

PENGEMBANGAN TOGA SEBAGAI UPAYA MEWUJUDKAN KESEHATAN MANDIRI MASYARAKAT DESA SIDOMAKMUR

Puji Gusri Handayani^{1,*}, Wina Musriati², Indah Rahmadani³, Fitria Sagita⁴, Muhammad Fauzan Abrar⁵

Universitas Negeri Padang, Sumatra Barat, Indonesia.

*e-mail : pujigusrihandayani@gmail.com

Abstrak

Kearifan lokal seperti pemanfaatan tanaman obat keluarga (TOGA) dapat meningkatkan kemandirian kesehatan masyarakat, terutama di daerah pedesaan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menemukan jenis TOGA yang paling umum digunakan di Desa Sidomakmur dan melihat bagaimana TOGA berfungsi untuk mendukung kesehatan mandiri dan strategi pemberdayaan masyarakat. Untuk mendapatkan gambaran menyeluruh tentang pemanfaatan TOGA, dilakukan observasi langsung dan wawancara dengan kepala desa, kepala dusun dan beberapa orang warga di Desa Sidomakmur. Setelah itu, data dianalisis secara deskriptif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa berbagai jenis TOGA, seperti daun sirih, jahe, kunyit, dan temulawak, banyak digunakan sebagai pengobatan tradisional yang murah dan mudah diakses. TOGA juga meningkatkan kesadaran masyarakat tentang cara mencegah penyakit dan mengurangi ketergantungan obat kimia. Melalui pelatihan pengolahan herbal dan pembentukan kelompok tani, pengembangan TOGA juga membantu memperkuat ekonomi lokal. Hasilnya menunjukkan bahwa kesehatan, kemandirian, dan kesejahteraan masyarakat Desa Sidomakmur dapat ditingkatkan melalui pengelolaan TOGA yang terarah. Oleh karena itu, pengembangan program berbasis TOGA harus diperkuat sebagai bagian dari rencana pembangunan masyarakat pedesaan.

Kata kunci : Tanaman Obat Keluarga (TOGA); Kesehatan Mandiri; Desa Sidomakmur; Pengembangan Masyarakat.

Abstract

Local wisdom such as the utilization of family medicinal plants (TOGA) can improve community health self-reliance, especially in rural areas. The purpose of this study was to find the most commonly used types of TOGA in Sidomakmur Village and see how TOGA functions to support self-reliant health and community empowerment strategies. To get a comprehensive picture of TOGA utilization, direct observation and interviews with the village head, hamlet head and several residents in Sidomakmur Village were conducted. After that, the data was analyzed descriptively. The results showed that various types of TOGA, such as betel leaf, ginger, turmeric, and temulawak, are widely used as cheap and easily accessible traditional medicine. TOGA also increases community awareness about how to prevent disease and reduce dependence on chemical drugs. Through training in herbal processing and the formation of farmer groups, TOGA development also helps strengthen the local economy. The results show that the health, independence, and welfare of the Sidomakmur Village community can be improved through targeted TOGA management. Therefore, the development of TOGA-based programs should be strengthened as part of the rural community development plan.

Keywords: Family Medicinal Plants (TOGA); Self-reliant Health; Sidomakmur Village; Community Development.

1. PENDAHULUAN

Kesehatan adalah fondasi kualitas hidup manusia. Di masyarakat pedesaan, keterbatasan akses kesehatan formal mendorong pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga sebagai solusi berbasis kearifan lokal. Menurut Wiryowidagdo (1), Tanaman Obat Keluarga adalah tanaman budidaya yang digunakan sebagai obat tradisional untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan secara mandiri. Selain nilai ekonomis, Tanaman Obat Keluarga mencerminkan nilai budaya dan pengetahuan lokal yang diwariskan. Kementerian Kesehatan RI (2) menekankan bahwa Tanaman Obat Keluarga adalah strategi kesehatan tradisional komplementer untuk meningkatkan kemandirian masyarakat dalam menjaga kesehatan secara preventif, promotif, dan kuratif berbasis bahan alami. Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga juga memberdayakan masyarakat melalui partisipasi aktif dalam merawat dan memanfaatkan tanaman obat di sekitar rumah (Sudarsono) (3).

