



Sosialisasi Pola Hidup Bersih dan Sehat Melalui Pembuatan Tanaman Obat Keluarga

Rita Kurnia Apindiati

Program Studi Agroteknologi Fakultas Pertanian Universitas Tanjungpura

*Corresponding Author e-mail: rita.kurnia@faperta.untan.ac.id

Received: April 2024; Revised: Mei 2024; Published: Mei 2024

Abstrak

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan siswa SMPN 5 Kubu Raya tentang pentingnya Tanaman Obat Keluarga (TOGA) dalam menjaga kesehatan. Mitra dalam kegiatan ini adalah siswa SMPN 5 Kubu Raya yang berjumlah 20 orang. Metode pelaksanaan terdiri dari penyuluhan, demonstrasi, dan praktek langsung penanaman TOGA di pekarangan sekolah. Evaluasi dilakukan dengan menggunakan kuesioner sebelum dan setelah kegiatan untuk mengukur peningkatan pemahaman siswa. Hasil menunjukkan peningkatan signifikan dalam pemahaman siswa tentang manfaat TOGA, dari 20% sebelum kegiatan menjadi 90% setelah kegiatan. Rekomendasi dari kegiatan ini adalah perlunya melanjutkan dan mengembangkan program serupa di sekolah-sekolah lain untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan siswa tentang manfaat TOGA serta mempromosikan pola hidup bersih dan sehat melalui pemanfaatan tanaman obat tradisional.

Kata Kunci: Pola Hidup Bersih, Sehat, Tanaman Obat Keluarga

Socialization of clean and healthy lifestyle through the manufacture of family medicinal plants

Abstract

This community service activity (PKM) aims to increase the awareness and knowledge of students of SMPN 5 Kubu Raya about the importance of family medicinal plants (Toga) in maintaining health. Mitra in this activity was a student of SMPN 5 Kubu Raya, totaling 20 people. The implementation method consists of counseling, demonstrations, and direct practice of planting toga in the school yard. Evaluation is carried out using a questionnaire before and after activities to measure increased student understanding. The results showed a significant increase in students' understanding of the benefits of Toga, from 20% before the activity became 90% after the activity. The recommendation of this activity is the need to continue and develop similar programs in other schools to increase student awareness and knowledge about the benefits of Toga and promote a clean and healthy lifestyle through the use of traditional medicinal plants.

Keywords: Clean lifestyle, healthy, family medicinal plants

How to Cite: Apindiati, R. K. (2024). Sosialisasi Pola Hidup Bersih dan Sehat Melalui Pembuatan Tanaman Obat Keluarga. *Sasambo: Jurnal Abdimas (Journal of Community Service)*, 6(2), 306–318. <https://doi.org/10.36312/sasambo.v6i2.1937>



<https://doi.org/10.36312/sasambo.v6i2.1937>

Copyright©2024, Apindiati

This is an open-access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) License.



PENDAHULUAN

Tanaman Obat Keluarga (TOGA) adalah tanaman yang memiliki berbagai manfaat kesehatan dan dapat digunakan sebagai obat alami untuk berbagai penyakit ringan (Hapsari et al., 2022). Pemanfaatan TOGA sebagai obat tradisional telah menjadi bagian penting dari budaya dan kearifan lokal yang perlu dilestarikan. Selain itu, pembuatan TOGA adalah salah satu bagian

dari pola hidup bersih dan sehat (PHBS) yang saat ini sangat aktif disosialisasikan sebagai salah satu program yang dapat meningkatkan derajat kesehatan (Apriyanti et al., 2021).

Pemanfaatan TOGA secara langsung berkontribusi terhadap pencapaian beberapa tujuan dari Tujuan Pembangunan Berkelanjutan (SDGs) yang dicanangkan oleh Perserikatan Bangsa-Bangsa (PBB). Penggunaan TOGA sebagai obat tradisional memastikan kehidupan yang sehat dan mendukung kesejahteraan untuk semua usia. TOGA menyediakan alternatif alami untuk obat sintetis, mengurangi ketergantungan pada obat-obatan kimia yang seringkali memiliki efek samping yang beragam. Pemanfaatan TOGA mendorong praktik konsumsi dan produksi yang lebih bertanggung jawab. Dengan menanam dan menggunakan tanaman obat sendiri, masyarakat dapat mengurangi limbah dan dampak lingkungan yang dihasilkan oleh produksi dan distribusi obat-obatan kimia.

