

**PEMANFAATAN TANAMAN OBAT KELUARGA MELALUI PROGRAM
ASMANTOGA UNTUK MENDUKUNG UPAYA KESEHATAN TRADISIONAL
DESA TAROKAN PROBOLINGGO**

Muhammad Faiq Nashrullah¹, Rahma Dea Agustin², Wan Nurhayati³, Fakhrizal
Anas⁴, Risma Nabila Mandasari⁵, Eliza Laila Ardhani⁶, Mohammad Nabil Ihsan⁷,
Alfina Lailatul Karima⁸, Laila Uswatun Hasanah⁹

UIN Sunan Ampel Surabaya¹²³⁴⁵⁶⁷⁸⁹

Alamat e-mail : 1nashmi.co.rivan@gmail.com,

2rahmadeaagstn@gmail.com, 3wan.nurhayati24@gmail.com, 4fahrizalanas91@gmail.com,
5rismanabilamandasari@gmail.com, 6elizalailaardhani@gmail.com,
7nabilihsan6@gmail.com, 8alfinalailatulk@gmail.com, 9lailauswana@gmail.com

ABSTRACT

The Family Medicinal Garden Self-Care Program (Asmantoga) is a community empowerment initiative aimed at promoting the use of medicinal plants to strengthen traditional health practices. This program was implemented in Tarokan Village, Banyuanyar District, Probolinggo Regency, with the goal of increasing community awareness and skills in cultivating and processing medicinal plants. A qualitative approach using the Participatory Action Research (PAR) model was employed, involving active participation from local residents throughout all stages of the program. The activities included seminars and public awareness sessions, planting and decoration competitions, and hands-on training in herbal product processing. The results showed improved community knowledge and skills in utilizing medicinal plants, the establishment of household TOGA gardens, and greater independence in maintaining family health using natural methods. Additionally, the program strengthened social solidarity and the preservation of local wisdom in traditional medicine.

Keywords: Asmantoga, family medicinal plants, traditional health, community empowerment, Tarokan Village

ABSTRAK

Program Asuhan Mandiri Taman Obat Keluarga (Asmantoga) merupakan upaya pemberdayaan masyarakat dalam memanfaatkan potensi tanaman obat sebagai bagian dari penguatan upaya kesehatan tradisional. Kegiatan ini dilaksanakan di Desa Tarokan, Kecamatan Banyuanyar, Kabupaten Probolinggo, dengan tujuan meningkatkan kesadaran dan keterampilan masyarakat dalam membudidayakan serta mengolah tanaman obat keluarga. Metode yang digunakan adalah pendekatan kualitatif dengan model *Participatory Action Research* (PAR), yang

melibatkan warga secara aktif dalam setiap tahapan kegiatan. Program ini mencakup kegiatan seminar dan sosialisasi, lomba menanam dan menghias tanaman obat, serta pelatihan pengolahan tanaman menjadi produk herbal. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pengetahuan dan keterampilan warga dalam memanfaatkan TOGA, terbentuknya kebun TOGA rumah tangga, serta meningkatnya kemandirian masyarakat dalam menjaga kesehatan keluarga secara alami. Program ini juga memperkuat nilai gotong royong dan pelestarian kearifan lokal di bidang pengobatan tradisional.

Kata Kunci: Asmantoga, tanaman obat keluarga, kesehatan tradisional, pemberdayaan masyarakat, Desa Tarokan

A. Pendahuluan

Kesehatan menjadi faktor krusial dalam menentukan kemajuan sebuah negara. Menurut *World Health Organization* (WHO), kesehatan bukan hanya sebatas kondisi bebas dari penyakit atau kecacatan, melainkan mencakup kesejahteraan fisik, mental, dan sosial secara menyeluruh. Dengan kondisi kesehatan yang baik, seseorang dapat menjalani kehidupan yang produktif, baik secara sosial maupun ekonomi. Untuk mencapai kondisi tersebut, diperlukan berbagai upaya yang mendukung terwujudnya masyarakat yang sehat. Untuk mencapai masyarakat yang sehat maka perlu adanya kerataan akses kesehatan di seluruh masyarakat tanpa adanya diskriminasi. (R et al., 2025)

Upaya menjaga dan meningkatkan kesehatan masyarakat mencakup berbagai tindakan yang terencana dan berkelanjutan. Tujuannya adalah untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat secara menyeluruh. Kegiatan ini dilakukan melalui pendekatan terpadu yang melibatkan aspek promotive (peningkatan kesehatan), preventif (pencegahan penyakit), kuratif (pengobatan), serta rehabilitatif (pemulihan). Baik pemerintah maupun masyarakat memiliki peran dalam menjalankan upaya ini secara sinergis. Agar semua langkah tersebut berjalan optimal, maka ketersediaan fasilitas kesehatan yang

memadai menjadi salah satu syarat utama berjalannya.

Kesehatan di Desa Tarokan bisa dikatakan cukup berjalan dengan baik, walaupun ada beberapa persoalan yang juga menjadi penghambat seperti kurang ratanya akses warga mengenai fasilitas kesehatan formal yakni puskesmas atau rumah sakit, kemudian jarak tempuhnya, biaya transportasi, keterbatasan finansial, hingga minimnya informasi. Oleh karena itu, pihak puskesmas mengajak warga Desa Tarokan berkontribusi dalam memperhatikan kesehatan melalui program asmantoga agar dapat dengan mudah dalam mengatasi penyakit tanpa harus mengandalkan obat-obatan kimia.

Taman Obat Keluarga (TOGA) adalah sekumpulan tanaman hasil budidaya rumahan yang berkhasiat sebagai obat yang didalamnya terkandung beberapa senyawa alami yang mempunyai efek baik bagi kesehatan seperti *flavonoid*, *tanin*, *alkaloid*, *terpenoid*, dan senyawa lainnya. (Widodo & Pramono, 2023) Asmantoga (Asuhan Mandiri Taman Obat Keluarga) merupakan tanaman yang ditanam oleh masyarakat sekitar dan kader Desa Tarokan yang mempunyai khasiat obat dan dapat digunakan untuk meningkatkan kesehatan. Selain itu, tanaman asmantoga merupakan obat alami dan tidak mengandung bahan kimia. Asmantoga perlu dilestarikan di

zaman sekarang karena sudah banyak sekali teknologi canggih yang pastinya dapat menciptakan berbagai obat kimia. Akibatnya, masyarakat sering kali langsung bergantung pada obat-obatan kimia yang mudah dibeli di warung atau apotek, bahkan tanpa resep dokter. Pilihan ini dianggap paling cepat dan praktis. Namun, sayangnya, penggunaan obat kimia secara berlebihan dan tanpa pengetahuan yang cukup dapat menimbulkan efek samping, bahkan risiko ketergantungan. Hal ini menjadi ironi tersendiri, karena sebenarnya masyarakat Indonesia memiliki warisan budaya berupa pemanfaatan tanaman obat yang telah terbukti secara turun-temurun membantu menjaga kesehatan.

Tanaman obat keluarga, atau yang lebih dikenal sebagai TOGA, sebenarnya tumbuh subur di banyak pekarangan rumah di pedesaan. Jahe, kunyit, serai, temulawak, hingga daun sirih adalah contoh tanaman yang sejak lama dipercaya memiliki khasiat menyembuhkan. Sayangnya, pengetahuan tentang cara mengolah dan memanfaatkan tanaman-tanaman ini mulai memudar, terutama di kalangan generasi muda. Budaya pengobatan tradisional seolah tergeser oleh cara-cara modern yang dianggap lebih praktis, meskipun belum tentu lebih aman.

