

# **Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA)**

## **Di Desa Aek Bargot**

**Resti Rianita, Januardi Rosyidi Lubis, Haryansyah Saputra  
Daulay, Siti Jahria Harahap, Hari Darmawan Hasayangan**  
Program Studi Peternakan dan Institut Teknologi dan Sains Padang  
Lawas Utara  
Email: resti.rianita@gmail.com, januardirl@gmail.com

### **Abstract**

Living pharmacy is the use of land for planting medicinal plants that can be used for daily needs. This Living Pharmacy is usually known in the community as the Family Medicinal Plant (TOGA). The tropical climate in Indonesia is very suitable for farming. Therefore it is important to take advantage of vacant land in making a living pharmacy. The purpose of making a living pharmacy is to provide knowledge regarding how to grow and use herbal plants in maintaining and improving health. The method used is the demonstration method which consists of the preparation stage then the implementation stage of making a living pharmacy. The results of making a living pharmacy in Aek Bargot Village can increase people's knowledge regarding which plants can be used as herbal medicine and how to grow them. So that the surrounding community can make herbal concoctions or herbs to improve health from the results of making living pharmacies.

**Keyword:** *Herbal Medicine, Family Medicinal Plants, healthy, living pharmacy..*

### **Abstrak**

*Apotek hidup adalah penggunaan lahan untuk ditanami tumbuhan yang berkhasiat obat yang dapat digunakan untuk keperluan sehari hari. Apotek Hidup ini dikenal masyarakat sebagai Tanaman Obat Keluarga (TOGA). Iklim tropis di Indonesia sangat sesuai untuk bercocok tanam. Oleh karena itu penting untuk memanfaatkan lahan kosong dalam pembuatan apotek hidup. Tujuan pembuatan apotek hidup untuk memberi pengetahuan terkait cara penanaman dan pemanfaatan tanaman herbal dalam menjaga dan meningkatkan kesehatan. Metode yang digunakan adalah metode demostrasi yang terdiri dari tahap persiapan kemudian tahap pelaksanaan pembuatan apotek hidup. Hasil dari pembuatan apotek hidup di Desa Aek Bargot dapat menambah pengetahuan masyarakat terkait tumbuhan apa saja yang dapat digunakan sebagai pengobatan herbal dan cara penanamannya. Dampaknya, masyarakat sekitar dapat membuat ramuan herbal atau jamu untuk meningkatkan kesehatan dari hasil pembuatan apotek hidup.*

**Kata kunci:** *obat herbal, tanaman obat keluarga, kesehatan, apotik hidup..*

## 1. PENDAHULUAN

Indonesia ialah salah satu negeri agraris dengan kebanyakan penduduk bermata pencaharian selaku petani dengan aktivitas bercocok tanam. Sebagai negara agraris, Indonesia mempunyai bermacam-macam sumber energi baik di daratan ataupun di perairan. Manfaat obat sudah lama dikenal secara turun menurun saat sebelum para ilmuwan menemukan bermacam obat-obatan dengan bahan kimia.

Dari sekian flora asli yang tersedia, terdapat 6000 tanaman obat yang tersebar di berbagai daerah di tanah air. Sebanyak 70% obat sintetik di pasaran berasal dari tanaman obat-obatan konvensional. Guna mempertahankan kualitas obat yang baik maka bahan tanaman obat yang sehat, sangatlah penting. Tanaman obat sendiri demikian populer, permintaan pasar global cukup besar. Banyak negara ASEAN merespon positif permintaan ini. Brunei Darusalam contohnya, merancang sistem pertanian yang cerdas dan cocok untuk membudidayakan tanaman obat secara khusus, seperti penggunaan pupuk organik dan sensor elektronik untuk memantau energi matahari dan khasiat tanah yang sehat (Abdul, 2023).

