

SOSIALISASI PEMANFAATAN TANAMAN OBAT KELUARGA (TOGA) UNTUK PENGOBATAN HIPERTENSI DI DESA KALISORO, TAWANGMANGU

Jihan Nabila Riandita¹, Nabila Luthfi Afifah², Andini Dwi Yuliyanti³, Sindi Wahyu Yuliana⁴, Fadilah Qonitah⁵

^{1,2,3,4,5} Program Studi Farmasi, Fakultas Sains, Teknologi dan Kesehatan,
Universitas Sahid Surakarta

E-mail: jihannabilard@gmail.com

Abstract

Hypertension is a disease with an increasing prevalence and the risk of serious complications. Handling not only relies on pharmacological drugs, but also non-pharmacological therapy such as the use of traditional medicinal plants. Plants such as celery, bay leaves, and starfruit contain active antihypertensive compounds that effectively reduce blood pressure. Socialization that combines lectures, infusa making demonstrations, and discussions has proven to have succeeded in increasing participants' knowledge by 35.71%, with an average score of an increase from 70 to 95. The practice approach during the socialization makes it easy for participants to apply the knowledge gained at home, so that education becomes more effective. In addition to health benefits, the use of family medicinal plants (Toga) also has a positive social and economic impact. This independent cultivation of medicinal plants helps reduce dependence on chemical drugs and increase community independence in maintaining health. Thus, the development of traditional medicinal plant -based therapy is an important solution in handling comprehensive hypertension.

Keywords: Hypertension, TOGA

Abstrak

Hipertensi adalah penyakit dengan prevalensi yang terus meningkat dan risiko komplikasi serius. Penanganannya tidak hanya mengandalkan obat farmakologis, tetapi juga terapi non-farmakologis seperti pemanfaatan tanaman obat tradisional. Tanaman seperti seledri, daun salam, dan belimbing wuluh mengandung senyawa aktif antihipertensi yang efektif menurunkan tekanan darah. Sosialisasi yang menggabungkan ceramah, demonstrasi pembuatan infusa, dan diskusi terbukti berhasil meningkatkan pengetahuan peserta sebesar 35,71%, dengan skor rata-rata meningkat dari 70 menjadi 95. Pendekatan praktik selama sosialisasi memudahkan peserta untuk mengaplikasikan ilmu yang didapat di rumah, sehingga edukasi menjadi lebih efektif. Selain manfaat kesehatan, pemanfaatan tanaman obat keluarga (TOGA) juga memberikan dampak sosial dan ekonomi positif. Budidaya mandiri tanaman obat ini membantu mengurangi ketergantungan pada obat kimia dan meningkatkan kemandirian masyarakat dalam menjaga kesehatan. Dengan demikian, pengembangan terapi berbasis tanaman obat tradisional menjadi solusi yang penting dalam penanganan hipertensi secara menyeluruh.

Kata Kunci: Hipertensi; TOGA

Submitted: 2025-09-06	Revised: 2025-09-18	Accepted: 2025-09-26
-----------------------	---------------------	----------------------

Pendahuluan

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang prevalensinya terus meningkat secara global maupun di Indonesia. Penyakit ini menjadi faktor risiko utama terjadinya komplikasi serius seperti penyakit jantung dan stroke yang menyebabkan tingginya angka kematian dan beban kesehatan masyarakat. Penanganan hipertensi tidak hanya mengandalkan terapi farmakologis, tetapi juga terapi non-farmakologis yang melibatkan modifikasi gaya hidup dan pemanfaatan tanaman obat tradisional sebagai alternatif pengobatan yang lebih aman dan terjangkau (Gayatri & Arsal, 2022) (Widhawati et al., 2024).

Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) sebagai obat tradisional telah menjadi bagian penting dalam pelayanan kesehatan dasar, terutama di masyarakat pedesaan yang memiliki

kekayaan keanekaragaman hayati dan pengetahuan etnomedis yang tinggi. Beberapa tanaman obat seperti Seledri (*Apium graveolens*), Daun Salam (*Syzygium polyanthum*), dan Belimbing wuluh telah terbukti mengandung senyawa aktif seperti flavonoid, fenol, dan eugenol yang berperan sebagai antioksidan dan antihipertensi dapat menurunkan tekanan darah (Sanrang, B., et al., 2024).

Penelitian di berbagai daerah menunjukkan bahwa masyarakat masih mengandalkan tanaman obat sebagai pengobatan alternatif untuk hipertensi, namun pengetahuan dan pemanfaatannya belum optimal. Sosialisasi dan edukasi mengenai cara penggunaan, manfaat, dan penanaman TOGA sangat diperlukan untuk meningkatkan kesadaran dan kemandirian masyarakat dalam pengelolaan hipertensi secara berkelanjutan (Gayatri & Arsal, 2022). Program sosialisasi yang melibatkan penyuluhan dan praktik langsung dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat dalam menggunakan TOGA sebagai bagian dari pengobatan hipertensi (Widyaningrum et al., 2024).