Menanggapi hal ini, pemerintah melalui Kementerian Kesehatan telah menggagas

program Asuhan Mandiri Taman Obat Keluarga (Asmantoga). (Faisal, 2023) Program ini bertujuan untuk menghidupkan kembali pengetahuan dan keterampilan masyarakat dalam menggunakan TOGA sebagai upaya menjaga kesehatan secara mandiri. Lebih dari sekadar menanam tanaman, Asmantoga juga mendorong masyarakat untuk lebih sadar akan pentingnya perawatan kesehatan sejak dini, dengan cara yang alami, terjangkau, dan sesuai dengan budaya lokal (Kemenkes RI, 2017).

Oleh karena itu, pelaksanaan program Asmantoga di Desa Tarokan menjadi langkah yang sangat relevan dan potensial. Melalui pendekatan yang tepat, masyarakat bisa diberdayakan untuk tidak hanya bergantung pada obat-obatan kimia, tetapi juga mulai percaya dan mampu memanfaatkan kekayaan alam yang ada di sekitar mereka.

B. Metode Penelitian

Kegiatan ini dilakukan dengan pendekatan kualitatif deskriptif, menggunakan metode *Participatory Action Research* (PAR). Pendekatan ini dipilih karena memberikan ruang partisipasi aktif bagi masyarakat dalam setiap tahap kegiatan, mulai dari perencanaan, pelaksanaan, hingga evaluasi. Dengan melibatkan warga secara langsung,

diharapkan muncul rasa memiliki terhadap program dan hasil yang lebih berkelanjutan, terutama dalam pemanfaatan tanaman obat keluarga sebagai bagian dari upaya kesehatan tradisional.

Pelaksanaan program Asmantoga berlangsung di Desa Tarokan, Kecamatan Banyuanyar, Kabupaten Probolinggo, selama kurang lebih dua bulan, yaitu dari bulan Juni hingga Juli 2025. Lokasi ini dipilih karena memiliki potensi tanaman obat yang cukup melimpah dan semangat masyarakat yang tinggi terhadap pengobatan alternatif dan tradisional. Kegiatan ini juga menjadi bentuk penguatan terhadap kearifan lokal dalam menjaga kesehatan keluarga secara mandiri.

Subjek kegiatan terdiri dari masyarakat desa, khususnya ibu-ibu rumah tangga, kader kesehatan, serta perangkat desa. Mereka dilibatkan tidak hanya sebagai penerima manfaat, tetapi juga sebagai pelaku aktif dalam pelatihan, penanaman, hingga perawatan tanaman obat. Selain itu, tenaga kesehatan dari Puskesmas setempat ikut serta dalam memberikan edukasi tentang cara penggunaan TOGA secara tepat dan aman.

Pengumpulan data dilakukan melalui beberapa cara. Observasi partisipatif digunakan agar tim pelaksana bisa melihat langsung bagaimana respons dan

keterlibatan warga selama kegiatan berlangsung. Wawancara semi-terstruktur dilakukan kepada beberapa warga dan tokoh kunci desa untuk mendapatkan gambaran yang lebih mendalam tentang persepsi mereka terhadap program ini. Selain itu, dilakukan juga diskusi kelompok terarah (FGD) bersama masyarakat guna merumuskan bersama langkah-langkah yang akan dilakukan, serta mengevaluasi hasil kegiatan. Semua proses ini didukung oleh dokumentasi, seperti foto, catatan harian kegiatan, dan laporan lapangan.

Tahapan kegiatan dimulai dengan identifikasi permasalahan kesehatan yang sering dialami warga, serta pemetaan tanaman obat yang telah dikenal atau tersedia di lingkungan sekitar. Setelah itu, dilakukan pelatihan dan penyuluhan mengenai manfaat TOGA, cara menanam dan merawat, serta pengolahan sederhana menjadi ramuan herbal. Selanjutnya, masyarakat diajak untuk membuat kebun TOGA di pekarangan rumah atau secara kolektif di lahan bersama. Tim kemudian melakukan pendampingan dan monitoring untuk memastikan program berjalan dengan baik dan diterapkan secara konsisten.

Untuk menganalisis data yang diperoleh selama kegiatan, digunakan metode analisis kualitatif. Data hasil wawancara, observasi, dan FGD dirangkum,

dikelompokkan dalam tema-tema tertentu, lalu ditarik kesimpulan untuk menggambarkan sejauh mana program Asmantoga berkontribusi terhadap peningkatan kesadaran dan praktik kesehatan tradisional di Desa Tarokan.

C.Hasil Penelitian dan Pembahasan

HASIL

Program Asuhan Mandiri Taman Obat Keluarga (Asmantoga) yang dilaksanakan di Desa Tarokan membawa banyak perubahan nyata dalam kehidupan masyarakat. Salah satu hasil yang paling terasa adalah meningkatnya kesadaran warga untuk menjaga kesehatan keluarga dengan cara yang lebih alami dan mandiri. Melalui kegiatan sosialisasi yang dilakukan bersama para ibu kader, warga mulai mengenal lebih banyak jenis tanaman obat, cara menanamnya, hingga bagaimana mengolahnya menjadi ramuan yang bermanfaat. Kegiatan ini bukan sekadar pemberian materi, tapi menjadi ruang belajar bersama yang hangat—tempat warga saling bertanya, berbagi pengalaman, dan mempraktikkan langsung ilmu yang baru mereka dapatkan.

Salah satu momen yang paling berkesan adalah ketika lomba TOGA antar dusun digelar. Lomba ini bukan sekadar ajang kompetisi, tetapi menjadi pendorong semangat warga untuk serius menanam dan

merawat tanaman obat di pekarangan rumah mereka. Banyak kebun kecil yang dulunya kosong, kini disulap menjadi taman obat yang rapi, indah, dan penuh manfaat. Warga dengan bangga memperlihatkan koleksi tanamannya, menjelaskan manfaat tiap jenis, dan memamerkan hasil olahan seperti jamu kunyit asam, serbuk jahe instan, dan lain sebagainya. Kegiatan ini menumbuhkan rasa percaya diri dan kepemilikan, bahwa kesehatan bisa dimulai dari rumah sendiri.



Gambar 1 Penanaman Asmantoga oleh Warga

Menariknya, beberapa warga mulai melangkah lebih jauh. Mereka tak hanya mengolah untuk dikonsumsi sendiri, tetapi juga mulai menjual produk hasil olahan TOGA ke tetangga atau di kegiatan desa. Produk buatan rumahan ini membuka peluang usaha kecil yang sangat berarti, terutama bagi ibu rumah tangga. Ini menjadi bukti bahwa kesehatan dan ekonomi bisa

berjalan beriringan, asal dimulai dengan niat dan kemauan untuk belajar.



Gambar 2 Hasil Olahan Asmantoga

Peran ibu-ibu kader pun tidak bisa dilepaskan dari keberhasilan program ini. Mereka menjadi jembatan antara warga, tim KKN, dan Puskesmas Klenang Kidul. Mereka tak hanya hadir sebagai peserta, tapi juga sebagai penggerak: memotivasi tetangga, mendampingi praktik pengolahan, bahkan ikut memberikan penyuluhan. Kehadiran mereka membuat program ini terasa lebih dekat dan bumi, bukan sesuatu yang datang dari luar, melainkan tumbuh dari dalam desa itu sendiri.