Di sisi lain, pasokan tanaman berbasis produk dalam industri kesehatan di Indonesia belum mencukupi karena rendahnya kualitas tanaman akibat kerusakan hama dan terkena bibit penyakit. Menariknya, bahwa budidaya tumbuhan obat di Indonesia mempunyai manfaat yang sangat baik dikembangkan. Budidaya tumbuhan obat di wilayah desa mempunyai tingkatan keberhasilan yang cukup besar (Qawiy et al., 2023).

Wilayah perdesaan secara topografi mempunyai lahan terbuka yang sangat baik dibanding wilayah perkotaan. Namun sisi lain, kondisi alam saat ini semakin hari, semakin memprihatinkan. Hal ini dipicu oleh sikap manusia yang kurang peduli pada

lingkungannya, salah satu contohnya ialah tindakan eksplorasi terhadap alam yang berlebihan tanpa memperhatikan energi dukung area serta fungsi ekologinya. Daerah sekitar yang berbentuk benda-benda hidup semacam hewan dan tumbuh tumbuhan maupun berbentuk benda-benda mati yang wajib dilindungi kelestariannya. Penyebab kerusakan hidup adalah tidak memiliki karakter rasa peduli dan tanggung jawab yang baik (Santika, et al., 2022)

Apotek hidup adalah memanfaatkan sebagian tanah untuk ditanami tanaman obat-obatan untuk keperluan sehari-hari. Apotek hidup merupakan istilah penggunaan lahan yang ditanami tumbuhan yang berkhasiat untuk obat secara tradisional (Andrey et al., 2020). *World Health Organization (WHO)* telah merekomendasikan penggunaan obat tradisional termasuk obat herbal dalam pemeliharaan kesehatan masyarakat, pencegahan dan pengobatan penyakit, terutama untuk penyakit kronis, penyakit degeneratif dan kanker (Harbie, 2015). Apotek hidup dapat diolah menjadi obat herbal yang memiliki banyak manfaat dan khasiat (Istyaurriyadahah, 2020) Apotek hidup dapat meningkatkan pemanfaatan untuk tanaman obat (Jannah & Prismawati, 2020) Keberadaan apotek hidup menjadikan rumah lebih asri, sehat dan cantik (Thoybatunnisa & Risnain, 2022). Apotek hidup memiliki dampak psikologis bagi orang yang mengalami sakit agar lebih cepat sembuh. Menurut Aseptianova dalam Rahmawati (Istyaturriyadahah, 2020), semua jenis tanaman obat memang mengandung senyawa kimia alami, yang memiliki efek farmakologis dan aktivitas penting sampai berpotensi sebagai agen anti penyakit degeneratif". Itulah sebabnya sebagian orang lebih senang mengkonsumsi obat-obat tradisional daripada mengkonsumsi obat dokter.

Tanaman apotek hidup dapat dengan mudah dibudidayakan sebagai alternatif penyembuhan bagi manusia

yang dalam keadaan sakit dengan takaran tertentu. Suraida & Solichin (2020) mengungkapkan terdapat tiga obat asli Indonesia yaitu jamu (ramuan tradisional yang belum teruji secara klinis), obat herbal (obat herbal yang sudah teruji tahap praklinis), dan fitofarmaka (obat yang sudah teruji secara praklinis maupun klinis). Tidak semua jenis tanaman bisa dijadikan tanaman obat. Syarat tanaman bisa dijadikan tanaman obat adalah tanaman harus memiliki fungsi organ tubuh, dapat menghilangkan penyakit serta menjaga sistem kekebalan tubuh.

Apotek hidup mempunyai berbagai manfaat, antara lain: (1) Aman bagi kesehatan karena menggunakan tanaman yang alami, (2) Lebih menghemat biaya hidup karena tanaman yang digunakan dapat dipakai untuk membuat obat atau digunakan pada berbagai produk sehari-hari dengan cara yang mudah.

