanfaatan dan pengolahan TOGA menjadi suatu produk yang lebih bernilai ekonomi dan berdaya guna di bidang pangan dan kesehatan masih kurang. Oleh karena itu dilakukan pelatihan dan pendampingan pengolahan hasil TOGA. Tujuan pelatihan yaitu meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan ibu PKK desa Ngijo dalam pengolahan TOGA menjadi produk yang mendukung kesehatan keluarga. Kegiatan dimulai dengan pemberian materi tentang Pengertian dan Budidaya TOGA, kandungan senyawa aktif TOGA dan pembuatan simplisia, pembuatan salep daun salam, dan pembuatan minuman sehat untuk meningkatkan imun saat pandemi. Hasil pelatihan menunjukkan peserta berpartisipasi aktif dan antusias mengikuti kegiatan. Pengetahuan peserta tentang TOGA baik, namun tentang materi penataan dan simplisia jawaban peserta bervariasi. Hasil uji organoleptic salep daun salam, peserta umumnya memilih sangat baik dan untuk minuman sehat, peserta berpendapat sangat disukai. Menurut para peserta dengan mengikuti pelatihan ini menjadi lebih mengetahui manfaat dan cara mengolah TOGA untuk obat sederhana bagi keluarga dan menjadi ide usaha untuk menunjang perekonomian keluarga.*

**Kata kunci:** keluarga sehat, pengolahan TOGA, senyawa aktif tanaman

## **Abstract**

*The Family Welfare Development Group (PKK) is one community group that plays an essential role in community development. Community development is not only in food independence but also in health independence. The development of TOGA plants by the Ngijo village community is mainly focused on cultivation. However, the utilization and processing of TOGA into a more economically valuable and efficient product in food and health is still lacking. Therefore, training and assistance in processing TOGA results were provided. The training aims were to increase the knowledge and skills of PKK mothers in Ngijo village in processing TOGA into products that support family health. The activity began by providing material on the definition and cultivation of TOGA, the active compound content of TOGA, and the manufacture of Simplisia, making bay leaf ointment, and making healthy drinks to increase immunity during a pandemic. The training results showed that the*

---

*participants participated actively and enthusiastically in the activities. The participants' knowledge of TOGA was good, but the participants' answers varied regarding the arrangement and simplification of materials. In the results of the organoleptic test of bay leaf ointment, participants generally chose very good and healthy drinks, which they thought they liked very much. By participating in this program, the participants understood the benefits and how to process TOGA for simple medicines for families and business ideas to help the family's income*

**Keywords:** *active compound, healthy family, Toga-processing*

## 1. PENDAHULUAN

Tumbuhan yang ada di Indonesia sekitar 30.000 jenis, 7.000 di antaranya berkhasiat obat yang dimanfaatkan sebagai bahan baku obat tradisional (Depkes RI, 2011). Indonesia berpotensi mengembangkan budidaya tanaman obat dan memanfaatkannya sebagai alternatif pengobatan (Handayani dkk., 2015, Puspitasari dkk., 2021). Masyarakat Indonesia sejak zaman dahulu sudah banyak menggunakan atau memanfaatkan tanaman sebagai alternatif pengobatan untuk berbagai macam penyakit, baik penyakit luar maupun penyakit dalam. Bagian tumbuhan yang dimanfaatkan untuk pengobatan tradisional oleh masyarakat antara lain daun, bunga, buah, batang, bahkan juga akarnya (Dewoto, 2007, Harjono dkk., 2017). Bahan tersebut kemudian dijadikan simplisia kering agar terhindar dari serangan kapang (DepKes RI, 2008).