Gambar 3 Pemantauan Asmantoga oleh Mahasiswa KKN

Yang paling membanggakan, kini di setiap dusun memiliki satu tempat yang digunakan untuk menanam tanaman Toga. Warga tak harus lagi panik saat keluarga sakit ringan. Mereka diajarkan untuk mengetahui harus mengambil jahe atau daun sirih dari kebun, membuat ramuan hangat, dan percaya bahwa mereka bisa menolong keluarganya sendiri dengan cara yang aman dan alami. Program Asmantoga tidak hanya menumbuhkan tanaman di halaman, tetapi juga menumbuhkan rasa percaya diri, kemandirian, dan kebersamaan di tengah masyarakat. Sebuah langkah kecil yang memberi dampak besar, dan layak untuk terus dilanjutkan.



Gambar 4 Penataan Asmantoga di Salah Satu Dusun

PEMBAHASAN

A. Pengertian Program Asmantoga

Asuhan Mandiri Taman Obat Keluarga (Asmantoga) adalah upaya untuk mengajak masyarakat memanfaatkan tanaman obat di sekitar rumah sebagai bentuk pertolongan pertama terhadap keluhan ringan seperti batuk, demam, atau masuk angin. Program ini mendorong setiap keluarga untuk mengenal, menanam, dan mengolah tanaman obat secara mandiri.

Selain itu, Asmantoga juga merupakan wadah masyarakat dalam menjaga dan meningkatkan kesehatan dengan cara yang alami dan terjangkau, melalui pemanfaatan tanaman obat dan akupresur. (Panjaitan et al., 2024)

Di Desa Tarokan, semangat kemandirian ini dijalankan melalui pendekatan *Participatory Action Research* (PAR), yaitu metode yang melibatkan warga secara langsung dan aktif dalam seluruh proses kegiatan. Para ibu kader desa tidak hanya hadir sebagai peserta, tetapi juga menjadi penggerak—mereka ikut

merencanakan kegiatan, belajar bersama, menyampaikan ide, dan bahkan terlibat dalam mengevaluasi keberhasilan program.

Sebagai bagian dari implementasi program, tim KKN Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya menginisiasi dua kegiatan utama yang saling melengkapi, yaitu sosialisasi tentang pentingnya pemanfaatan tanaman obat keluarga dan perlombaan antar dusun. Sosialisasi dilakukan untuk memberikan pemahaman dasar mengenai jenis-jenis tanaman obat, manfaatnya, serta cara pengolahan yang sederhana namun efektif. Kegiatan ini menjadi ruang interaktif antara kader, warga, dan tim pelaksana dalam bertukar pengetahuan serta pengalaman.

Sementara itu, perlombaan Asmantoga diadakan untuk meningkatkan semangat warga dalam membudidayakan tanaman obat di pekarangan mereka. Setiap dusun dinilai berdasarkan beberapa kriteria, seperti jumlah dan keragaman jenis tanaman yang ditanam, teknik pengolahan hasil TOGA, serta kemampuan warga dalam menjelaskan cara penggunaannya. Penilaian dilakukan oleh pihak Puskesmas Klenang Kidul yang telah lama menjalin kemitraan dengan desa, sehingga kegiatan ini tidak hanya bersifat seremonial, tetapi juga edukatif dan berdampak nyata.

B. Tanaman Obat dan Cara Pengolahannya di Desa Tarokan

Selama pelaksanaan program Asmantoga di Desa Tarokan, warga—terutama para ibu kader—semakin sadar akan pentingnya memanfaatkan tanaman obat di pekarangan rumah. Mereka tidak hanya menanam, tetapi juga mulai memahami cara mengolah dan menggunakan tanaman tersebut untuk menjaga kesehatan keluarga. Berikut adalah sepuluh jenis tanaman obat yang rata-rata didapati pada setiap dusun, beserta cara pengolahan tradisional yang sering dilakukan oleh warga:

1. Jahe (*Zingiber officinale*)

Jahe menjadi salah satu tanaman obat paling populer dan mudah dijumpai di pekarangan warga Desa Tarokan. Selain karena rasanya yang khas dan memberi efek hangat pada tubuh, tanaman ini juga cukup mudah dibudidayakan dan memiliki banyak manfaat. Umumnya, warga mengolah jahe dengan cara sederhana: direbus, lalu diminum selagi hangat untuk meredakan masuk angin, pegal-pegal, atau tenggorokan gatal. (Lukviana et al., 2022)

Namun, melalui sosialisasi dalam program Asmantoga, warga mulai dikenalkan pada cara mengolah jahe menjadi produk minuman herbal yang lebih tahan lama dan bernilai jual tinggi, seperti sirup jahe dan serbuk jahe instan.

Proses pembuatan sirup jahe diawali dengan mengiris tipis jahe yang sudah dicuci bersih, lalu diblender bersama air. Setelah itu, jahe disaring dan dicampurkan ke dalam rebusan air gula.

Campuran ini dimasak hingga mengental, lalu disimpan dalam botol kaca yang tertutup rapat. Hasilnya adalah sirup jahe yang bisa langsung diseduh saat dibutuhkan, bahkan bisa dikreasikan dengan tambahan perasan jeruk nipis, serai, atau kayu manis.

Sementara itu, pembuatan serbuk jahe instan sedikit lebih rumit tetapi tetap dapat dilakukan di rumah. Jahe diparut atau diblender, lalu diperas untuk diambil sarinya. Sari jahe kemudian dimasak bersama gula pasir dengan api kecil sambil terus diaduk sampai mengkristal. Kristal jahe yang terbentuk kemudian dihancurkan hingga menjadi serbuk halus yang bisa disimpan lebih lama. Serbuk ini tinggal diseduh dengan air panas setiap kali dibutuhkan, sangat cocok disiapkan sebagai stok minuman keluarga saat musim hujan atau cuaca dingin.

Melalui pelatihan sederhana ini, warga—terutama ibu-ibu kader—tidak hanya mendapatkan keterampilan baru, tetapi juga mulai melihat peluang usaha rumahan dari tanaman yang selama ini tumbuh biasa saja di halaman mereka. Proses-proses pengolahan ini menjadi

jembatan untuk meningkatkan nilai guna jahe, sekaligus memperkenalkan alternatif sehat yang bisa diolah sendiri tanpa bahan kimia tambahan.

2. Kunyit (*Curcuma domestica*)

Kunyit dikenal memiliki efek anti-radang, kunyit sering diolah menjadi jamu kunyit asam. Rimpangnya diparut, direbus dengan air dan asam jawa, lalu ditambahkan sedikit gula agar lebih segar. (Amanda & Nurhalimah, 2024)

Di Desa Tarokan, pemanfaatan kunyit semakin berkembang sejak adanya program Asmantoga. Warga tidak hanya mengenal kunyit sebagai bumbu dapur, tetapi juga sebagai bahan utama dalam pembuatan minuman herbal tradisional kunyit asam. Melalui pelatihan dan praktik langsung, warga diajak mempelajari proses pengolahan kunyit asam secara lebih higienis, terstandar, dan bernilai jual.

Pengolahan kunyit dimulai dengan proses sortasi, yaitu memilih rimpang kunyit berkualitas baik—kunyit yang segar, tidak berjamur, tidak berbau, dan warnanya cerah. Setelah itu dilakukan pencucian dan penirisan, agar rimpang benar-benar bersih dari tanah dan kotoran. Rimpang kemudian diiris tipis dan dihancurkan menggunakan blender dengan tambahan air, untuk memperoleh sari kunyit yang kaya kurkumin.