Selain manfaat kesehatan, pemanfaatan TOGA juga mendukung aspek ekonomi dan keberlanjutan lingkungan karena tanaman obat dapat dibudidayakan secara mandiri di pekarangan rumah, sehingga mengurangi ketergantungan pada obat kimia yang seringkali mahal dan memiliki efek samping. Dengan demikian, pengembangan TOGA sebagai terapi non-farmakologis memberikan solusi holistik yang meliputi aspek kesehatan, sosial, dan ekonomi masyarakat desa (Gayatri & Arsal, 2022).

Selain manfaat kesehatan, pemanfaatan TOGA juga mendukung aspek ekonomi dan keberlanjutan lingkungan karena tanaman obat dapat dibudidayakan secara mandiri di pekarangan rumah, sehingga mengurangi ketergantungan pada obat kimia yang seringkali mahal dan memiliki efek samping. Dengan demikian, pengembangan TOGA sebagai terapi non-farmakologis memberikan solusi holistik yang meliputi aspek kesehatan, sosial, dan ekonomi masyarakat desa (Lasmi & Putra, 2025). Oleh karena itu, kegiatan sosialisasi pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga untuk pengobatan hipertensi di Desa Kalisoro sangat relevan dan strategis untuk mendukung upaya pencegahan dan pengendalian hipertensi secara berkelanjutan dengan pendekatan yang mudah diterapkan dan meningkatkan kemandirian masyarakat dalam menjaga kesehatan keluarga.

Metode

Pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan pada hari Kamis, 10 April 2025 di Desa Kalisoro, Tawangmangu. Sasaran pengabdian ini adalah warga masyarakat Desa Kalisoro yang memiliki potensi atau sudah mengalami hipertensi serta anggota keluarga yang peduli dengan kesehatan. Kegiatan ini bertujuan memberikan informasi dan edukasi mengenai pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) sebagai alternatif pengobatan hipertensi.

Pelaksana kegiatan ini adalah dosen dan mahasiswa Program Studi Farmasi Universitas Sahid Surakarta. Pelaksanaan pengabdian masyarakat dilakukan di Balai Pertemuan Desa Kalisoro pada pukul 10.00 – 12.00 WIB. Adapun peserta yang mengikuti kegiatan ini berjumlah 20 orang. Metode sosialisasi meliputi ceramah untuk menyampaikan materi dasar tentang hipertensi dan manfaat TOGA, presentasi visual menggunakan media slide untuk memperjelas informasi, serta diskusi interaktif agar peserta dapat bertanya dan berbagi pengalaman. Selanjutnya dilakukan demonstrasi pembuatan minuman infusa dari tanaman obat yang mudah dibuat dan dapat dikonsumsi sebagai terapi pendukung pengobatan hipertensi.

Evaluasi keberhasilan sosialisasi dilakukan dengan menggunakan kuesioner pre-test dan post-test. Kuesioner pre-test diberikan sebelum materi disampaikan untuk mengukur pemahaman awal peserta mengenai hipertensi dan pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA). Setelah kegiatan sosialisasi dan demonstrasi pembuatan infusa tanaman obat selesai, peserta mengisi kuesioner post test yang berisi pertanyaan sama atau sejenis untuk mengetahui peningkatan pengetahuan mereka. Metode ini memungkinkan pengukuran efektivitas sosialisasi dengan membandingkan

hasil pre-test dan post-test secara kuantitatif. Peningkatan skor post-test menunjukkan keberhasilan penyampaian materi dan pemahaman peserta. Selain itu, sesi tanya jawab juga digunakan untuk memperdalam pemahaman dan menjawab pertanyaan peserta secara langsung.

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan sosialisasi pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) sebagai pengobatan hipertensi dilaksanakan pada hari Kamis, 10 April 2025, mulai pukul 10.00 WIB hingga selesai, bertempat di Desa Kalisoro, Tawangmangu. Acara ini diikuti oleh 20 peserta yang terdiri dari warga setempat dan mahasiswa Universitas Sahid Surakarta. Sebelum materi disampaikan, peserta mengisi pre-test untuk mengetahui pengetahuan awal mengenai hipertensi dan tanaman obat. Materi yang diberikan berisi informasi dan edukasi tentang penggunaan TOGA sebagai alternatif pengobatan hipertensi. Penyampaian materi berlangsung selama 30 menit, kemudian dilanjutkan dengan sesi diskusi. Dalam sesi ini, juga dilakukan demonstrasi cara membuat minuman infusa dari tanaman obat yang mudah dibuat dan dapat digunakan sebagai terapi pendukung untuk hipertensi, serta sesi tanya jawab. Setelah sesi diskusi dan tanya jawab, peserta mengikuti post-test untuk mengevaluasi peningkatan pengetahuan setelah pelatihan.