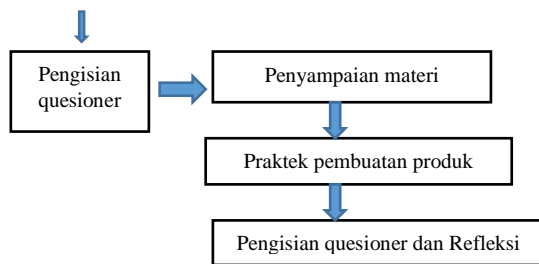
Pemanfaatan bahan alam untuk pengobatan atau yang dikenal dengan pengobatan herbal saat ini sedang berkembang pesat. Obat yang berasal dari bahan alam umumnya: a) memiliki efek samping relatif kecil jika digunakan secara tepat, b) memiliki efek relatif lambat tetapi jelas manfaatnya, c) lebih sesuai untuk penyakit metabolik dan degenerative, d) banyak yang bersifat promotif dan preventif, e) bersifat holistik atau memiliki kombinasi efek dalam satu ramuan (Depkes RI, 2011).

Kelompok Pembinaan Kesejahteraan Keluarga (PKK) termasuk salah satu kelompok masyarakat memiliki peran penting dalam pembangunan masyarakat. Pembangunan masyarakat tidak hanya dalam kemandirian pangan, tetapi juga dalam kemandirian kesehatan melalui pembudidayaan dan pemanfaatan tanaman obat keluarga (TOGA) (Febriansyah, 2017). Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 9 Tahun 2016 menetapkan tentang upaya pengembangan kesehatan melalui asuhan mandiri, pemanfaatan tanaman obat keluarga dan ketrampilan budidaya dan pengolahannya. Asuhan mandiri kesehatan tradisional adalah upaya untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan serta mencegah dan mengatasi gangguan kesehatan ringan oleh individu, keluarga dan masyarakat dengan membudidayakan tanaman obat keluarga dan keterampilan dalam memanfaatkannya.

Berdasarkan hasil wawancara dengan salah satu warga desa Ngijo Malang bahwa budidaya Toga di kelompok PKK desa Ngijo saat ini berhenti hanya sampai penanaman dan pemeliharaan saja belum diikuti dengan usaha pengolahan dalam bidang pangan dan kesehatan. Masyarakat terutama para ibu banyak yang beraktivitas sebagai ibu rumah tangga atau melakukan usaha kecil di rumah seperti peracangan. Oleh karena itu masyarakat menghendaki adanya inovasi cara mengolah TOGA menjadi suatu produk yang bermanfaat untuk bidang pangan dan kesehatan, agar pengembangan TOGA berkelanjutan. Berdasarkan analisis situasi tersebut dan salah satu kewajiban Tridharma Perguruan Tinggi yaitu melakukan pengabdian kepada masyarakat, maka dilaksanakan pelatihan pada kelompok PKK desa Ngijo Malang tentang pengolahan TOGA menjadi produk yang berguna menunjang keluarga sehat. Diharapkan dengan mengikuti pelatihan tersebut maka para ibu di desa Ngijo Malang dapat meningkatkan ketrampilannya dalam mengolah TOGA sehingga kemandirian kesehatan tercapai yang akhirnya terwujud keluarga sehat.

## 2. METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan di Kelurahan Ngijo Kabupaten Malang. Sasaran dari program pengabdian masyarakat yang akan dilakukan adalah ibu-ibu PKK desa Ngijo Kecamatan Karangploso Kabupaten Malang. Jumlah peserta dalam kegiatan pengabdian sebanyak 25 ibu PKK perwakilan dari RW yang ada di lingkungan Desa Ngijo. Pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat dengan memberikan pelatihan yang terdiri atas beberapa tahap aktivitas (Gambar 1).