Proses dilanjutkan dengan pemasakan sari kunyit bersama asam jawa dan rempah

tambahan seperti kayu manis, kapulaga, serai, daun pandan, dan sedikit garam. Semua bahan direbus menggunakan api kecil sambil diaduk hingga mendidih dan aromanya keluar. Setelah matang, cairan disaring untuk memisahkan ampas, lalu didinginkan sebelum dikemas.

Minuman kunyit asam yang sudah jadi bisa disimpan di dalam botol steril berukuran kecil, menggunakan teknik pengemasan hot filling atau pasteurisasi ringan agar lebih tahan lama. Penyimpanan dilakukan di suhu rendah agar kualitas dan rasa tetap terjaga.

Melalui proses ini, warga bukan hanya belajar membuat jamu kunyit asam untuk dikonsumsi sendiri, tetapi juga mulai melihat potensi ekonomi rumah tangga dari penjualan produk ini. Kunyit yang dulunya hanya disimpan di dapur, kini menjadi salah satu tanaman yang paling diandalkan dalam kebun TOGA warga—baik untuk kesehatan, maupun sebagai peluang usaha kecil yang alami dan berkelanjutan.

3. Temulawak (*Curcuma xanthorrhiza*)

Temulawak dikenal luas sebagai tanaman yang bermanfaat untuk menjaga fungsi hati, menambah nafsu makan, serta membantu meningkatkan daya tahan tubuh. Di Desa Tarokan, pemanfaatan temulawak tidak hanya terbatas pada pengobatan tradisional dalam bentuk rebusan, tetapi juga mulai dikembangkan menjadi produk minuman

instan herbal yang lebih praktis dan memiliki nilai jual. (Setyawati et al., 2022)

Melalui pelatihan dalam program Asmantoga, warga—khususnya ibu-ibu kader—belajar mengolah temulawak menjadi serbuk minuman fungsional. Prosesnya dimulai dari pemilihan rimpang temulawak yang berkualitas baik, kemudian dibersihkan dan dipotong kecil-kecil. Potongan temulawak lalu dikeringkan, baik secara alami dengan penjemuran maupun menggunakan oven sederhana, hingga kadar airnya cukup rendah.

Setelah kering, temulawak dihaluskan menjadi serbuk menggunakan blender atau alat penumbuk. Serbuk ini bisa langsung digunakan sebagai bahan minuman: cukup diseduh dengan air panas dan ditambahkan gula atau madu sesuai selera. Untuk mengurangi rasa pahit yang alami dari temulawak, warga biasanya menambahkan gula dalam perbandingan seimbang (1:1) saat mengolahnya. Ini membuat minuman terasa lebih manis dan mudah dikonsumsi, terutama oleh anak-anak.

Pengemasan dilakukan dalam wadah bersih dan kering, seperti botol kaca kecil atau plastik *ziplock*, agar serbuk temulawak tahan lama dan bisa digunakan kapan saja. Selain dikonsumsi pribadi, beberapa warga mulai mencoba menjual produk ini dalam bentuk kemasan sederhana di lingkungan sekitar.

Dengan teknik pengolahan ini, temulawak tidak hanya menjadi bagian dari budaya pengobatan tradisional, tetapi juga memiliki potensi ekonomi yang nyata bagi masyarakat desa. Serbuk minuman instan dari temulawak kini menjadi salah satu hasil nyata dari program Asmantoga yang menggabungkan kesehatan keluarga, kearifan lokal, dan peluang usaha rumah tangga.

4. Kencur (*Kaempferia galanga*)

Bahan utama jamu beras kencur. Selain direbus, kencur juga bisa ditumbuk untuk membuat minyak urut atau ramuan gosok untuk pegal-pegal. (Sutrisno et al., 2022)

Di Desa Tarokan, pengolahan kencur menjadi jamu dan ramuan tradisional bukanlah hal baru. Namun melalui program Asmantoga, warga—terutama ibu-ibu kader—didorong untuk memahami lebih dalam proses pembuatan sediaan herbal dari kencur secara higienis dan sistematis. Salah satu olahan yang dikenalkan adalah parem beras kencur, ramuan tradisional yang berfungsi sebagai penghangat tubuh, pelancar peredaran darah, dan pereda nyeri otot.

Proses pengolahan dimulai dengan mengiris bahan-bahan utama seperti rimpang kencur, jahe, dan temu giring, lalu menjemurnya di bawah sinar matahari selama satu hari. Setelah setengah kering,

bahan tersebut dicampur dengan rempah kering seperti cengkeh, biji pala, kayu manis, dan adas pulowaras, kemudian dijemur kembali hingga benar-benar kering. Semua bahan kemudian ditumbuk hingga halus dan diayak agar menghasilkan serbuk yang lembut.

Selanjutnya, serbuk kencur dicampur dengan tepung beras dan minyak gondopuro, lalu diaduk hingga membentuk adonan yang lembek. Adonan ini kemudian dibentuk bulatan pipih agar cepat kering saat dijemur kembali. Setelah benar-benar kering, paremparemberas kencur siap digunakan sebagai obat luar untuk mengatasi pegal-pegal, bengkak, atau nyeri akibat keseleo.

Selain itu, jamu beras kencur dalam bentuk minuman juga diajarkan pembuatannya. Kencur dihaluskan bersama beras yang sudah direndam, lalu diperas dan dicampur air, gula merah, serta sedikit asam jawa. Hasilnya adalah minuman segar beraroma khas yang dipercaya mampu meningkatkan stamina, meredakan batuk, dan menambah nafsu makan.

Melalui kegiatan sosialisasi dan praktik langsung ini, warga menjadi lebih percaya diri dalam mengolah tanaman obat sendiri. Tidak hanya dikonsumsi untuk kebutuhan rumah tangga, beberapa warga juga mulai berinisiatif mengemas produk jamu kencur dalam botol atau kemasan plastik untuk

dijual dalam skala kecil. Hal ini menunjukkan bahwa kencur bukan hanya tanaman tradisional, tetapi juga memiliki potensi ekonomi lokal yang cukup menjanjikan.

5. Lidah Buaya (*Aloe vera*)

Gel lidah buaya digunakan untuk mengobati luka bakar dan menjaga kelembapan kulit. Beberapa warga juga mengolahnya menjadi jus untuk kesehatan pencernaan. (Erika et al., 2021)

Namun, lebih dari itu, lidah buaya ternyata memiliki daya penyembuhan luka yang sangat kuat, terutama untuk luka kronis seperti luka decubitus. Melalui kandungan glucomannan, enzim protease, vitamin, serta senyawa anti-inflamasi dan antioksidan lainnya, gel lidah buaya mampu merangsang pertumbuhan jaringan baru, meredakan peradangan, dan mempercepat proses regenerasi kulit.

Dalam program Asmantoga di Desa Tarokan, warga diajarkan cara mengolah dan menggunakan gel lidah buaya secara langsung dari daunnya. Prosesnya cukup sederhana: daun lidah buaya dicuci bersih, bagian durinya dipotong, lalu kulit luarnya dikupas untuk mengambil gel bening di dalamnya. Gel ini kemudian dioleskan pada luka ringan seperti lecet, luka bakar, atau iritasi kulit. Beberapa warga juga menyimpannya di dalam wadah tertutup di lemari es agar tetap segar dan bisa digunakan sewaktu-waktu.