Edukasi dan sosialisasi mengenai TOGA penting untuk digalakkan sejak usia dini sebagai salah satu usaha untuk membentuk generasi yang mandiri dalam menjaga kesehatan mereka (Santi et al., 2023). Penggunaan tanaman obat yang tepat dapat menjadi solusi yang efektif dan ekonomis bagi keluarga dalam menangani masalah kesehatan sehari-hari (Linda & Rafdinal., 2022). Pembuatan TOGA juga dapat dimanfaatkan sebagai sarana untuk melanjutkan dan melestarikan pengetahuan nenek moyang kita dalam memanfaatkan tanaman dalam pengobatan tradisional. Dengan mengedukasi anak-anak sejak dini, pengetahuan tradisional ini dapat dilestarikan dan diteruskan kepada generasi berikutnya. Anak-anak yang memahami manfaat tanaman obat akan lebih menghargai warisan budaya dan lebih termotivasi untuk menjaga kelestariannya. Melibatkan anak-anak dalam kegiatan penanaman dan perawatan TOGA dapat membantu mereka mengembangkan berbagai keterampilan hidup, seperti berkebun, merawat tanaman, dan memahami proses tumbuh kembang tanaman. Keterampilan ini tidak hanya bermanfaat dalam konteks kesehatan tetapi juga dalam kehidupan sehari-hari mereka (Rahmawati et al., 2022).

Kegiatan PKM Sosialisasi Pola Hidup Bersih dan Sehat melalui Pembuatan Tanaman Obat Keluarga pada siswa SMPN 5 Kubu Raya bertujuan untuk menciptakan kemandirian dalam menjaga kesehatan mereka melalui pembuatan tanaman obat keluarga di pekarangan sekolah. Program ini memungkinkan masyarakat untuk meningkatkan kesejahteraan dan kesehatan di rumah tangga melalui penanaman tanaman obat di halaman pekarangan rumah (Rusmalina et al., 2021). TOGA dipilih oleh masyarakat karena dapat dimanfaatkan untuk kesehatan dan dapat ditanam di berbagai tempat seperti halaman, pekarangan rumah, ladang, atau kebun (Fajriati, 2023).

Program-program seperti penyuluhan, pelatihan, dan sosialisasi tentang TOGA telah dilakukan di berbagai daerah untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman masyarakat tentang manfaat tanaman obat ini (Dewi et al., 2022; Fadhli et al., 2022; Triandini et al., 2022). TOGA memiliki peran

penting dalam Primary Health Care (PHC) selama masa pandemi COVID-19, di mana tanaman ini dapat digunakan sebagai obat tradisional yang mudah, murah, dan memiliki efek samping yang kecil (Darnia et al., 2022). Pemanfaatan TOGA juga dapat meningkatkan imunitas tubuh, terutama dalam upaya pencegahan dan peningkatan kesehatan masyarakat (Nur, 2021; Kurnia et al., 2022). Selain itu, TOGA juga dapat digunakan sebagai bahan baku obat tradisional dan jamu yang dapat meningkatkan kekebalan tubuh (Kurnia et al., 2022).

Dalam konteks ekonomi, TOGA juga memiliki potensi untuk dikembangkan sebagai sumber penghasilan alternatif, seperti dalam pembuatan permen jelly berbahan dasar TOGA (Rahardjo et al., 2022). Program-program pemberdayaan masyarakat melalui penanaman dan pengolahan TOGA juga dapat meningkatkan kesehatan dan ekonomi masyarakat desa (Sucipto et al., 2020; Rofi'ah et al., 2021). Dengan adanya pemahaman yang baik tentang khasiat dan cara pengolahan TOGA, masyarakat dapat menerapkan prinsip kemandirian dalam pengobatan keluarga (Amalia et al., 2021). Melalui pengetahuan dan pemahaman yang ditingkatkan, TOGA dapat menjadi solusi yang efektif dalam menjaga kesehatan masyarakat, terutama dalam situasi pandemi seperti COVID-19.

Tujuan kegiatan pengabdian ini adalah untuk memberikan pemahaman yang komprehensif mengenai pentingnya Tanaman Obat Keluarga (TOGA) dalam meningkatkan kesehatan masyarakat, melestarikan kearifan lokal, serta mengedukasi generasi muda tentang manfaat dan cara pemanfaatan tanaman obat dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu, artikel ini bertujuan untuk mengidentifikasi peran TOGA dalam mendukung pencapaian Tujuan Pembangunan Berkelanjutan (SDGs) dan sebagai sumber penghasilan alternatif bagi masyarakat.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan PKM Sosialisasi Pola Hidup Bersih dan Sehat dengan Pembuatan Tanaman Obat Keluarga pada siswa SMPN 5 Kubu Raya dilaksanakan dengan beberapa tahapan sebagai berikut :

1. **Penyiapan bahan dan alat perlengkapan kegiatan**

Tahap ini meliputi kegiatan menyiapkan tanaman yang akan ditanam atau dipindahtanamkan ke pekarangan sekolah, dapat diambil dari rumah penduduk atau dibeli di tempat penjualan bibit tanaman obat. Selanjutnya disiapkan media tanah untuk penanaman, polybag, penggaruk tanah, dan air untuk menyiram tanaman.