**Gambar 1.** Alur kegiatan pengabdian kepada masyarakat

Tahap awal kegiatan para peserta pelatihan mengisi quisioner untuk mengetahui pengetahuan awal tentang istilah yang berkaitan pengetahuan dasar TOGA dan pemanfaatannya. Langkah ke-2 yaitu penyampaian materi pelatihan tentang TOGA, pengertian simplisia, dan pembuatan produk kesehatan dan pangan yang berbahan dasar TOGA. Langkah ke-3 yaitu melakukan kegiatan praktek pembuatan produk berupa salep dan minuman kesehatan. Salep yang dipraktekkan pembuatannya meliputi salep daun salam dan daun sirih. Minuman kesehatan yang dipraktekkan dalam pengabdian meliputi minuman kunyit asam, seruni (sereh, jeruk nipis), dan harmuni (jahe, timun, jeruk nipis). Pada tahap akhir kegiatan para peserta mengisi quisioner dan melakukan refleksi kegiatan yang telah dilakukan. Para peserta yang datang mendapatkan bahan yang dapat digunakan untuk praktek di lingkungan PKK RW atau RT nya.

Hasil dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat diperoleh data tentang pengetahuan awal dan akhir peserta pelatihan. Data tersebut akan dianalisis secara deskriptif. Demikian juga data tentang refleksi oleh para peserta akan dianalisis secara deskriptif yang selanjutnya digunakan oleh Tim Pengabdian untuk mengevaluasi dan merefleksikan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang telah dilakukan.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Peserta kegiatan pelatihan adalah 25 orang ibu yang tergabung dalam PKK RW 04 Desa Ngijo Kabupaten Malang. Jawaban peserta untuk soal quisioner yang diberikan di awal kegiatan pengabdian disajikan di Tabel 1.

Berdasarkan jawaban peserta menunjukkan bahwa semua mengetahui tentang pengertian TOGA dan manfaatnya bagi kehidupan. Namun untuk materi penataan TOGA dan simplisia, hasilnya menunjukkan bahwa pengetahuan peserta bervariasi. Khusus materi simplisia banyak peserta tidak memberikan jawaban. Hal ini menunjukkan bahwa kata simplisia merupakan kata baru bagi peserta.

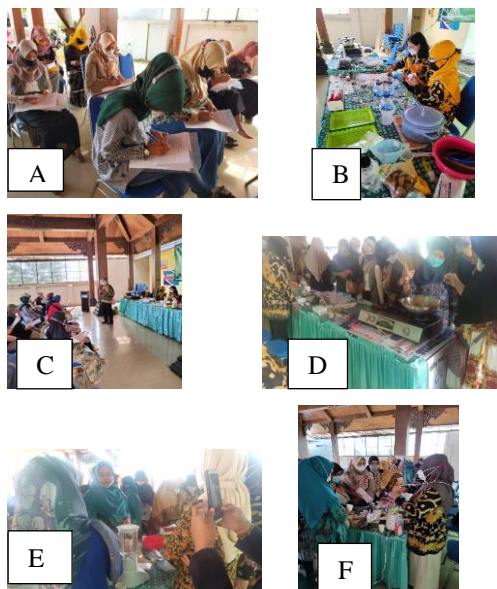
**Tabel 1.** Pengetahuan awal peserta pengabdian masyarakat tentang TOGA

No	Soal	Jawaban	Jawaban (%)
1.	Apa yang dimaksud dengan TOGA?	Tanaman obat keluarga yang dapat ditanam di sekitar rumah atau pekarangan rumah dan kebun yang berkasiat sebagai obat. Memanfaatkan pekarangan kosong.	96,3 3,7
2.	Sebutkan 2 manfaat yang diperoleh dengan mengembangkan TOGA?	a. Lebih mudah mendapatkan obat alami (herbal) tanpa ada bahan kimia. b. Pelestarian budidaya obat tradisional. c. Menghemat pengeluaran dan bisa untuk ide usaha	100