Efektivitas lidah buaya sebagai obat luar alami juga diperkuat oleh hasil penelitian yang menunjukkan bahwa gel ini mampu mempercepat penyembuhan luka dekubitus dalam waktu 3–4 minggu, lebih cepat dibandingkan perawatan standar dengan larutan NaCl 0,9%. Pada fase penyembuhan luka, pasien yang dirawat dengan gel lidah buaya menunjukkan kemajuan lebih cepat hingga masuk ke tahap maturasi (penguatan jaringan), sedangkan kelompok yang tidak diberi gel umumnya tertahan di fase inflamasi.

Selain itu, warga juga mulai mencoba membuat jus lidah buaya untuk dikonsumsi sebagai minuman herbal. Caranya adalah dengan memblender gel lidah buaya bersama air matang, sedikit madu, dan perasan jeruk nipis agar rasanya lebih segar. Minuman ini dipercaya membantu melancarkan pencernaan, menjaga kesehatan lambung, dan detoksifikasi tubuh secara alami.

Dengan kemudahan budidaya dan pengolahannya, lidah buaya menjadi salah satu tanaman yang paling diminati dalam program Asmantoga. Ia tidak hanya memberikan manfaat kesehatan langsung, tetapi juga memperkuat kesadaran masyarakat akan pentingnya memanfaatkan tanaman lokal sebagai bagian dari gaya hidup sehat yang alami dan terjangkau.

Serai direbus untuk dijadikan minuman herbal penurun demam dan pelancar peredaran darah. Aromanya yang khas juga menenangkan pikiran.

Warga Desa Tarokan telah lama memanfaatkan serai sebagai tanaman herbal multifungsi, baik untuk pengobatan maupun perawatan kesehatan secara alami. Dalam praktiknya, serai direbus dan airnya dikonsumsi secara rutin sebagai ramuan untuk menurunkan tekanan darah dan kolesterol, terutama bagi lansia atau warga yang memiliki riwayat hipertensi. (Septianingrum & Purwanto, 2025)

Cara pengolahannya cukup sederhana. Batang serai segar dicuci bersih, lalu digeprek atau dipotong kasar sebelum direbus selama ± 10 –15 menit. Air rebusan ini bisa diminum selagi hangat atau didinginkan terlebih dahulu. Beberapa warga juga menambahkan irisan jahe, madu, atau perasan jeruk nipis untuk menambah rasa dan khasiatnya. Minuman ini tidak hanya menyegarkan, tetapi juga berfungsi sebagai antibakteri alami dan antioksidan yang membantu menetralkan racun dalam tubuh.

Tak hanya dikonsumsi, aroma khas dari rebusan serai juga dimanfaatkan dalam terapi uap tradisional. Proses penguapan ini dilakukan dengan mendidihkan serai bersama rempah lain dalam panci terbuka, lalu uapnya dihirup untuk meredakan stres,

6. Serai (*Cymbopogon citratus*)

melegakan saluran pernapasan, dan memberikan efek relaksasi. Praktik ini sering dilakukan oleh warga sebagai cara alami untuk meredakan kecemasan dan ketegangan saraf setelah beraktivitas.

Melalui program Asmantoga, teknik pengolahan ini kembali diperkenalkan dan disosialisasikan kepada warga Desa Tarokan. Banyak yang merasa bahwa penggunaan serai menjadi lebih terarah dan terukur, terutama dengan adanya informasi dosis dan manfaat yang diperoleh dari pelatihan. Kini, serai tidak lagi sekadar bumbu dapur, tetapi menjadi salah satu tanaman andalan dalam kebun TOGA warga—mudah didapat, mudah diolah, dan banyak manfaatnya.

7. Mengkudu (*Morinda citrifolia*)

Buah mengkudu sering dianggap kurang menarik karena baunya, namun khasiatnya luar biasa. Buah yang matang dihaluskan dan diambil air perasannya untuk menurunkan tekanan darah tinggi, melancarkan pencernaan, serta meningkatkan kekebalan tubuh. Beberapa warga juga mengolahnya menjadi jus yang dicampur madu untuk mengurangi rasa pahit. (Wirawati et al., 2024)

Dalam program Asmantoga di Desa Tarokan, warga dikenalkan pada cara pengolahan sari mengkudu yang lebih higienis dan terstandar. Buah mengkudu yang matang difermentasi secara alami

dalam wadah kaca tertutup selama ± 14 hari. Untuk mempercepat proses fermentasi, digunakan teknik backslopping dengan menambahkan sedikit sari hasil fermentasi sebelumnya sebagai pemicu. Setelah proses fermentasi selesai, cairan sari mengkudu berwarna coklat kehitaman disaring, lalu dikemas dalam botol.

Namun, aroma khas dari sari mengkudu yang cukup menyengat menjadi tantangan dalam penerimaan konsumen. Untuk itu, warga diperkenalkan dengan teknologi penyerapan karbon aktif. Teknik ini mampu mengurangi intensitas aroma menyengat dari asam kaprat dan asam kaproat, yang menjadi penyebab utama bau tajam. Setelah melalui proses adsorpsi dengan karbon aktif, sari mengkudu tetap mempertahankan kandungan bioaktifnya seperti *alkaloid*, *flavonoid*, dan *terpenoid*, namun dengan aroma yang lebih ringan dan rasa yang lebih bisa diterima.

Produk sari mengkudu hasil fermentasi ini dikemas dalam botol 200 ml dan telah terbukti memiliki aktivitas antibakteri terhadap *E. coli* dan *Salmonella sp.*, serta mengandung fenol total sebanyak 1200 mg GAE/g sampel, yang menjadikannya sebagai minuman herbal dengan potensi fungsional tinggi. Beberapa warga bahkan mencoba menambahkan madu, air jeruk nipis, atau es batu agar rasanya lebih segar dan mudah dikonsumsi.

Dengan pengolahan yang tepat, mengkudu tidak hanya menjadi tanaman yang "terpaksa ditanam", tetapi benar-benar menjadi aset kesehatan keluarga dan peluang usaha. Pendekatan yang diajarkan dalam program ini mendorong warga untuk melihat potensi besar dari tanaman lokal, sekalipun yang aromanya kurang disukai.

C. Dampak Positif Program Asmantoga bagi Masyarakat

Salah satu perubahan yang paling dirasakan oleh warga Desa Tarokan setelah mengikuti program Asmantoga adalah tumbuhnya rasa kemandirian dalam menjaga kesehatan keluarga. Jika sebelumnya mereka cenderung langsung membeli obat di warung atau pergi ke puskesmas untuk mengatasi keluhan ringan seperti batuk atau masuk angin, kini banyak yang mulai beralih menggunakan tanaman obat yang ditanam sendiri di pekarangan rumah. Perubahan pola pikir ini menunjukkan bahwa Asmantoga tidak hanya memberi manfaat secara praktis, tetapi juga berhasil menumbuhkan kesadaran warga akan pentingnya kembali ke pengobatan alami yang lebih aman dan terjangkau. Hal serupa juga terjadi di Desa Sumberagung, Bojonegoro, di mana warga yang mengikuti program Asmantoga menunjukkan peningkatan motivasi untuk merawat, memanfaatkan, bahkan mengolah

tanaman obat menjadi produk yang bermanfaat bagi kesehatan sehari-hari. (Sosial et al., 2024)

Berikut beberapa dampak positif yang dirasakan masyarakat Desa Tarokan dari Program Asmantoga:

1. Kemandirian dalam menjaga kesehatan keluarga

Salah satu perubahan yang paling dirasakan warga Desa Tarokan setelah mengikuti program Asmantoga adalah tumbuhnya kemandirian dalam menjaga kesehatan keluarga. Jika sebelumnya mereka terbiasa mengandalkan warung obat atau langsung ke puskesmas untuk keluhan-keluhan ringan, kini banyak dari mereka sudah mulai berpaling ke tanaman obat yang ditanam sendiri di pekarangan rumah.