Sebagaimana dijelaskan oleh Wirasisya (4), Tanaman Obat Keluarga adalah tanaman berkhasiat yang ditanam di pekarangan atau ladang dan dikelola keluarga. Tanaman ini memenuhi kebutuhan keluarga akan obat-obatan tradisional untuk pertolongan pertama, seperti mengatasi demam dan batuk (5). Lebih lanjut, budidaya Tanaman Obat Keluarga bukan hanya menyediakan sumber obat tradisional yang mudah diakses, tetapi juga meningkatkan kemandirian masyarakat dalam menjaga kesehatan serta mengurangi ketergantungan pada obat kimiawi (6). Upaya peningkatan kesadaran masyarakat akan pentingnya tanaman

obat dilakukan melalui program sosialisasi dan penanaman Tanaman Obat Keluarga, termasuk edukasi mengenai manfaat tanaman obat, teknik budidaya yang tepat, dan pemanfaatannya untuk mengatasi masalah kesehatan ringan. Selain manfaatnya sebagai obat, Tanaman Obat Keluarga juga dapat menjadi penambah gizi keluarga, bumbu masakan, dan elemen estetika yang memperindah lingkungan (7).

Desa Sidomakmur, yang terletak di Kecamatan Sipora Utara, Kabupaten Kepulauan Mentawai, memiliki potensi besar dalam pengembangan Tanaman Obat Keluarga karena sebagian besar rumah memiliki lahan pekarangan yang luas. Hasil observasi awal menunjukkan bahwa beberapa ibu rumah tangga di desa ini telah mulai menanam Tanaman Obat Keluarga, meskipun jenis dan jumlah tanaman yang dibudidayakan masih terbatas. Selain itu, pemahaman mengenai khasiat Tanaman Obat Keluarga secara ilmiah di kalangan masyarakat juga masih perlu ditingkatkan.

Bertitik tolak dari latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji efektivitas pengembangan Tanaman Obat Keluarga sebagai strategi untuk mewujudkan kesehatan mandiri di masyarakat Desa Sidomakmur. Secara spesifik, penelitian ini akan mengidentifikasi potensi dan tantangan dalam implementasi Tanaman Obat Keluarga, serta memberikan rekomendasi untuk pengembangan Tanaman Obat Keluarga yang berkelanjutan. Untuk mencapai tujuan tersebut, akan dilakukan upaya sistematis berupa pembuatan taman Tanaman Obat Keluarga sebagai pusat pembelajaran, kegiatan penanaman Tanaman Obat Keluarga yang terorganisir, dan pelatihan mengenai khasiat Tanaman Obat Keluarga berdasarkan kajian ilmiah. Penanaman Tanaman Obat Keluarga akan dilakukan di tiga lokasi berbeda yang mewakili setiap dusun, sehingga masyarakat dapat mengakses tanaman obat dengan lebih mudah. Dengan demikian, diharapkan masyarakat yang telah memiliki pengetahuan tentang khasiat dan teknik pengolahan tanaman obat ini dapat membudidayakannya secara mandiri di pekarangan rumah masing-masing, memanfaatkannya secara optimal, dan mewujudkan prinsip kemandirian dalam pengobatan keluarga.

2. METODE

Artikel ini menggunakan pendekatan literatur review (tinjauan pustaka) sebagai metode utama dalam mengumpulkan, menganalisis dan mensintesis berbagai sumber ilmiah yang relevan. Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif, yang bertujuan untuk menggambarkan secara sistematis, faktual dan akurat mengenai fenomena pengembangan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) sebagai upaya mewujudkan kesehatan mandiri masyarakat di Desa Sidomakmur. Pendekatan kualitatif dipilih karena data yang dikumpulkan bersifat naratif dan tidak berbentuk angka, sedangkan jenis penelitiannya bersifat deskriptif karena fokus utamanya adalah memanfaatkan situasi dan kondisi lapangan terkait praktik TOGA serta persepsi masyarakat terhadap manfaatnya dalam menjaga kesehatan secara mandiri.