Hasil yang diperoleh dari pelaksanaan kegiatan pengabdian ini adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Kegiatan sosialisasi pemanfaatan tanaman obat keluarga (TOGA)

Waktu (menit)	Kegiatan	Deskripsi	Peran Narasumber	Peran Peserta
10	Pembukaan	Menyampaikan salam, tujuan kegiatan	Menyampaikan tujuan	Mendengarkan dan menyimak
15	Pre-Test	Mengukur pengetahuan awal peserta terkait hipertensi dan tanaman obat	Menyediakan dan menjelaskan soal pre-test	Mengisi kuisisioner pre-test
60	Sosialisasi dan Edukasi	Pengenalan TOGA (Tanaman obat keluarga), penyakit hipertensi, dan pemanfaatan TOGA untuk pengobatan hipertensi	Menjelaskan materi	Mengikuti penjelasan, mencatat
15	Demonstrasi	Praktik langsung pembuatan minuman infusa menggunakan tanaman obat yang mudah ditemukan dan diolah untuk pengobatan hipertensi.	Menjelaskan dan memperagakan cara pembuatan minuman infusa serta memberikan penjelasan dan jawaban atas pertanyaan peserta.	Mengamati, mencatat, dan aktif bertanya
15	Diskusi dan Tanya Jawab	Sesi interaktif untuk menjawab pertanyaan peserta dan mendiskusikan terkait materi	Memfasilitasi diskusi	Bertanya dan berbagi pengalaman
15	Post-Test	Mengukur peningkatan pengetahuan peserta setelah edukasi dan pelatihan	Menyediakan dan menjelaskan soal post-test	Mengisi kuisisioner post-test
10	Evaluasi dan Penutup	Menyimpulkan materi, memberikan evaluasi singkat dan memberikan arahan tindak lanjut	Menyampaikan rangkuman dan evaluasi	Memberikan feedback dan mengisi evaluasi

Tabel 2. Hasil *pre-test* dan *post-test* responden

Nama	Nilai	
	<i>Pre-test</i>	<i>Post-test</i>
Agustina Dwi R	80	100
Sheryn Najwa	60	100
Novita Ahmad	80	80
Surami	80	100
Kamelia Fardan	60	80
Nurul Fatihah	60	100
Giman	40	100
M. Nur Rasyd	80	100
Ummu Zukhrufal Q.Z	60	100
Sahriah	60	80
Bagas Stiawan R.J	80	100
Dina Monika	80	100
Januarita Sara Mejefat	80	80
Dewa Aji Baskoro	40	80
Irja Anisa Pora	80	100
Jelita Febriana	60	100
Ninik Darwanti	80	100
Fitri Haryanti	80	100
Tri Puji Astuti	80	100
Suparmi	80	100
Rata-rata	70	95
Margin kenaikan		25
Persentase kenaikan nilai (%)		35,71



Gambar Foto kegiatan

Kegiatan sosialisasi pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) sebagai terapi pengobatan hipertensi di Desa Kalisoro, Tawangmangu, telah menunjukkan hasil yang positif dalam meningkatkan pengetahuan peserta. Pelaksanaan sosialisasi yang melibatkan ceramah, demonstrasi pembuatan infusa, serta sesi diskusi memungkinkan peserta untuk memahami secara komprehensif manfaat TOGA sebagai alternatif pengobatan hipertensi. Kegiatan edukasi dan pelatihan langsung merupakan metode efektif untuk meningkatkan pemahaman masyarakat tentang pemanfaatan tanaman obat tradisional (Gayatri & Aarsal, 2022).

Penggunaan tanaman obat sebagai terapi pendukung hipertensi memiliki dasar ilmiah yang kuat karena beberapa tanaman seperti seledri, daun salam, dan belimbing wuluh mengandung

senyawa aktif yang berfungsi sebagai antihipertensi, antioksidan, dan antiinflamasi. Demonstrasi pembuatan minuman infusa yang dilakukan dalam kegiatan ini memberikan pengalaman praktis kepada peserta sehingga mereka dapat mengaplikasikan secara langsung pengetahuan yang diperoleh di lingkungan rumah masing-masing. Pendekatan praktik ini terbukti meningkatkan tingkat keberhasilan sosialisasi karena peserta tidak hanya mendapatkan teori, tetapi juga belajar bagaimana mengolah tanaman obat menjadi produk yang dapat dikonsumsi.