Ramuan dari jahe, kunyit, kencur, atau daun sirih kini menjadi andalan baru bagi warga dalam mengatasi masalah kesehatan sehari-hari. Saat anak mulai pilek atau tubuh terasa meriang, mereka cukup merebus jahe atau membuat minuman kunyit asam hangat yang diracik sendiri. Ketika ada luka kecil, daun sirih direbus dan digunakan sebagai antiseptik alami. Tidak sedikit pula warga yang mulai rutin membuat stok minuman herbal instan dari bahan-bahan yang selama ini hanya dianggap sebagai pelengkap dapur.

Yang menarik, perubahan ini tidak hanya terjadi karena penyuluhan semata, tapi karena warga mulai merasa percaya bahwa mereka bisa merawat keluarganya dengan cara yang alami dan tidak selalu harus bergantung pada obat-obatan kimia. Ada rasa bangga saat melihat tanaman di pekarangan bukan sekadar hiasan, tetapi punya fungsi nyata untuk kesehatan.

2. Penghematan biaya pengobatan

Bagi banyak keluarga di Desa Tarokan, kesehatan sering kali menjadi beban pengeluaran tersendiri. Meskipun keluhan yang dirasakan tergolong ringan—seperti pusing, batuk, atau masuk angin—namun membeli obat di warung atau pergi ke puskesmas tetap membutuhkan biaya. Bagi sebagian keluarga, terutama yang berpenghasilan harian atau musiman, pengeluaran semacam ini kadang terasa berat dan mengganggu kebutuhan lainnya.

Sejak program Asmantoga mulai dijalankan, pola pikir masyarakat sedikit demi sedikit mulai berubah. Warga mulai menyadari bahwa ternyata tanaman yang selama ini tumbuh liar atau hanya dianggap penghias pekarangan bisa dimanfaatkan untuk mengobati keluhan ringan tanpa perlu membeli obat. Jahe, kunyit, kencur, daun sirih—semuanya bisa diolah sendiri di rumah menjadi ramuan sederhana yang efektif dan aman digunakan.

Bagi keluarga dengan ekonomi terbatas, hal ini sangat berarti. Beberapa warga bahkan bercerita bahwa sejak mereka rutin memanfaatkan TOGA, pengeluaran untuk beli obat nyaris tak ada lagi, kecuali untuk kondisi yang memang butuh penanganan medis. Mereka merasa lebih tenang karena tahu, kesehatan bisa dijaga dengan cara yang sederhana dan murah—dan itu semua ada di halaman rumah mereka sendiri.

Program Asmantoga tidak hanya mengubah cara masyarakat menjaga kesehatan, tetapi juga cara mereka mengelola keuangan keluarga. Penghematan ini menjadi bukti bahwa kesehatan tidak harus selalu mahal. Dengan pengetahuan yang tepat dan pemanfaatan tanaman lokal, warga kini bisa lebih bijak, sehat, dan mandiri—baik secara fisik maupun finansial.

3. Pelestarian pengetahuan lokal

Di balik tanaman-tanaman obat yang tumbuh di pekarangan warga Desa Tarokan, tersimpan warisan yang sangat berharga—yakni pengetahuan lokal yang lahir dari pengalaman hidup dan kebijaksanaan generasi terdahulu. Dulu, sebelum mudahnya akses ke obat-obatan modern, masyarakat sangat mengandalkan alam. Saat anak demam, ibu akan memetik daun sirih dan merebusnya. Ketika perut kembung, kakek akan menyeduh air kunyit

yang dibuat sendiri. Ramuan itu bukan hasil riset laboratorium, tapi buah dari kebiasaan, pengamatan, dan naluri menjaga keluarga secara alami.

Namun seiring waktu, pengetahuan ini mulai terlupakan. Generasi muda tumbuh dengan bayangan bahwa obat selalu harus dibeli di apotek, dan tanaman herbal hanyalah bagian dari cerita masa lalu. Di sinilah program Asmantoga mengambil peran penting—menghidupkan kembali cerita-cerita lama, dan menjadikannya bagian nyata dari kehidupan hari ini.

Melalui sosialisasi dan kegiatan bersama, banyak warga mulai teringat kembali akan kebiasaan orang tua mereka yang dulu dianggap biasa. Mereka berbagi cerita satu sama lain, tertawa saat menyebutkan rasa pahit sambiloto, atau aroma khas dari jamu beras kencur buatan nenek. Dari cerita itu, lahir rasa ingin tahu. Dari rasa ingin tahu, lahir keinginan untuk mencoba kembali.

Kini, bukan hanya cerita yang kembali hidup, tapi juga praktiknya. Warga mulai mencatat resep, menyusun ulang ramuan, bahkan mengajarkan cara membuat jamu ke anak-anak mereka. Tanaman-tanaman yang dulu hanya tumbuh liar di sudut kebun, kini dirawat, diberi nama, dan dimanfaatkan lagi. Ilmu yang dulu hanya diingat dalam kepala kini tertulis di kertas, dibagikan dalam

pelatihan, dan dipraktikkan di lomba antar dusun.

Yang paling membahagiakan adalah, warga mulai menyadari bahwa mereka punya sesuatu yang berharga—sesuatu yang tak perlu dibeli, tidak didatangkan dari kota, tapi sudah lama ada di sekitar mereka. Program ini mengingatkan mereka bahwa kearifan itu tidak hilang, hanya tertidur, dan kini perlahan bangkit kembali.

Pelestarian pengetahuan lokal bukan hanya soal menjaga tanaman atau resep, tapi tentang merawat jati diri masyarakat—membangun kepercayaan bahwa ilmu dari leluhur itu masih relevan, berguna, dan bisa diwariskan dengan bangga.

4. Penghijauan dan keindahan pekarangan

Penanaman tanaman obat keluarga (TOGA) oleh warga tidak hanya memberikan manfaat dari sisi kesehatan, tetapi juga membawa dampak positif terhadap estetika dan kualitas lingkungan tempat tinggal. Tanaman seperti daun sirih, kumis kucing, jahe, kunyit, dan sambiloto, dengan warna daun yang beragam dan bentuk yang unik, mampu mempercantik pekarangan rumah. Kehadirannya menciptakan nuansa alami dan asri yang menenangkan, sekaligus memberikan sentuhan hijau yang menyegarkan di tengah kepadatan pemukiman.

Selain menambah keindahan visual, penghijauan dengan tanaman obat juga berperan dalam menjaga keseimbangan ekosistem mikro di sekitar rumah. Tanaman-tanaman ini dapat membantu menyerap polusi udara, menjaga kelembaban tanah, serta menjadi tempat hidup bagi serangga bermanfaat seperti kupu-kupu dan lebah. Suasana pekarangan pun menjadi lebih sejuk dan nyaman, sehingga mendorong penghuni rumah untuk lebih sering beraktivitas di luar ruang, seperti berkebun atau bersantai bersama keluarga.