Data primer diperoleh melalui pengamatan langsung selama Kuliah Kerja Nyata (KKN) di Desa Sidomakmur pada 28 Juni - 28 Juli 2025, yang mencakup wawancara informal dengan 10 warga yang terdiri atas 6 ibu rumah tangga, 2 anggota PKK, dan 2 perangkat desa. Kegiatan sosialisasi dan wawancara dilaksanakan secara door to door ke rumah warga selama 1 hari penuh dan disertai dengan dokumentasi sebagai bukti pelaksanaan kegiatan. Data sekunder diperoleh dari berbagai sumber ilmiah, termasuk jurnal, buku, laporan pemerintah, dan dokumen resmi Kementerian Kesehatan Republik Indonesia yang relevan dengan topik TOGA dan kesehatan masyarakat. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi partisipatif, wawancara informal, serta studi literatur, sedangkan analisis data menggunakan metode deskriptif kualitatif melalui tahapan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan yang dibalodasi dengan triangulasi sumber.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengembangan Tanaman Obat Keluarga (TOGA), seperti tampak pada Gambar 1, Gambar 2 dan Gambar 3, terbukti efektif dalam meningkatkan kemandirian kesehatan masyarakat desa. Sebagai contoh, di Desa Rantau Langsung, pelaksanaan sosialisasi, pelatihan pengelolaan tanaman obat, penggunaan formularium ramuan tradisional, dan pendirian kebun TOGA percontohan seluas 4×4 meter berhasil meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat untuk mengenali, menanam, serta merawat tanaman obat secara mandiri. Kebun tersebut menjadi pusat pembelajaran sekaligus membuka peluang pemberdayaan ekonomi melalui produk olahan dan pemanfaatan limbah tanaman obat.

Selain aspek kesehatan dan ekonomi, studi lain menunjukkan bahwa pemanfaatan TOGA memang menjadi strategi penguatan ketahanan kesehatan berbasis keluarga, terutama di daerah dengan akses layanan kesehatan terbatas. Budaya menanam TOGA di pekarangan rumah tidak hanya memudahkan akses terhadap obat tradisional untuk penyakit ringan seperti batuk dan demam, tetapi juga menumbuhkan kesadaran masyarakat terhadap efektivitas dan keamanan obat alami. Hal ini menunjukkan bahwa TOGA bukan sekadar alternatif pengobatan, melainkan bagian dari strategi preventif dan promotif yang berakar pada kearifan local.



Gambar 1. Taman TOGA Dusun Sinabak



Gambar 2. Taman TOGA Dusun Baleleu



Gambar 3. Taman TOGA Dusun Makoddi ai

3.1. Potensi dan Ketersediaan TOGA di Lingkungan Masyarakat

Desa Sidomakmur memiliki potensi yang cukup besar dalam pengembangan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) karena keberagaman tanaman obat yang tumbuh di lingkungan sekitar dan telah digunakan secara turun-temurun. Berdasarkan hasil pengamatan selama pelaksanaan KKN, jenis-jenis TOGA yang sering dimanfaatkan masyarakat meliputi buah sikaduduk, daun seri, kencur, jahe, kunyit, temulawak, daun katarak, daun paracetamol, jahe merah, ailepet, sura, serai, dan daun sirih. Tanaman-tanaman tersebut umumnya dibudidayakan di pekarangan rumah atau kebun kecil di sekitar pemukiman.

Menurut Departemen Kesehatan RI (8), TOGA adalah tanaman hasil budidaya rumah tangga yang memiliki khasiat obat dan dapat digunakan untuk memenuhi kebutuhan keluarga dalam pengobatan ringan. Keberadaan TOGA di masyarakat pedesaan seperti Sidomakmur bukan hanya sekadar sumber bahan

obat alami, tetapi juga merupakan bagian dari warisan pengetahuan tradisional yang bernilai budaya. Wiryowidagdo (1) menegaskan bahwa penggunaan tanaman obat oleh masyarakat tidak terlepas dari pemahaman lokal mengenai khasiat tanaman tersebut, yang umumnya diperoleh dari pengalaman dan diwariskan secara lisan.