a. Berdasarkan jenis tanaman

	Sebutkan 2 dasar dalam menata tanaman obat di kebun!	b. Media tanam yang tepat, perawatan tanaman. Penataan tanaman yang baik dan mengatur jarak tanaman . Warna daun dan bentuk daun. Mudah ditanam dan bibit mudah didapatkan. Kebun terlihat asri dan digunakan saat dibutuhkan. Tidak ada jawaban Bahan alami yang digunakan untuk obat tradisional.	66,7 7,4 7,4 7,4 7,4 3,7 29,7
3.			
4.	Apa yang ibu ketahui tentang simplisia?	Bahan alami yang digunakan sebagai obat yang belum mengalami pengolahan kecuali pengeringan. Proses pengolahan obat herbal. Obat tradisional. Tidak ada jawaban Setuju, karena tidak mudah diserang kapang dan penyimpanannya dapat bertahan lama.	22,2 7,4 14,8 25,9 18,5
5.	Simplisia yang disiapkan sangat mempengaruhi mutu obat herbal. Apakah ibu setuju dengan pernyataan ini? Jika ya berikan alasannya!	Setuju, tetapi tidak diberi alasan. Setuju, karena bisa untuk tetapi beberapa penyakit dan dan obat tradisional atau obat herbal. Setuju, karena jika tidak sesuai takaran hasilnya tidal maksimal. Tidak setuju Tidak ada jawaban	18,5 18,5 3,7 3,7 37,1

Tahap setelah itu, dilakukan pemaparan materi tentang pengertian dan budidaya toga, kandungan senyawa aktif TOGA dan pembuatan simplisia, pembuatan salep daun dan daun sirih, dan pembuatan minuman sehat untuk meningkatkan imun saat pandemic (Gambar 2).



**Gambar 2.** Kegiatan pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat

- A. Peserta pelatihan mengerjakan kuisioner
- B. Persiapan pelatihan oleh tim pengabdian kepada masyarakat
- C. Pemaparan tentang pengertian dan budidaya TOGA
- D. Praktek pembuatan salep daun salam dan daun sirih
- F dan G. Praktek pembuatan minuman sehat

Tahap akhir dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat, peserta diberi kuis untuk mengetahui pengetahuan akhir peserta dan hasil uji organoleptic peserta terhadap produk yang dibuat selama kegiatan pengabdian. Hasil pengisian kuisioner oleh peserta disajikan pada Tabel 2 dan hasil uji organoleptic disajikan pada Tabel 3 dan 4.

**Tabel 2.** Pengetahuan peserta tentang TOGA di akhir kegiatan

NO.	Pertanyaan	YA (%)	TIDAK (%)
1	Salah satu jenis tanaman yang tergolong TOGA adalah jeruk nipis.	100	0
2	Penataan TOGA pada lahan dapat dikelompokkan berdasarkan khasiatnya	80	20
3	Teknologi budidaya TOGA yang terpenting hanya memperhatikan hasil panen.	4	96
4	Kulit batang yang memiliki khasiat obat yaitu kayu manis	100	0
5	Sereh yang dimanfaatkan untuk obat atau bumbu merupakan pelepah daun	60	40
6	Kandungan senyawa aktif tanaman yang berupa metabolit sekunder dapat dimanfaatkan untuk membuat jamu.	100	0
7	Simplisia merupakan bahan baku obat yang sudah dikeringkan	96	4
8	Tujuan mengeringkan rimpang kunyit agar warnanya tidak berubah	72	28
9	Mutu simplisia sangat tergantung pada pemrosesan pembuatan simplisia	100	0
10	Simplisia kering yang berupa bunga contohnya cengkeh	100	0

**Tabel 3** Hasil uji organoleptic salep daun salam dan sirih

No.	Pertanyaan	Sangat baik	Baik	Cukup	Kurang
		(%)	(%)	(%)	(%)
1.	Tekstur salep daun salam	64	32	4	0
2.	Aroma salep daun salam	52	40	8	0
3.	Kemanfaatan salep daun salam bagi kesehatan	80	16	4	0
4.	Tekstur salep daun sirih	56	40	4	0
5.	Aroma salep daun sirih	52	36	12	0
6.	Kemanfaatan salep daun sirih bagi kesehatan	72	20	8	0