Dengan demikian, program pemanfaatan TOGA tidak hanya mendukung kesehatan tradisional, tetapi juga menjadi bagian dari upaya pelestarian lingkungan dan peningkatan kualitas hidup masyarakat secara menyeluruh. Hal ini menunjukkan bahwa aspek kesehatan dan keindahan bisa berjalan beriringan melalui langkah-langkah sederhana yang dilakukan dari rumah sendiri.

5. Peluang ekonomi keluarga

Pemanfaatan tanaman obat keluarga (TOGA) tidak hanya berdampak pada aspek kesehatan, tetapi juga memberikan kontribusi nyata terhadap perekonomian keluarga. Seiring dengan meningkatnya kesadaran masyarakat akan manfaat tanaman obat, muncul berbagai inisiatif dari warga untuk mengolah hasil panen TOGA menjadi produk bernilai ekonomis.

Beberapa di antaranya mulai memproduksi serbuk jamu, teh herbal, minyak gosok, balsem, serta ramuan tradisional dalam bentuk praktis yang bisa langsung dikonsumsi atau digunakan.

Salah satu bentuk olahan yang cukup populer adalah jamu instan. Berbagai jenis jamu gendong tradisional seperti kunyit asam, beras kencur, temulawak, jahe, dan lainnya kini dapat diolah menjadi serbuk atau pasta instan yang lebih tahan lama dan mudah disajikan. Inovasi ini tidak hanya mempermudah konsumsi jamu di era modern, tetapi juga membuka peluang usaha rumahan yang menjanjikan. (Sari, 2023)

Produksi ini umumnya dilakukan dalam skala rumahan dengan memanfaatkan peralatan sederhana dan bahan baku yang mudah diperoleh dari kebun sendiri. Selain menghemat biaya produksi, pendekatan ini juga menciptakan peluang usaha mikro yang menjanjikan. Produk-produk olahan TOGA ini mulai dipasarkan di lingkungan sekitar, baik melalui kegiatan desa, pasar tradisional, koperasi, maupun secara daring melalui media sosial atau marketplace.

Permintaan terhadap produk herbal alami yang aman dan bebas bahan kimia pun terus meningkat, terutama di kalangan masyarakat yang kini lebih peduli terhadap gaya hidup sehat. Lebih dari itu, kegiatan ini mampu menggerakkan roda ekonomi lokal

dan mendorong pemberdayaan anggota keluarga, khususnya kaum ibu, yang berperan aktif dalam proses produksi, pengemasan, hingga pemasaran. Anak-anak pun dapat dilibatkan dalam kegiatan sederhana seperti menanam dan merawat tanaman, sehingga nilai edukasi dan semangat kewirausahaan pun ikut tertanam sejak dini.

Dengan adanya peluang usaha ini, pemanfaatan TOGA menjadi salah satu strategi pemberdayaan masyarakat yang tidak hanya fokus pada aspek kesehatan, tetapi juga mendorong kemandirian ekonomi keluarga secara berkelanjutan.

D. Tantangan dan Solusi dalam Pemanfaatan Asmantoga

Berikut beberapa tantangan yang akan dihadapi dalam program asmantoga oleh masyarakat Desa Tarokan dan solusinya:

1. Peningkatan Pengetahuan Masyarakat melalui Sosialisasi dan Pelatihan Pemanfaatan Asmantoga

Salah satu tantangan utama yang ditemui di lapangan adalah masih terbatasnya pengetahuan warga mengenai jenis-jenis tanaman obat dan cara penggunaannya yang benar. Beberapa warga hanya mengenal tanaman umum seperti jahe dan kunyit, sementara tanaman lain seperti mengkudu masih jarang dimanfaatkan secara optimal. Untuk

mengatasi hal ini, tim KKN bersama kader desa dan Puskesmas Klenang Kidul mengadakan sosialisasi dan pelatihan yang disampaikan dengan bahasa sederhana serta praktik langsung agar lebih mudah dipahami dan diterapkan.

Sebagai tolok ukur dalam meningkatkan wawasan dan pemahaman, masyarakat yang sebelumnya belum memiliki tanaman TOGA diharapkan mampu menjelaskan pengetahuan dasar mengenai apa itu TOGA, manfaatnya, serta cara pengolahannya. (Ria Dini et al., 2024)

2. Bank Bibit per-Dusun dan Sistem Vertikultur sebagai Inovasi Mengatasi Keterbatasan Bibit dan Lahan

Tidak semua warga memiliki akses terhadap bibit tanaman obat, terutama jenis-jenis yang kurang umum. Selain itu, beberapa rumah memiliki lahan yang sempit sehingga sulit untuk membuat kebun TOGA. Solusinya adalah dengan membentuk bank bibit tingkat dusun serta mendorong penggunaan pot, *polybag*, dan vertikultur sebagai alternatif bertanam di lahan terbatas. Model kebun gantung dan pot gantung juga diperkenalkan dalam lomba untuk memberi inspirasi desain taman TOGA yang efisien dan estetik.

Selain menjadi solusi praktis, pemanfaatan lahan kosong untuk tanaman obat juga membawa dampak positif bagi lingkungan. Budidaya tanaman obat

umumnya lebih ramah lingkungan karena tidak memerlukan penggunaan pestisida dan pupuk kimia secara berlebihan. Dengan demikian, praktik ini turut menjaga kualitas tanah dan air, serta membantu mengurangi polusi di lingkungan sekitar. (Raefki et al., 2024)

3. Pelatihan Sederhana sebagai Upaya Mengatasi Kesulitan dalam Pengolahan dan Penyimpanan Tanaman Obat

Pengolahan tanaman menjadi ramuan siap pakai membutuhkan pengetahuan dan keterampilan khusus, mulai dari teknik pengeringan, takaran bahan, hingga cara penyimpanan agar tidak cepat rusak. Sebagai solusinya, pelatihan sederhana tentang pembuatan simplisia, jamu rebusan, hingga minuman herbal instan diberikan kepada warga. Kader juga dilatih untuk menjadi narasumber lokal agar proses transfer pengetahuan dapat terus berjalan bahkan setelah program KKN selesai.

4. Strategi Kreatif dalam Menumbuhkan Ketertarikan Generasi Muda terhadap Pemanfaatan TOGA

Banyak anak muda yang belum tertarik dengan dunia tanaman obat karena menganggapnya kuno atau tidak praktis. Untuk mengatasi hal ini, pendekatan yang lebih kreatif digunakan, seperti lomba membuat video edukatif tentang TOGA,

memadukan TOGA dengan tanaman hias agar lebih menarik secara visual, serta melibatkan karang taruna dalam kegiatan lomba Asmantoga. Dengan begitu, generasi muda tidak hanya menjadi penonton, tetapi ikut terlibat aktif dalam menjaga warisan kesehatan tradisional ini.

5. Penerapan Bimbingan Teknis dalam Menjamin Keamanan, Dosis, dan Kebersihan Produk Olahan TOGA

Produk hasil olahan TOGA yang dibuat warga masih sangat sederhana dan belum memiliki standar mutu yang jelas. Hal ini bisa menimbulkan risiko jika digunakan secara luas tanpa takaran yang tepat. Untuk mengatasi hal ini, pihak Puskesmas memberikan bimbingan teknis mengenai cara pengolahan yang aman, takaran dosis, serta sanitasi peralatan. Diharapkan ke depan, warga dapat membuat produk herbal rumahan yang tidak hanya bermanfaat, tetapi juga aman dikonsumsi.