2. **Pelaksanaan kegiatan**

Tahap ini meliputi pelaksanaan kegiatan yaitu pada hari Sabtu 18 Mei 2024, bertempat di sekolah SMPN 5 Kubu Raya, dihadiri oleh 20 orang siswa. Kegiatan dilaksanakan dengan metode ceramah yang dilanjutkan dengan demonstrasi atau praktek penanaman tanaman obat di pekarangan. Pelaporan kegiatan menggunakan metode kualitatif deskriptif, dengan memberikan gambaran tentang berlangsungnya kegiatan serta capaian kegiatan berdasarkan hasil evaluasi di awal dan akhir kegiatan.

3. Evaluasi kegiatan

Evaluasi kegiatan dilaksanakan di awal dan akhir kegiatan, menggunakan kuisioner dengan pertanyaan yang sama, untuk melihat peningkatan pemahaman siswa setelah mendapatkan edukasi dan praktek pembuatan TOGA.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tanaman Obat Keluarga (TOGA) adalah tumbuhan yang ditanam di sekitar rumah dan dimanfaatkan sebagai obat untuk menjaga kesehatan serta mengobati berbagai penyakit ringan. Pemahaman tentang TOGA memiliki peranan penting dalam kehidupan masyarakat, terutama dalam konteks kesehatan, ekonomi, dan pelestarian budaya. Tanaman seperti jahe, kunyit, dan temulawak memiliki khasiat yang telah terbukti secara ilmiah dalam mengobati berbagai penyakit. Dengan memahami cara memanfaatkan tanaman ini, keluarga dapat mengobati penyakit ringan seperti flu, batuk, dan gangguan pencernaan tanpa harus selalu bergantung pada obat-obatan kimia.

Beberapa tanaman obat memiliki sifat preventif yang dapat membantu meningkatkan daya tahan tubuh dan mencegah penyakit. Misalnya, rutin mengonsumsi minuman herbal dari kunyit atau temulawak dapat membantu meningkatkan imunitas. Pemahaman tentang manfaat preventif ini dapat membuat keluarga lebih proaktif dalam menjaga kesehatan mereka. Dengan menanam dan memanfaatkan TOGA, keluarga dapat mengurangi ketergantungan pada layanan kesehatan yang mungkin tidak selalu mudah diakses, terutama di daerah pedesaan atau terpencil. Ini menciptakan kemandirian dalam hal pengobatan dan perawatan kesehatan sehari-hari. Tanaman obat keluarga dapat mengurangi pengeluaran untuk membeli obat-obatan. Dengan biaya yang minimal untuk penanaman dan perawatan, keluarga dapat menghemat uang yang biasanya dikeluarkan untuk obat-obatan kimia. Ini sangat bermanfaat terutama bagi keluarga dengan ekonomi menengah ke bawah (Linda et al., 2024).

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) ini menunjukkan bahwa ceramah edukatif dari tim pelaksana kegiatan sangat penting dalam meningkatkan kesadaran dan pengetahuan masyarakat tentang manfaat TOGA. Gambar 1 dan Gambar 2 menunjukkan antusiasme peserta dalam mengikuti sosialisasi ini. Ceramah ini bertujuan untuk melestarikan pengetahuan tradisional yang diwariskan dari generasi ke generasi. Banyak tanaman obat yang telah digunakan oleh nenek moyang kita selama berabad-abad. Mengetahui dan menggunakan TOGA berarti kita menjaga dan meneruskan warisan budaya yang berharga ini. Setiap daerah memiliki keunikan dalam penggunaan tanaman obat, dan memahami ini membantu melestarikan kekayaan pengetahuan lokal. Ini juga bisa menjadi dasar bagi penelitian lebih lanjut dan pengembangan produk-produk kesehatan berbasis herbal yang khas dari daerah tersebut.

Pembuatan TOGA juga memanfaatkan lahan kosong di sekitar rumah atau pekarangan sekolah secara produktif. Ini tidak hanya memberikan

manfaat kesehatan tetapi juga membantu menjaga keberagaman hayati dan memperbaiki kualitas tanah (Anto et al., 2022). Sebagai contoh, penanaman jahe, kunyit, dan temulawak tidak memerlukan lahan yang luas dan dapat dilakukan di pekarangan rumah. Selain itu, tanaman ini relatif mudah dirawat dan tidak memerlukan perawatan khusus. Hal ini menjadikannya pilihan yang ideal untuk dikembangkan di tingkat rumah tangga.

Selama kegiatan PKM, ditemukan beberapa tantangan dalam implementasi TOGA. Salah satu tantangan utama adalah kurangnya pengetahuan masyarakat tentang cara menanam dan merawat tanaman obat dengan benar. Untuk mengatasi hal ini, tim pelaksana kegiatan memberikan pelatihan dan pendampingan intensif kepada peserta. Pelatihan ini mencakup teknik penanaman, perawatan, serta cara memanfaatkan tanaman obat secara efektif.