Setiap jenis tanaman TOGA yang ada di Desa Sidomakmur memiliki manfaat spesifik. Jahe, jahe merah, dan serai banyak digunakan sebagai bahan minuman herbal untuk menjaga stamina dan menghangatkan tubuh, terutama saat cuaca dingin. Kunyit dan temulawak dimanfaatkan sebagai penambah nafsu makan dan menjaga kesehatan pencernaan. Kencur sering diolah menjadi jamu tradisional untuk mengatasi masuk angin dan batuk. Daun sirih digunakan sebagai antiseptik alami untuk menjaga kesehatan mulut maupun mengobati luka ringan. Buah sikaduduk dan daun seri dipercaya dapat membantu mengatasi peradangan ringan, sedangkan daun katarak dan daun paracetamol digunakan secara tradisional untuk menurunkan panas tubuh. Sementara itu, tanaman seperti ailepet dan sura merupakan bagian dari pengetahuan lokal yang penggunaannya masih dijaga oleh masyarakat setempat.

Hasil pengamatan ini sejalan dengan pendapat Sudarsono (3) yang menyatakan bahwa keberadaan TOGA di lingkungan masyarakat tidak hanya memberikan manfaat kesehatan, tetapi juga dapat menjadi potensi ekonomi rumah tangga jika dikembangkan secara terencana, misalnya melalui pengolahan hasil TOGA menjadi produk herbal siap konsumsi. Keberagaman jenis tanaman TOGA di Desa Sidomakmur menunjukkan bahwa desa ini memiliki modal sumber daya alam yang cukup untuk mengembangkan kesehatan mandiri berbasis kearifan lokal.

Keberagaman jenis Tanaman Obat Keluarga (TOGA) di Desa Sidomakmur, seperti buah sikaduduk, daun seri, kencur, jahe, kunyit, temulawak, daun katarak, daun paracetamol, jahe merah, ailepet, sura, serai, dan daun sirih, menunjukkan potensi besar untuk mendukung kesehatan mandiri masyarakat. Berdasarkan pengamatan lapangan, tanaman-tanaman tersebut dimanfaatkan untuk berbagai kebutuhan kesehatan, misalnya jahe, jahe merah, dan serai digunakan sebagai minuman herbal penghangat tubuh dan penambah stamina; kunyit dan temulawak dimanfaatkan untuk kesehatan pencernaan dan penambah nafsu makan; kencur digunakan sebagai obat tradisional untuk batuk dan masuk angin; daun sirih sebagai antiseptik alami; serta tanaman lokal seperti buah sikaduduk, daun seri, daun katarak, dan daun paracetamol digunakan secara tradisional untuk meredakan peradangan dan menurunkan panas tubuh. Hasil ini sejalan dengan temuan Azkiyah et al. (9) yang menyatakan bahwa jahe kaya akan senyawa aktif seperti gingerol, shogaol, dan zingeron yang berfungsi sebagai antioksidan dan imunomodulator, bahkan dapat diolah menjadi produk instan yang lebih praktis. Penelitian lain oleh Sartika et al. juga menunjukkan bahwa kombinasi jahe dan temulawak meningkatkan aktivitas antioksidan dan kandungan fenolik total, serta berperan dalam mengurangi nyeri haid. Selain itu, menurut E-Jurnal STKIPMB, kunyit dan temulawak memiliki sifat anti-inflamasi dan antimikroba, sedangkan kencur mengandung senyawa aktif yang bermanfaat untuk mengatasi infeksi ringan. Dengan ketersediaan yang melimpah dan pengetahuan lokal yang sudah mengakar, TOGA di Desa Sidomakmur memiliki potensi tidak hanya sebagai penunjang kesehatan, tetapi juga sebagai sumber inovasi produk herbal yang bernilai ekonomi.

3.2. Peran TOGA dalam Mendorong Kesehatan Mandiri

Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) memiliki kontribusi signifikan dalam mendorong terciptanya kesehatan mandiri di tingkat rumah tangga. Konsep kesehatan mandiri yang diusung TOGA selaras dengan prinsip promotif dan preventif dalam sistem kesehatan, di mana masyarakat dapat memanfaatkan sumber daya alam yang ada di lingkungan sekitar untuk mengatasi keluhan kesehatan ringan sebelum memerlukan layanan medis lanjutan (10). Keberadaan TOGA memfasilitasi masyarakat untuk memiliki akses obat herbal yang aman, murah, dan sesuai dengan kearifan lokal, sehingga mengurangi ketergantungan terhadap obat-obatan kimia yang sering kali memiliki efek samping (11).