Sekolah adalah sebuah lembaga pendidikan yang memegang peranan penting untuk mencerdaskan masyarakat. Sebagai upaya untuk mendukung pendidikan di sekolah, kita perlu memperhatikan kesehatan siswa dalam mendukung proses belajar mengajar secara optimal. Oleh karena itu, budidaya apotek hidup yang paling efektif dapat diajarkan di sekolah yang bertujuan untuk mendukung perbaikan kesehatan masyarakat khususnya di lingkungan sekolah (Haryati et al., 2023).

Sosialisasi tentang pentingnya optimalisasi halaman rumah sebagai apotek hidup dapat memicu minat masyarakat untuk menanam tanaman apotek hidup pada halaman rumah, meningkatkan pengetahuan masyarakat akan pemanfaatan lahan pekarangan rumah untuk penanaman tumbuhan apotek hidup, serta memberikan pengetahuan masyarakat tentang tanaman yang dapat digunakan untuk obat sebagai apotek hidup.

Salah satu desa yang memiliki potensi tanaman obat adalah desa Aek

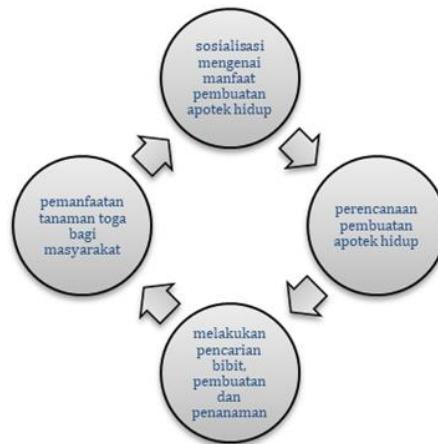
Bargot, Kecamatan Padang Bolak Julu, Kabupaten Padang Lawas Utara. Desa ini dipilih sebagai mitra pengabdian masyarakat mengingat potensi pertanian tanaman obat cukup baik dikembangkan. Lahan yang subur, terbentang luas adalah potensi yang dapat dimanfaatkan baik oleh warganya selain untuk berladang. Warga masyarakat pun cukup berminat untuk mengembangkan tanaman obat sebagai pengisi waktu luang mereka. Di sisi lain, belum banyak warga yang memahami manfaat apotek hidup untuk menunjang kesehatan masyarakat.

Berdasarkan uraian tersebut maka dilakukan pengabdian masyarakat di wilayah desa Aek Bargot, Kecamatan Padang Bolak Julu, Kabupaten Padang Lawas Utara.

## 2. METODE PENGABDIAN

Kegiatan Pengabdian ini mulai dilaksanakan pada 21 Februari 2023 hingga 18 Maret 2023 selama 26 hari. Bertempat di Desa Aek Bargot, Kecamatan Padang Bolak Julu. Pengabdian ini dilakukan oleh mahasiswa Institut Teknologi Dan Sains Padang Lawas Utara. Metode pengabdian yang digunakan yaitu dengan melakukan studi kasus dan partisipatif. Tahapan kegiatan dimulai dengan melakukan sosialisasi terlebih dahulu kepada masyarakat Desa Aek Bargot dan dilanjutkan dengan tahap pembuatan apotek hidup.

Gambar 1. metode pengabdian yang diterapkan.



### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pembuatan apotek hidup menyadarkan masyarakat setempat dalam pengelolaan lahan kosong menjadi sesuatu yang lebih bermanfaat dan pentingnya tanaman herbal bagi kesehatan. Pada sosialisasi dan pelatihan budidaya tanaman apotek hidup ini dilaksanakan di Desa Aek Bargot. Metode penanaman yang simpel dan dapat diperaktekan di pekarangan rumah, membuat warga tertarik buat membudidayakan tumbuhan herbal tersebut. Dengan demikian, yang semula berstatus lahan tidur, pekarangan rumah selanjutnya dapat dimanfaat sebaik mungkin sebagai fasilitas persediaan obat keluarga. Apotek hidup ini jadi langkah dini bagi warga melakukan diversifikasi variasi tumbuhan herbal yang lebih banyak lagi, semacam kunyit, daun kelor, jahe merah, bawang putih, serta lain sebagainya.