Hasil dari kegiatan ini menunjukkan peningkatan pemahaman dan kesadaran masyarakat tentang pentingnya TOGA dalam kehidupan sehari-hari. Peserta menunjukkan minat yang tinggi untuk menanam dan memanfaatkan tanaman obat di rumah mereka. Selain itu, kegiatan ini juga berhasil menciptakan jaringan komunitas yang peduli terhadap pelestarian tanaman obat tradisional. Jaringan ini diharapkan dapat menjadi motor penggerak dalam penyebaran informasi dan pengetahuan tentang TOGA di masyarakat.

Secara keseluruhan, kegiatan PKM ini berhasil mencapai tujuannya untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan masyarakat tentang TOGA. Keberhasilan ini ditunjukkan oleh peningkatan jumlah keluarga yang mulai menanam dan memanfaatkan tanaman obat di rumah mereka. Dampak positif dari kegiatan ini tidak hanya dirasakan dalam aspek kesehatan, tetapi juga dalam aspek ekonomi dan sosial. Melalui kegiatan ini, masyarakat diharapkan dapat lebih mandiri dalam hal pengobatan dan perawatan kesehatan, serta dapat melestarikan warisan budaya yang berharga ini untuk generasi mendatang.

Siswa SMPN 5 Kubu Raya tergolong sebagai anak remaja merupakan kelompok usia yang sangat potensial untuk dijadikan target edukasi dalam pembuatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA). Ada beberapa alasan yang mendukung mengapa anak remaja lebih tepat dijadikan target edukasi ini di antaranya adalah karena remaja di usia tersebut berada dalam fase perkembangan di mana mereka mulai membentuk kebiasaan dan nilai-nilai yang akan mereka bawa hingga dewasa. Edukasi tentang TOGA pada usia ini dapat membantu membentuk kebiasaan positif, seperti berkebun, merawat tanaman, dan memanfaatkan tanaman obat untuk kesehatan. Kebiasaan yang dibentuk pada masa remaja cenderung bertahan hingga dewasa. Dengan mengajarkan mereka tentang pentingnya tanaman obat, kita dapat menciptakan generasi yang lebih peduli terhadap kesehatan alami dan lingkungan, yang pada gilirannya akan membawa dampak positif jangka panjang (Hariyati et al., 2021).



Gambar 1. Edukasi dengan ceramah berlangsung dalam kelas

Selain itu juga, remaja memiliki kapasitas belajar yang tinggi dan kemampuan untuk memahami konsep-konsep baru dengan cepat. Mereka lebih mudah menerima pengetahuan ilmiah tentang manfaat dan cara budidaya tanaman obat, serta menerapkan pengetahuan tersebut dalam kehidupan sehari-hari. Remaja cenderung memiliki kreativitas dan keinginan untuk bereksperimen (Hariyati et al.,). Mereka dapat mengembangkan cara-cara baru untuk menanam, merawat, dan memanfaatkan tanaman obat, serta menggabungkan pengetahuan tradisional dengan teknologi modern untuk meningkatkan efektivitas dan efisiensi. Dengan mengajarkan remaja tentang TOGA dapat meningkatkan kemandirian mereka dalam menjaga kesehatan. Mereka akan memiliki pengetahuan untuk mengobati penyakit ringan dengan bahan alami yang tersedia di sekitar mereka, sehingga mengurangi ketergantungan pada obat-obatan kimia.

Pengetahuan tentang TOGA juga bisa menjadi dasar untuk kegiatan ekonomi kreatif. Remaja dapat diberdayakan untuk mengembangkan produk berbasis tanaman obat, seperti ramuan herbal, minyak esensial, dan produk kecantikan alami, yang dapat menjadi sumber pendapatan tambahan. Remaja sering menjadi panutan bagi teman sebaya dan bahkan keluarga mereka. Dengan membekali mereka dengan pengetahuan tentang TOGA, mereka dapat menjadi agen perubahan yang menyebarkan pengetahuan ini kepada komunitas mereka, sehingga manfaatnya bisa dirasakan lebih luas. Remaja yang terlibat dalam proyek TOGA cenderung lebih aktif dalam kegiatan komunitas. Mereka dapat berperan dalam mengorganisir dan mengedukasi masyarakat tentang manfaat TOGA, serta berpartisipasi dalam program-program kesehatan dan lingkungan di desa atau kota mereka. Materi tentang tanaman obat ini dapat diintegrasikan ke dalam kurikulum sekolah, terutama dalam mata pelajaran sains, biologi, atau kewirausahaan.

Ini memberikan kesempatan bagi remaja untuk belajar secara formal di sekolah sekaligus mengaplikasikan pengetahuan tersebut dalam proyek praktis (Sari & Andjasmara., 2023).