KESIMPULAN

Program Asuhan Mandiri Taman Obat Keluarga (Asmantoga) yang dilaksanakan di Desa Tarokan, Probolinggo, terbukti memberikan dampak positif dalam memperkuat upaya kesehatan tradisional berbasis masyarakat. Melalui pendekatan partisipatif dan kegiatan yang melibatkan langsung warga—seperti sosialisasi,

pelatihan, serta lomba TOGA antar dusun—terjadi peningkatan signifikan dalam pengetahuan, keterampilan, dan kesadaran masyarakat mengenai pemanfaatan tanaman obat keluarga. Warga mulai mampu menanam, mengolah, serta memanfaatkan tanaman herbal secara mandiri untuk kebutuhan kesehatan sehari-hari.

Selain mendukung kemandirian dalam menjaga kesehatan, program ini juga memberikan manfaat tambahan berupa penghematan biaya pengobatan, pelestarian pengetahuan lokal, penghijauan lingkungan, hingga pembukaan peluang usaha rumah tangga berbasis herbal. Peran aktif ibu-ibu kader desa serta dukungan dari pihak Puskesmas menunjukkan pentingnya kolaborasi lintas sektor dalam mewujudkan masyarakat yang sehat dan mandiri.

Secara keseluruhan, pelaksanaan program Asmantoga di Desa Tarokan tidak hanya menjadi model pemberdayaan kesehatan berbasis potensi lokal, tetapi juga menjadi kontribusi nyata dalam pelestarian kearifan lokal dan peningkatan ketahanan kesehatan masyarakat secara berkelanjutan. Hasil ini diharapkan dapat menjadi referensi dan inspirasi bagi desa-desa lain dalam mengembangkan upaya serupa sebagai bagian dari pembangunan kesehatan masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Amanda, R., & Nurhalimah, S. (2024). Proses Pengolahan Minuman Kunyit Asam. *Karimah Tauhid*, 3(5), 5620–5633.
<https://doi.org/10.30997/karimahtauhid.v3i5.13256>
- Erika, Rahma Fridayana Fitri, & Ainyia Sumiati. (2021). Pengaruh Perawatan Luka Menggunakan Gel Lidah Buaya terhadap Kesembuhan Dekubitus. *Jurnal Indah Sains Dan Klinis*, 2(3), 40–51. <https://doi.org/10.52622/jisk.v2i3.35>
- Faisal, H. (2023). Kemandirian Pembangunan Kesehatan Melalui Gema Herbal di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Simpang Empat 1. *Indonesian Red Crescent Humanitarian Journal*, 2(2), 49–57.
<https://doi.org/10.56744/irchum.v2i2.34>
- Lukviana, D. L., Raihan, N. D., Putri, L. A., Kusuma, F. D., Daima, A. S., Syaltha, P. C. N., Cahyani, I. S., Melani, F., Ridha, M. R., Hadian, H. I., & Rahmadewi, Y. M. (2022). Peningkatan Pengetahuan Dan Keterampilan Kelompok Ibu-ibu PKK di Kelurahan Pengkok Gunung Kidul Dalam Pengolahan Jahe Menjadi Minuman Instan. *Indonesia Berdaya*, 4(1), 273–280.
<https://doi.org/10.47679/ib.2023409>

- D. A., & Wulandari, A. (2024). Peningkatan Kualitas Simplisia Tanaman Herbal Di Asman Toga Dan Akupresur Clitoria Ternatea Desa Wage-Kabupaten Sidoarjo. *ABDI MASSA: Jurnal Pengabdian Nasional* (e-ISSN: 2797-0493), 4(06), 45–51. <https://doi.org/10.69957/abdimass.v4i06.2097>
- R, A. A., Ismaidar, & Sembiring, T. B. (2025). Reformasi Hukum Kesehatan di Indonesia: Tantangan dan Peluang dalam Mewujudkan Kesehatan Universal. *Journal of Innovative Research*, 02(1), 380–386. <https://ziaresearch.or.id/index.php/mesada>
- Raefki, M. A. B., Mahmudin, H., Fitasari, L., & Sari, I. F. (2024). Rintisan dan Pengembangan Wanita Tani Toga. *Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat MEMBANGUN NEGERI*, 1, 100–105.
- Ria Dini, A. Y., Ela Rohaeni, Nadia Putri Mahendra, & Diana Nopita. (2024). Pemberdayaan Masyarakat Dalam Penanaman Toga Sebagai Upaya Sehat Dengan Herbal Asli Indonesia. *Health Care: Journal of Community Service*, 2(1), 45–49. <https://doi.org/10.62354/healthcare.v1i2.11>
- Sari, Y. A. (2023). Sosialisasi pembuatan produk kesehatan jamu instan dan teh kombucha sebagai peluang ekonomi bagi masyarakat Dusun Cukal Desa Bendosari. *Maliki Interdisciplinary Journal*, 1(5), 404–416. <http://urj.uin-malang.ac.id/index.php/mij/article/view/4825%0Ahttp://urj.uin-malang.ac.id/index.php/mij/article/download/4825/1876>
- Septianingrum, P. A., & Purwanto, A. (2025). Sukoharjo, Warehouse of Herbal Plants with Stunning Ethnobotanical Wealth: Exploration, Utilization, and Preservation of Local Knowledge. *Jurnal Biologi Tropis*, 25(2), 2218–2226. <https://doi.org/10.29303/jbt.v25i2.9223>
- Setyawati, H., Seran, A. A., Amarullah, A., & ... (2022). Pengolahan Toga dari Temulawak (*Curcuma xanthorrhiza* Robx), Jahe (*Zingiber officinale*), dan Jahe Merah (*Zingiber officinale* Var Rubrum) Menjadi Minuman Instan *Prosiding Seminar Nasional Abdimas Ma Chung*, 223–229. <https://ocs.machung.ac.id/index.php/senam/article/view/351%0Ahttps://ocs.machung.ac.id/index.php/senam/article/download/351/200>
- Sosial, D., Masyarakat, J. P., & Volume, T. K. (2024). *Asmantoga Pemanfaatan*

Lahan Asmantoga Land Use Daffa
Adzriel. 1, 26–31.

Sutrisno, D., Sulasama, E. F., & Maila, A.
(2022). Pemanfaatan Beras Kencur dan
Daun Kelor sebagai Obat Tradisional
Melalui Kegiatan KKN di RT 05 Desa
Mudung Darat Kabupaten Muaro
Jambi. *Jurnal Abdi Masyarakat*
Indonesia, 2(1), 199–204.
<https://doi.org/10.54082/jamsi.206>

Widodo, R. Y., & Pramono, S. (2023).
Implementasi Permenkes Nomor 9
Tahun 2016 Tentang Upaya
Pengembangan Kesehatan Tradisional
Melalui Asuhan Mandiri Pemanfaatan
Taman Obat Keluarga Dan
Keterampilan Di Puskesmas Plandaan
Jombang. *SMIA - Edisi Khusus Tema*
Pemberdayaan Masyarakat, 9, 397–
408.

Wirawati, C. U., Rina, O., Nirmagustina, D.
E., Verdini, L., & Kurnia Khoerunnisa, T.
(2024). Standarisasi Proses
Pengolahan Sari Buah Mengkudu Dan
Aplikasi Teknologi Activated Carbon
Adsorbsion Di Smk Nurul Huda
Kabupaten Pringsewu. *Jurnal*
Pengabdian Nasional, 5(1), 1–8.
<https://doi.org/10.25181/jpn.v5i1.3514>