Evaluasi menggunakan pre-test dan post-test menunjukkan adanya peningkatan skor pengetahuan, hasil analisis menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan peserta sebesar 35,71%, yang ditunjukkan dengan kenaikan skor rata-rata dari 70 pada *pre-test* menjadi 95 pada *post-test*. menandakan efektivitas metode pembelajaran yang diterapkan dalam kegiatan ini. Peningkatan ini mencerminkan pemahaman yang lebih baik tentang hipertensi dan pemanfaatan TOGA sebagai terapi non-farmakologis. Pengukuran peningkatan pengetahuan secara kuantitatif dengan metode seperti ini merupakan langkah penting untuk menilai keberhasilan intervensi edukasi kesehatan di masyarakat.

Selain manfaat kesehatan, pemanfaatan TOGA juga memberikan kontribusi positif terhadap aspek sosial dan ekonomi masyarakat. Budidaya tanaman obat secara mandiri di pekarangan rumah dapat mengurangi ketergantungan pada obat kimia yang mahal dan berisiko efek samping, sekaligus memberdayakan masyarakat secara ekonomi. Edukasi tentang tanaman obat tradisional tidak hanya meningkatkan kesehatan masyarakat tetapi juga meningkatkan kemandirian dan keberlanjutan lingkungan.

Secara keseluruhan, sosialisasi pemanfaatan TOGA untuk pengobatan hipertensi di Desa Kalisoro ini memberikan strategi yang sederhana, murah, dan ramah lingkungan untuk mengontrol hipertensi. Dukungan akademisi dan mahasiswa dalam pelaksanaan kegiatan ini juga memperkuat hubungan antara perguruan tinggi dan masyarakat, sekaligus membantu melestarikan kearifan lokal di bidang pengobatan tradisional. Keberlanjutan program sosialisasi seperti ini diharapkan mampu mengoptimalkan pengelolaan hipertensi secara komprehensif dan berkelanjutan di masa depan.

Kesimpulan

Sosialisasi pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) sebagai terapi hipertensi di Desa Kalisoro, Tawangmangu, terbukti efektif meningkatkan pengetahuan peserta sebanyak 35,71%, dengan kenaikan skor rata-rata pre-test dan post-test dari 70 menjadi 95. Metode edukasi yang menggabungkan ceramah, demonstrasi pembuatan infusa, dan diskusi memberikan pemahaman praktis dan komprehensif tentang manfaat tanaman obat sebagai alternatif pengobatan hipertensi. Selain memperkuat kesehatan masyarakat, program ini juga mendukung kemandirian ekonomi dan pelestarian kearifan lokal, sehingga menjadi strategi yang sederhana, murah, dan berkelanjutan dalam mengelola hipertensi.

Daftar Pustaka

- Gayatri, S. W., & Arsal, A. S. F. (2022). Pelatihan dan Pemanfaatan Tanaman Obat Tradisional untuk Pencegahan dan Penurunan Hipertensi di Desa Lanna, Kec. Parangloe, Kab. Gowa. *Jurnal Pengabdian Kedokteran Indonesia*, 3(2), 68–78. <https://doi.org/10.33096/jpki.v3i2.193>
- Lasmi, N. W., & Putra, K. W. S. (2025). Peningkatan Kesadaran dan Budidaya Tanaman Obat Keluarga sebagai Solusi Kesehatan Alami. *Kolaborasi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(2), 204–209. <https://doi.org/10.56359/kolaborasi.v5i2.492>
- Sanrang B, Faradiba, & Santi, I. (2024). Studi Etnofarmasi Tumbuhan Obat yang Berkhasiat sebagai Antihipertensi di Kelurahan Galung, Kecamatan Liliriaja, Kabupaten Soppeng. *Makassar Natural Product Journal*, 2(2), 153–163.

- Widhawati, R., Lubis, V. H., & Komalasari, O. (2024). Jurnal Peduli Masyarakat. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat (JPKM)* - *Aphelion*, 4, 171–178.
<https://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPM/article/view/2494>
- Widyaningrum, N. R., Hasanah, Y. I. F., Rahadja, R., & Noerlita, A. N. (2024). Edukasi Pemanfaatan Tanaman Obat Tradisional sebagai Alternatif Penyakit Degeneratif pada Prolanis di Desa Busukan, Rt 1 Rw 27 Mojosongo, Jebres, Surakarta. *Jurnal Pengabdian Komunitas*, 03(01), 1–6.