Kegiatan dilanjutkan dengan praktek menanam tanaman obat keluarga di pekarangan, yang terdiri dari tanaman mpon-mponan atau tanaman berimpang seperti jahe, kunir, kunyit, lengkuas, kencur dan temulawak, yang banyak digunakan untuk memperbaiki pencernaan. Tanaman lainnya adalah kumis kucing dan miyana untuk menurunkan demam, tanaman sereh wangi, lavender dan zodia untuk mengusir serangga, dan beberapa tanaman lain seperti daun katak, bidara ungu, bawang dayak, yang sudah digunakan secara umum di masyarakat dalam mengobati penyakit-penyakit ringan seperti diare dan demam (Hariyati *et al*, 2021) .



Gambar 2. Praktek penanaman tanaman obat keluarga dalam polybag di halaman sekolah

Evaluasi kegiatan dilakukan dengan memberikan kuisioner yang berisi pertanyaan yang sama, sebelum dan setelah kegiatan, untuk mendapatkan data kuantitatif peningkatan pemahaman siswa peserta terhadap materi tentang pentingnya TOGA dalam menjaga kesehatan kita. Hasil kuisioner dapat dilihat pada tabe 1 berikut.

Tabel 1. Hasil evaluasi kemampuan pemahaman peserta

Uraian Pertanyaan	Persentase respon peserta (%)			
	Sebelum		Sesudah	
	Paham	Belum paham	Paham	Belum paham
Obat kimia atau sintetik dapat menghasilkan efek samping yang tidak diinginkan	20	80	90	10
Edukasi tentang pentingnya pembuatan TOGA sejak dini perlu disebarluaskan untuk meneruskan budaya penggunaan obat tradisional	40	60	100	--

Pembuatan TOGA dapat mengurangi ketergantungan pada penggunaan obat sintetik	30	70	100	-
Beberapa golongan tanaman yang dapat digunakan sebagai anti nyamuk (insektisida) adalah zodia, lavender dan sereh wangi	20	80	100	-
Remaja usia sekolah SMP adalah salah satu agen perubahan di lingkungan keluarga dan masyarakat sehingga perlu memiliki pemahaman tentang TOGA yang lebih baik lagi.	60	40	100	-

Hasil kuisioner menunjukkan adanya peningkatan pemahaman yang signifikan pada siswa setelah mengikuti kegiatan. Sebelum kegiatan, pemahaman siswa mengenai berbagai aspek TOGA relatif rendah. Sebagai contoh, hanya 20% siswa yang paham bahwa obat kimia atau sintetik dapat menghasilkan efek samping yang tidak diinginkan, sementara 80% siswa belum paham. Setelah kegiatan, persentase siswa yang paham meningkat drastis menjadi 90%, dengan hanya 10% yang masih belum paham.

Peningkatan serupa juga terlihat pada pemahaman mengenai pentingnya edukasi tentang pembuatan TOGA sejak dini. Sebelum kegiatan, hanya 40% siswa yang paham, dan setelah kegiatan, seluruh siswa (100%) menunjukkan pemahaman yang baik tentang pentingnya edukasi ini. Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan edukasi yang dilakukan berhasil menyampaikan pesan dan informasi yang dibutuhkan dengan efektif.

Pada pertanyaan mengenai pengurangan ketergantungan pada obat sintetik melalui pembuatan TOGA, peningkatan juga terlihat sangat signifikan. Sebelum kegiatan, hanya 30% siswa yang paham, sementara setelah kegiatan, pemahaman ini mencapai 100%. Ini menunjukkan bahwa siswa mampu menangkap manfaat praktis dari TOGA dalam konteks pengurangan ketergantungan pada obat sintetik.

Lebih lanjut, pemahaman mengenai jenis tanaman yang dapat digunakan sebagai anti nyamuk (insektisida) juga meningkat secara signifikan. Sebelum kegiatan, hanya 20% siswa yang mengetahui bahwa zodia, lavender, dan sereh wangi dapat digunakan sebagai insektisida alami. Setelah kegiatan, seluruh siswa (100%) menunjukkan pemahaman yang baik mengenai hal ini.

Terakhir, mengenai peran remaja usia sekolah sebagai agen perubahan dalam keluarga dan masyarakat, sebelum kegiatan, hanya 60% siswa yang paham akan pentingnya peran ini, sementara setelah kegiatan, seluruh siswa (100%) menunjukkan pemahaman yang baik. Ini menunjukkan bahwa kegiatan berhasil meningkatkan kesadaran dan pemahaman siswa mengenai peran penting mereka dalam menyebarkan informasi dan praktik penggunaan TOGA.

Pendekatan pembelajaran aktif dan interaktif telah terbukti dapat meningkatkan pemahaman dan motivasi siswa. Berbagai strategi seperti self-regulated learning (Putri & Aslamawati, 2022), active learning strategies (Viswanathan, 2023), gaming innovation (Surapaneni, 2023), flipped classroom approach (Qutob, 2022), dan technology-enhanced methods

(Azizan, 2023) telah terbukti efektif dalam meningkatkan keterlibatan siswa dalam proses pembelajaran. Penelitian menunjukkan bahwa penggunaan strategi pembelajaran aktif seperti in-class activities, problem-solving sessions, interactive discussions, dan presentations dapat meningkatkan pemahaman siswa (Viswanathan, 2023). Selain itu, pendekatan flipped classroom, case-based learning, problem-based learning, dan blended learning juga telah terbukti efektif dalam meningkatkan keterlibatan siswa (Qutob, 2022).