Langkah awal program pengabdian, tim melakukan koordinasi terlebih dahulu dengan pihak desa yakni Kepala Desa Aek Bargot dan melakukan sosialisasi tentang pemanfaatan lahan pekarangan untuk dijadikan lahan sebagai penanaman tanaman obat keluarga (TOGA). Pihak desa memberikan izin untuk menggunakan lahan kosong di ujung jalan desa yang lebih tepatnya lahan kosong pekarangan warga yang ditumbuhinya rumput dan tumbuhan liar sebagai lokasi pembuatan apotek hidup. Selanjutnya dilakukan survei lokasi pembuatan apotek hidup sekaligus membersihkan lahan tersebut.

Melalui program kegiatan pembuatan apotek hidup ini harapannya dapat membantu masyarakat dalam mengetahui dan mengatasi masalahnya sendiri, sehingga akan terbentuk kesadaran sendiri dalam menerapkan dan menjaga kesehatan. Kegiatan ini adalah untuk memberi pengetahuan mengenai manfaat tanaman obat tradisional sebagai alternatif pengobatan dan langkah antisipatif dalam menjaga dan merawat kesehatan

secara alami.

Tanaman apotek hidup atau tumbuhan obat merupakan semua bagian tumbuhan berupa batang serta akar baik itu tanaman budidaya maupun non budidaya yang berkhasiat sebagai obat yang dapat digunakan sebagai bahan mentah pembuatan obat modern dan tradisional (Thoybatunnisa & Risnanin, 2022). Berikut beberapa tanaman-tanaman yang dapat digunakan untuk pengobatan dan dapat ditanam pada apotek hidup. Ragam dan khasiatnya disampaikan oleh tim pengabdi kepada mitra sasaran.

Tabel 1. Jenis Tanaman dan manfaat

No	Jenis Tanaman	Manfaat
1.	Jahe	Sebagai penguat tubuh (imun), obat mual, menurunkan berat badan, mengatasi osteoarthritis, menurunkan gula darah, mengobati gangguan pencernaan, mengurangi kadar kolesterol, mengurangi nyeri haid
2	Kunyit	Mengurangi nyeri haid, mencegah penyakit jantung, meredakan rasa gatal pada kulit, mengurangi nyeri pada penderita osteoarthritis, mengatasi gangguan saluran pencernaan, mencegah kanker, mengurangi depresi, mengatasi masalah kulit, sakit maag.
3	Serai	Mencegah penyakit

		kanker, mengobati gangguan pencernaan, menurunkan tekanan darah, gangguan sistem saraf.
4	Lengkuas	Mencegah dan mengobati tumor, menyembuhkan penyakit limfa, penyakit reumatik, mencegah radang.
5	Sirih	Menghentikan pendarahan, sakit gigi, obat batuk, tekanan darah tinggi, diare, menurunkan berat badan, keputihan dan menghilangkan bau badan
6	Lidah buaya	Tanaman penyubur rambut dan dapat juga meredakan batuk.
7	Kumis kucing	Meredakan sakit pinggang



Gambar 2. Pembersihan lahan



Gambar 3. Pembuatan pagar apotek hidup



Gambar 4. Pembuatan Bedengan



Gambar 5. Penanaman bibit tanaman obat



Gambar 6. Pembuatan tanda pengenal



Gambar 7. Apotek hidup yang dikembangkan warga.

#### 4. PENUTUP

Program apotek hidup amat berguna untuk warga Desa Aek Bargot. Dengan program pengabdian ini maka warga semakin tergerak, termotivasi membudidayakan tumbuhan obat keluarga (apotek hidup). Artinya warga desa tertarik melestarikan kearifan lokal yang dimiliki Indonesia.