**Tabel 4.** Hasil uji organoleptic minuman sehat

No.	Pertanyaan	Sangat disukai	disukai	Cukup disukai	Kurang disukai
		(%)	(%)	(%)	(%)
1.	Aroma minuman kunyit asam	52	40	8	0
2.	Rasa minuman kunyit asam	60	28	4	8
3.	Aroma minuman seruni	72	28	0	0
4.	Rasa minuman seruni	68	32	0	0
5.	Aroma jus timun	44	44	8	4
6.	Rasa jus timun	52	40	4	4

Pada akhir kegiatan, ibu PKK mengisi soal evaluasi kegiatan pengabdian. Berdasarkan hasil evaluasi kegiatan pengabdian ibu PKK sudah mengetahui tentang TOGA dan simplisia. Banyak ibu PKK yang menyukai tekstur, aroma, dan kemanfaatan salep daun salam dan daun sirih bagi kesehatan. Ibu PKK juga menyukai aroma dan rasa minuman kunyit asam dan minuman seruni (sereh dan jeruk nipis). Tetapi ada beberapa ibu PKK yang tidak menyukai jus timun dikarenakan menderita hipotensi. Menurut Fitriana (2013) bahwa mentimun dapat menurunkan tekanan darah karena kandungan kaliumnya. Ratio kalium dan natrium yang tinggi dan seimbang, akan menurunkan tekanan darah, dengan cara kalium yang bekerja mengatur kerja jantung mempengaruhi otot-otot jantung dan

mengatur keseimbangan cairan tubuh. Oleh karena itu, beberapa ibu PKK tidak menyukai jus mentimun.

Pendapat ibu-ibu PKK setelah mengikuti kegiatan pelatihan disampaikan saat refleksi dengan tanya jawab dan menuliskan pendapatnya dalam kuisioner (Tabel 5).

**Tabel 5.** Pendapat ibu PKK tentang pelatihan

Sangat bermanfaat (%)	Biasa saja	Kurang bermanfaat	Tidak ada manfaatnya
100	-	-	-

Alasan peserta dapat dikelompokkan sebagai berikut.

1. Menambah pengetahuan dan wawasan tentang TOGA.
2. Menambah pengetahuan dan mengerti khasiat daun salam bisa buat salep.
3. Saya jadi tahu macam-macam TOGA yang sebelumnya tidak saya ketahui dan bisa melihat langsung proses pembuatannya dengan praktek langsung serta merasakan secara langsung.
4. Kita jadi tahu kegunaan tanaman TOGA yang ada disekitar kita dan mengetahui manfaatnya bagi kehidupan sehari-hari.
5. - Kita jadi tahu manfaat dan kegunaan tanaman TOGA bagi kehidupan sehari-hari.  
- Dapat kita tularkan dalam organisasi PKK di lingkup RT/RW.
6. Menambah wawasan dan ilmu bagi saya, bisa ditularkan ilmunya pada masyarakat.
7. - Bisa membuat kita lebih produktif di rumah.  
- Bisa menjadi inspirasi untuk memajukan kualitas diri.  
- Menambah ilmu yang dapat digunakan sampai tua, untuk diturunkan ke anak cucu.  
- Bisa digunakan kegiatan di kampung-kampung menjadi pintar bersama ibu-ibu PKK RW 06.
8. - TOGA sangat bermanfaat untuk keluarga dan di lingkungan masyarakat.  
- Hasil dari pelatihan pemanfaatan teknologi sederhana dengan TOGA hasilnya baik dan sangat berguna bagi masyarakat.
9. Sangat bermanfaat karena berguna bagi kesehatan tubuh.
10. Jadi tahu cara mengolah tanaman TOGA dan juga manfaat tanaman TOGA.
11. - Dapat menambah ilmu tentang TOGA dan pemanfaatannya terumana di era pandemi yang serba keterbatasan.  
- Dan alasan ekonomis lebih didapat untuk ide usaha.
12. Menambah wawasan yang tidak tahu jadi tahu.
13. Karena merupakan pengetahuan baru yang dapat diaplikasikan untuk keluarga di rumah.
14. Karena lebih mengetahui pemanfaatan tanaman sekitar untuk obat sederhana dalam keluarga.
15. Bisa mengetahui khasiat, macam-macam dan proses pembuatan obat herbal dari tanaman TOGA.
16. Mendapat pengetahuan baru tentang salep daun salam dan manfaatnya.