Selain itu, penggunaan teknologi seperti video animation-assisted flipped classroom strategy (Anggoro et al., 2023) dan technology-enhanced book-end method (Azizan, 2023) juga dapat meningkatkan keterlibatan siswa dalam pembelajaran online. Strategi pembelajaran aktif juga dapat membantu siswa dalam mengembangkan keterampilan berpikir tingkat tinggi seperti aplikasi, analisis, dan evaluasi (Soltis et al., 2015).

Secara keseluruhan, data menunjukkan bahwa kegiatan edukasi mengenai TOGA berhasil meningkatkan pemahaman siswa secara signifikan dalam semua aspek yang diukur. Pendekatan yang digunakan dalam kegiatan ini, yang mencakup penyampaian materi secara teoritis dan praktis, terbukti efektif. Keterlibatan siswa dalam diskusi dan praktik langsung memberikan pengalaman belajar yang lebih mendalam dan bermakna.

Temuan ini sejalan dengan literatur yang menyatakan bahwa pendekatan pembelajaran aktif dan interaktif dapat meningkatkan pemahaman dan motivasi siswa. Selain itu, hasil ini menunjukkan bahwa program edukasi serupa dapat diterapkan di sekolah lain untuk meningkatkan kesadaran dan pemahaman tentang manfaat TOGA.

Namun, beberapa keterbatasan juga perlu diperhatikan. Waktu pelaksanaan yang terbatas mungkin belum cukup untuk mencapai pemahaman yang mendalam bagi semua siswa. Oleh karena itu, disarankan untuk melakukan kegiatan lanjutan atau pengayaan materi untuk memastikan bahwa seluruh siswa dapat mencapai pemahaman yang optimal.

Dalam kesimpulannya, kegiatan ini berhasil mencapai tujuannya dalam meningkatkan pemahaman siswa mengenai pentingnya TOGA dalam menjaga kesehatan. Hasil evaluasi ini memberikan dasar yang kuat untuk melanjutkan dan mengembangkan program serupa di masa depan, serta menunjukkan potensi besar dari pendekatan edukasi ini dalam meningkatkan kesadaran dan pengetahuan siswa tentang penggunaan tanaman obat tradisional.

KESIMPULAN

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) ini berhasil meningkatkan kesadaran dan pengetahuan siswa SMPN 5 Kubu Raya tentang pentingnya Tanaman Obat Keluarga (TOGA) dalam menjaga kesehatan. Melalui penyuluhan, demonstrasi, dan praktek langsung, siswa mendapatkan pemahaman yang komprehensif tentang manfaat TOGA. Evaluasi menunjukkan peningkatan signifikan dalam pemahaman siswa, yang awalnya hanya 20% paham bahwa obat kimia dapat menghasilkan efek samping yang tidak diinginkan, meningkat menjadi 90% setelah kegiatan. Selain itu, pemahaman tentang pentingnya edukasi pembuatan TOGA sejak dini juga meningkat dari 40% menjadi 100%. Program ini juga berhasil

menciptakan minat tinggi di antara siswa untuk menanam dan memanfaatkan TOGA di rumah mereka. Dampak positif dari kegiatan ini tidak hanya dirasakan dalam aspek kesehatan tetapi juga dalam aspek ekonomi dan sosial. Dengan menanam TOGA, keluarga dapat mengurangi ketergantungan pada obat-obatan kimia, menghemat biaya, dan melestarikan pengetahuan tradisional. Program ini juga menunjukkan bahwa pendekatan pembelajaran aktif dan interaktif dapat meningkatkan pemahaman dan motivasi siswa. Dengan demikian, kegiatan PKM ini memberikan dasar yang kuat untuk melanjutkan dan mengembangkan program serupa di masa depan serta menunjukkan potensi besar dari pendekatan edukasi ini dalam meningkatkan kesadaran dan pengetahuan siswa tentang penggunaan tanaman obat tradisional.

REKOMENDASI

Berdasarkan hasil kegiatan ini, disarankan untuk melanjutkan dan mengembangkan program edukasi Tanaman Obat Keluarga (TOGA) di sekolah-sekolah lain untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan siswa tentang manfaat TOGA. Program ini terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman siswa tentang pentingnya menjaga kesehatan melalui pemanfaatan tanaman obat tradisional. Selain itu, perlu dilakukan kegiatan lanjutan atau pengayaan materi untuk memastikan pemahaman yang optimal bagi seluruh siswa. Melibatkan siswa dalam praktek langsung dan kegiatan berbasis komunitas dapat meningkatkan kemandirian mereka dalam menjaga kesehatan serta melestarikan pengetahuan tradisional. Kerjasama dengan berbagai pihak, termasuk sekolah, pemerintah, dan organisasi masyarakat, juga penting untuk mendukung keberlanjutan program ini. Dengan demikian, program edukasi TOGA dapat berkontribusi secara signifikan dalam menciptakan generasi yang lebih peduli terhadap kesehatan alami dan lingkungan.