Selain itu, TOGA juga menjadi sarana edukasi bagi masyarakat dalam mengenali dan mengolah tanaman herbal untuk perawatan diri dan keluarga. Penelitian Ardiansyah et al. (12) menunjukkan bahwa pelatihan pengolahan TOGA di tingkat desa dapat meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan motivasi masyarakat dalam menjaga kesehatan mandiri. Hal ini diperkuat oleh temuan Rahmawati & Setyowati (13) yang menyatakan bahwa integrasi program TOGA dalam kegiatan posyandu dan PKK terbukti meningkatkan kemampuan keluarga dalam melakukan pencegahan penyakit berbasis bahan alami.

Dengan demikian, TOGA tidak hanya berfungsi sebagai sumber obat tradisional, tetapi juga menjadi instrumen pemberdayaan masyarakat. Melalui pemeliharaan dan pemanfaatan tanaman obat, masyarakat

memperoleh kemandirian dalam menjaga kesehatan, mengurangi pengeluaran untuk biaya pengobatan, serta melestarikan pengetahuan lokal yang diwariskan secara turun-temurun.

Berdasarkan referensi Sahila et al. (14), Cokropranoto et al. (15), dan Anwar et al. (16), pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) terbukti mampu meningkatkan kemandirian kesehatan masyarakat melalui pengurangan ketergantungan terhadap obat-obatan kimia dan layanan kesehatan formal yang biayanya relatif tinggi. Jika konsep ini diterapkan di Desa Sidomakmur, potensi manfaatnya akan sangat besar mengingat sebagian besar masyarakat desa memiliki lahan pekarangan yang dapat dimanfaatkan untuk menanam tanaman obat seperti jahe, kunyit, kencur, dan serai. Dengan adanya pelatihan dan sosialisasi, warga dapat memproduksi sendiri ramuan herbal untuk penyakit ringan seperti batuk, masuk angin, dan masalah pencernaan, sehingga mereka tidak selalu harus membeli obat ke apotek atau pergi ke puskesmas. Lebih jauh, penerapan TOGA di Sidomakmur juga bisa memperkuat pengetahuan lokal serta menghidupkan kembali kearifan tradisional dalam pengobatan alami. Dengan demikian, TOGA bukan hanya menjadi upaya pencegahan dan penanganan awal penyakit, tetapi juga menjadi langkah strategis dalam membangun kemandirian dan ketahanan kesehatan masyarakat desa.

3.3. Strategi Pengembangan dan Pemberdayaan Masyarakat Melalui TOGA

Strategi pengembangan dan pemberdayaan melalui Tanaman Obat Keluarga (TOGA) dapat diimplementasikan di Desa Sidomakmur dengan pendekatan yang partisipatif dan berbasis kekuatan lokal. Salah satu strategi yang efektif adalah pembentukan kader TOGA, sebagaimana dilakukan di Desa Kampung Delima, di mana pelatihan dan pendampingan berhasil meningkatkan pemahaman kader hingga 80% dan membuat mereka aktif mendorong warga menanam serta memanfaatkan tanaman obat. Namun, pendekatan Asset-Based Community Development (ABCD) yang difokuskan di Desa Jemundo menunjukkan bahwa keberhasilan program terletak pada pemetaan potensi lokal, pelibatan masyarakat dalam perencanaan, sosialisasi, pelatihan budidaya, pengolahan, dan pemasaran produk, sehingga membangun sentra TOGA yang mandiri dan berkelanjutan.