Dengan melestarikan pembudidayaan tanaman obat ini, mampu membuat pekarangan rumah masyarakat lebih berguna. Dampak ekonomi lain, warga

berhemat dalam beaya kesehatan, menjaga kesehatan secara manidiri dan menjauhi dampak jangka panjang pengkonsumsian obat-obatan kimia. Melalui program pengabdian ini, warga Desa Aek Bargot memperoleh pengetahuan membudidayakan tanaman obat melalui apotek hidup yang mempunyai banyak sekali khasiat.

Sebagai sumber obat tradisional yang menunjang kesehatan warga, penyuluhan khasiat apotek hidup, perlu terus dilakukan. Mengingat nilai positif program pengabdian ini maka tim mengusulkan agar budidaya tumbuhan obat secara terus-menerus dijalankan agar berkesinambungan dan khasiatnya dapat dirasakan maksimal oleh warga.

#### 5. DAFTAR PUSTAKA

Abdul Qawiy Abdul Razak.Dina Shona Laila. Ang Swee Peng, Seno Adi Putra, 2023, Smart farming system for a living pharmacy: Exploring Brunei medicinal flora *AIP Conference Proceedings* 2643, 040012 (2023)  
<https://pubs.aip.org/aip/acp/article/abstract/2643/1/040012/2872804/Smartfarming-system-for-a-livingpharmacy?redirectedFrom=fulltext>  
<https://doi.org/10.1063/5.0111733>

Abdul H.A., Andry et.al. 2020. Apotek Hidup Sebagai Upaya Peningkatan Kesehatan Masyarakat Dalam Mencegah Penyebaran Covid-19. *Jurnal Pembelajaran Pemberdayaan Masyarakat*, 1(4), 286-293.  
<http://dx.doi.org/10.33474/jp2m.v1i4.8762>

Haryati, Putra T., Fadli M., Purba A., Riskyka (2023). Sosialisasi Manfaat Dan Pembuatan Apotek Hidup Dan Optimalisasi Karakter Tanggung Jawab Siswa, *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4 (1),15-20,

[https://jurnal.stkipalmaksum.ac.id/  
index.php/jpkm](https://jurnal.stkipalmaksum.ac.id/index.php/jpkm)

Harbie, T. 2015. Kitab Tanaman Berkhasiat Obat 226 Tumbuhan Obat untuk Penyembuhan Penyakit dan Kebugaran Tubuh. Yogyakarta: Octopus.Heeren, H. J. 1979. Transmirasi di Indonesia. Jakarta: Gramedia.

Isyaturriyadhah, Asminar. 2020. Diversifikasi Tanaman Apotek Hidup Dan Taman Mini Di Desa Wanareja Kecamatan Rimbo Ulu Kabupaten Tebo. *Jurnal Pengabdian KITA*,3(1).  
<https://ojs.umb-bungo.ac.id/index.php/PKITA/article/view/376/439>

Jannah, H., &Primawati, S. N. (2020). Identifikasi Tanaman Obat Untuk Menunjang Kesehatan Anak Usia Dini.Bioscientist: Jurnal Ilmiah Biologi, 8(1), 32–38.  
<https://doi.org/10.33394/bjib.v8i1.2687>

Suraida S, Susanti T, Muhamad Sholichin T, 2020, Pengetahuan Tumbuhan Obat oleh Suku Bali dan Jawa di Desa Simpang Bayat Sumatera Selatan. JIVALOKA.

Santik, I. G. N., Suastra, I. W., &Arnyana, I. B. P (2022). Membentuk Karakter Peduli Lingkungan Pada Siswa Sekolah Dasar Melalui Pembelajaran Ipa. *Jurnal Education and Development*, 10 (1), 207-212.

Thoybatunnisa, Ega. & Risnanin, M. 2022. Pembuatan Apotek Hidup Sebagai Upaya Peningkatan Kesehatan Masyarakat di Desa Lembar Selatan. Jurnal pengabdian Magister Pendidikan IPA. 5(4)  
<https://doi.org/10.29303/jpmi.v5i4.2238>