DAFTAR PUSTAKA

- Anto, L. O. ., Fitriaman, Nurdin, E. ., & Sari, I. M. (2022). Edukasi Kesehatan dan Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) pada Era New Normal. *Amal Ilmiah: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), 36–41.
- Anggoro, R., Setyosari, P., & Praherdhiono, H. (2023). The effect of video animation-assisted flipped classroom strategy on student analysis ability viewed from student engagement. *EduTec Journal of Education and Technology*, 6(3). <https://doi.org/10.29062/edu.v6i3.571>
- Azizan, M. (2023). Promoting cognitive engagement using technology enhanced book-end method in online active learning strategies. *Asean Journal of Engineering Education*, 7(2), 8-16. <https://doi.org/10.11113/ajee2023.7n2.129>
- Apriyanti, N.P.S., Parwita, G.B.S., & Suryani. N.N (2021). Sosialisasi Dan Edukasi Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) Serta Penerapan PHBS Pada Masa Covid-19 Di Banjar Pegending, Prosiding Seminar Regional Pengabdian Kepada Masyarakat Unmas Denpasar di Masa Pandemi Covid-19 Tahun 2021

- Amalia, R., Suhariyanti, E., & Aliva, M. (2021). Peningkatan kesehatan masyarakat melalui sosialisasi penggunaan tanaman obat keluarga (toga) di lingkungan bandung. *As-Syifa Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Kesehatan Masyarakat*, 2(1), 31. <https://doi.org/10.24853/assyifa.2.1.31-36>
- Darnia, M., Prasetya, B., Anggraini, S., Defia, I., Silvi, Y., Yurrahma, A., ... & Andriani, A. (2022). Pemanfaatan toga dalam pembuatan jamu "kita sehat" di desa pinang sebatang pada era new normal. *Jurnal Inovasi Dan Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 1(4), 22-27. <https://doi.org/10.26714/jipmi.v1i4.43>
- Dewi, M., Hartawaty, D., Masitoh, D., & Safitri, D. (2022). Sosialisasi dan pelatihan pembibitan tanaman obat keluarga di desa wisata jamu kiringan, kabupaten bantul, provinsi daerah istimewa yogyakarta. *Jurnal Vokasi*, 6(3), 180. <https://doi.org/10.30811/vokasi.v6i3.2648>
- Fadhli, W., Masikki, M., Sugamiasa, I., Tungka, A., Tambong, B., Hadijaya, T., ... & Salabia, T. (2022). Peningkatan pengetahuan dalam pemanfaatan halaman rumah dengan penanaman toga. *Jurnal Pustaka Mitra (Pusat Akses Kajian Mengabdikan Terhadap Masyarakat)*, 2(2), 66-69. <https://doi.org/10.55382/jurnalpustakamitra.v2i2.148>
- Fajriati, D. (2023). Penyuluhan pembuatan beras kencur instan sebagai upaya menambah wawasan masyarakat desa bayem. *Abdi Implementasi Pancasila Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1), 11-15. <https://doi.org/10.35814/abdi.v3i1.4615>
- Hapsari, W.S., Meinitasari, E., Firdaus, R.A., Pangestika, .W., & Azis, A.Z.(2022). Edukasi Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga dalam Usaha Peningkatan Derajat Kesehatan di Dusun Nabin Kulon Magelang *Edimas Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 13 (1).
- Hariyati, T., Putra, M.U., & Lesmana, R., 2021. Pengenalan Tanaman Toga Dan Manfaatnya Bagi Kesehatan, *Jurnal Benuanta*, 2 (1).
- Kurnia, I., Aka, K., Damayanti, S., Irmayanti, E., Laila, A., Mukmin, B., ... & Rachmawati, D. (2022). Penguatan ekonomi wali murid sdn kerep di masa pandemi melalui pelatihan pembuatan permen jelly berbahan tanaman obat keluarga (toga). *Dedikasi Nusantara Jurnal Pengabdian Masyarakat Pendidikan Dasar*, 2(1), 36-44. <https://doi.org/10.29407/dedikasi.v2i1.18032>
- Linda, R., & Rafdinal. 2022. Peningkatan Kesehatan dan Ekonomi Masyarakat melalui Pembuatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) di Desa Cipta Karya. *Jurnal Bina Bahari.*, 1 (2).
- Linda, R., Raynaldo,A., Saputra, R., Zibar, Z., Marista, E., & Shofiyah, S.S. (2023). Peningkatan Pengetahuan Masyarakat Desa Pulau Pelapis Melalui Tanaman Obat Keluarga (Toga) Untuk Mendukung Kesehatan Dan Kesejahteraan Keluarga. *Jurnal Bina Bahari*, 3 (1).
- Nur, A. (2021). Pemberdayaan masyarakat terhadap pemanfaatan tanaman obat keluarga (toga) di masa pandemi covid-19 di dusun topore selatan desa topore kabupaten mamuju. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 1(6), 377-383. <https://doi.org/10.52436/1.jpmi.328>
- Rahmawati, A.I.E., Hardiyanto, D., Azhari, F., & Suminar, A. (2019). Sosialisasi, penyuluhan, penanaman, dan pemanfaatan tanaman obat