Berdasarkan pendapat ibu-ibu PKK setelah mengikuti kegiatan pelatihan, kegiatan pelatihan ini sangat bermanfaat. Beberapa alasannya yaitu dapat menambah wawasan dan pengetahuan tentang TOGA; mengetahui khasiat, macam-macam dan proses pembuatan obat herbal dari tanaman TOGA; dapat menambah ilmu tentang TOGA dan pemanfaatannya terumana di era pandemi yang serba keterbatasan; dapat ditularkan dalam organisasi PKK di lingkup RT/RW; dan bermanfaat alasan ekonomis untuk ide usaha. TOGA merupakan jenis tanaman yang dapat dimanfaatkan untuk menjaga kesehatan, memperbaiki gizi, menghijaukan lingkungan dan dapat meningkatkan pendapatan (Ziraluo, 2020).

#### 4. SIMPULAN

Secara umum dapat disimpulkan bahwa kegiatan pelatihan telah meningkatkan pengetahuan ibu Pkk Desa Ngijo Kabupaten Malang tentang budidaya TOGA, kandungan senyawa aktif TOGA, dan pengolahannya. Ketrampilan pengolahan TOGA menjadi bahan yang bermanfaat untuk kesehatan seperti pembuatan salep dan minuman sehat keluarga juga meningkat.

---

## UCAPAN TERIMA KASIH

Pada kesempatan baik ini, tim satuan tugas pengabdian kepada masyarakat menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya Lurah Desa Ngijo Kecamatan Karangploso Kabupaten Malang yang telah menyediakan tempat kegiatan pengabdian kepada masyarakat, dan FMIPA UM yang telah mendukung pendanaan kegiatan pengabdian ini.

## DAFTAR RUJUKAN

- Departemen Kesehatan R. I. 2011. *Farmakope Herbal Indonesia*. Jakarta: Departemen Kesehatan R.I.
- Departemen Kesehatan RI. 2008. *Farmakope herbal Indonesia*. Jakarta: Departemen Kesehatan Republik Indonesia.
- Dewoto, R.H. (2007). Pengembangan Obat tradisional Indonesia Menjadi Fitofarmaka. *Majalah Kedokteran Indonesia*, 57(8): 205-210
- Handayani, A. (2015). Pemanfaatan tumbuhan berkhasiat obat oleh masyarakat sekitar Cagar Alam Gunung Simpang, Jawa Barat. *Pros Sem Nas Masya Biodiv Indon*, 1(6): 1425-1432.
- Harjono, Y., Yusmaini, H., dan Bahar, M. (2017). Penyuluhan pemanfaatan tanaman obat keluarga dan pananaman tanaman obat keluarga di Kampung Mekar Bakti 01/01, Desa Mekar Bakti Kabupaten Tangerang. *JPM Ruwa Jurai*, 3: 16-22
- Fitriana, Y. (2013). Pengaruh pemberian jus mentimun terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Jorong Balerong Bunta wilayah kerja Puskesmas Sungai Tarab 1 Kecamatan Sungai Tarab Kabupaten Tanah Datar tahun. *LPPM Stikes Yarsi* (e-journal.stikesyarsi.ac.id.pdf. diakses 18 November 2021)
- Puspitasari, I., Sari, G.N.F., dan Indrayati, A. (2021). Pemanfaatan tanaman obat keluarga (TOGA) sebagai alternatif pengobatan mandiri. *Jurnal Warta LPM*, 24(3): 456-465
- Ziraluo, Y.P.B. 2020. Tanaman obat keluarga dalam perspektif masyarakat transisi (studi etnografis pada masyarakat Desa Bawodobara). *Jurnal Inovasi Penelitian*, 1(2): 99-106.