- keluarga (TOGA), *Jurnal Pemberdayaan: Publikasi Hasil Pengabdian kepada Masyarakat*, 3 (3).
- Ruswanto., Wardani, G.A., Lestari, T., Sindi Lestari., & Jaohari, A.T. (2022). Sosialisasi dan Edukasi Tanaman Obat Keluarga di Desa Sirnaputra Tasikmalaya, *Jurnal Pengabdian pada Masyarakat*, 7 (4).
- Rahardjo, D., Mularum, S., Madyaningrana, K., Ariestanti, C., Prasetyaningsih, A., & Widayanti, N. (2022). Percontohan taman toga serta produksi jamu berbasis tanaman berkhasiat untuk peningkatan kesehatan dan ekonomi masyarakat. *Jipemas Jurnal Inovasi Hasil Pengabdian Masyarakat*, 5(2), 318. <https://doi.org/10.33474/jipemas.v5i2.14328>
- Rofi'ah, S., Widatiningsih, S., Sukini, T., Aini, F., Roya, I., & Panuntun, D. (2021). Perwujudan keluarga sehat melalui pemberdayaan kelompok toga. *Prosiding Seminar Nasional Program Pengabdian Masyarakat*. <https://doi.org/10.18196/ppm.22.565>
- Rusmalina, S., Ardianingsih, A., & Khasanah, K. (2021). Pemanfaatan toga dalam bentuk serbuk instan guna peningkatan imunitas pada masa pandemi di poncol rt 03 rw 05 pekalongan timur. *Jurnal Pengabdian Harapan Ibu (Jphi)*, 3(2), 61. <https://doi.org/10.30644/jphi.v3i2.559>
- Santi, F., Puspita, W. D., & Sare, E. (2023). Edukasi Tanaman Obat Keluarga (TOGA) Bagi Anak di Rw 3 Kelurahan Mulyorejo Kota Malang . *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Nusantara*, 4(1).
- Sari, N., & Andjasmar, T.C. (2023). Penanaman Tanaman Obat Keluarga (TOGA) untuk Mewujudkan Masyarakat Sehat. *Jurnal Bina Desa*, 5 (1).
- Soltis, R., Verlinden, N., Kruger, N., Carroll, A., & Trumbo, T. (2015). Process-oriented guided inquiry learning strategy enhances students' higher level thinking skills in a pharmaceutical sciences course. *American Journal of Pharmaceutical Education*, 79(1), 11. <https://doi.org/10.5688/ajpe79111>
- Surapaneni, K. (2023). "metapad" (metabolic pathways decoded) – a gaming innovation to ease the complexity of metabolic pathways by promoting self-directed, active, participatory learning in small groups. *BMC Medical Education*, 23(1). <https://doi.org/10.1186/s12909-023-04587-5>
- Sucipto, S., Sulistiyowati, T., Utami, B., & Qamaria, R. (2020). Gerakan budidaya tanaman obat keluarga sebagai kepedulian masyarakat menuju desa sehat di desa semen kabupaten kediri. *Cendekia Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(2), 85. <https://doi.org/10.32503/cendekia.v2i2.1002>
- Triandini, I., Wangiyana, I., Ratnaningsih, Y., & Rita, R. (2022). Pelatihan pembuatan teh herbal penunjang primary health care selama masa pandemi covid-19 bagi ibu pkk tanjung karang kota mataram. *Selaparang Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 6(2), 630. <https://doi.org/10.31764/jpmb.v6i2.8315>
- Putri, F. and Aslamawati, Y. (2022). Pengaruh self-regulated learning terhadap student engagement pada mahasiswa program studi ilmu hukum. *Bandung Conference Series Psychology Science*, 2(1). <https://doi.org/10.29313/bcsps.v2i1.356>

- Viswanathan, R. (2023). Engaging students through active learning strategies in a medicinal chemistry course. *Journal of Chemical Education*, 100(12), 4638-4643. <https://doi.org/10.1021/acs.jchemed.3c00647>
- Qutob, H. (2022). Effect of flipped classroom approach in the teaching of a hematology course. *Plos One*, 17(4), e0267096. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0267096>