Di Desa Sengon, strategi pengembangan melalui pembuatan Rumah Herbal juga terbukti efektif. Program ini mencakup konservasi tanaman, pelatihan teknis, pembentukan kelompok pelestari, dan pemasaran produk lokal secara offline maupun online. Partisipasi masyarakat meningkat dari 60% menjadi 98%, memperlihatkan betapa kuatnya dampak pemberdayaan berbasis komunitas terhadap keberlanjutan TOGA. Implementasi di Desa Sidomakmur dapat mengadopsi ketiga strategi tersebut: membentuk kader lokal yang memahami teknik penanaman dan pengolahan TOGA, melakukan pemetaan potensi dan kebutuhan masyarakat, lalu membangun semacam “Ruang TOGA” atau pusat pengetahuan dan produk herbal lokal. Dengan dukungan pelatihan, sosialisasi, dan sarana pengolahan sederhana, desa dapat meningkatkan kesehatan mandiri sekaligus membuka peluang ekonomi lokal berbasis hasil pertanian herbal.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan pembahasan yang telah diuraikan, pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) memiliki peran yang sangat signifikan dalam mendorong terwujudnya kesehatan mandiri di masyarakat. Melalui pemahaman dan keterampilan dalam menanam, merawat, serta mengolah tanaman obat, masyarakat dapat mengurangi ketergantungan terhadap obat-obatan kimia dan layanan kesehatan formal yang seringkali sulit diakses di wilayah pedesaan. Pengalaman dari berbagai daerah menunjukkan bahwa TOGA tidak hanya memberikan manfaat kesehatan secara langsung, tetapi juga menumbuhkan kesadaran akan pentingnya kearifan lokal dalam menjaga kesehatan. Di Desa Sidomakmur, pengembangan TOGA dapat menjadi solusi strategis yang selaras dengan kondisi sosial dan sumber daya alam setempat, sehingga masyarakat memiliki akses langsung terhadap pengobatan sederhana yang aman, murah, dan berkelanjutan.

Selain itu, strategi pengembangan dan pemberdayaan masyarakat melalui TOGA terbukti efektif apabila melibatkan partisipasi aktif warga, pendampingan berkelanjutan, serta dukungan dari pemerintah desa maupun pihak terkait. Pendekatan ini mampu menciptakan rasa memiliki dan tanggung jawab bersama dalam mengelola lahan TOGA, sekaligus meningkatkan keterampilan serta kemandirian ekonomi melalui potensi pengolahan hasil tanaman menjadi produk bernilai jual. Jika diterapkan secara konsisten di Desa Sidomakmur, TOGA tidak hanya berfungsi sebagai sarana menjaga kesehatan, tetapi juga menjadi pilar pemberdayaan yang memperkuat ketahanan masyarakat, baik dari sisi kesehatan, ekonomi, maupun pelestarian budaya lokal.

DAFTAR PUSTAKA

1. Wiryowidagdo S. *Tanaman Obat Indonesia*. Jakarta: Penerbit Universitas Indonesia (UI-Press); 2008.
2. Kementerian Kesehatan RI. *Kebijakan Pengembangan Obat Tradisional Indonesia*. Jakarta: Direktorat Bina Pelayanan Kesehatan Tradisional, Alternatif, dan Komplementer; 2010.
3. Sudarsono A. *Pemberdayaan Masyarakat Melalui Tanaman Obat Keluarga (TOGA)*. Yogyakarta: Graha Ilmu; 2012.
4. Wirasisya DG. Peningkatan Kesehatan Masyarakat Melalui Sosialisasi Penggunaan TOGA (Tanaman Obat Keluarga) di Desa Tembobor. *Sarwahita*. 2018;15(01):64–71.
5. Savitri A. *Tanaman Ajaib Basmi Penyakit dengan TOGA (Tanaman Obat Keluarga) Mengenal Ragam dan Khasiat TOGA Meramu Jamu Tradisional/ Herbal dengan TOGA*. Depok, Indonesia: Bibit Publisher; 2016.
6. Fadhilah DN, Suharyanisa S, Marpaung JK, Susanti J. Sosialisai Tentang Pentingnya Penanaman Tanaman Obat Untuk Mewujudkan Masyarakat Sehat di Kecamatan Medan Helvetia, Kota Medan. *Nat J Pelaks Pengabdi Berger Bersama Masy*. 2023;1(4):26–32.
7. Harjono Y, Yusmaini H, Bahar M. Penyuluhan Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga dan Penanaman Tanaman Obat Keluarga di Kampung Mekar Bakti 01/01, Desa Mekar Bakti Kabupaten Tangerang. *JPM (Jurnal Pengabdi Masyarakat) Ruwa Jurai*. 2017;3(1):16–21.
8. Departemen Kesehatan RI. *Pedoman Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA)*. Jakarta: Depkes RI; 2007.
9. Azkiyah L, Pamujiati AD, Sidhi EY, Slamet AHH, Utomo KWM. Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) sebagai Bahan Minuman Instan Penambah Imunitas. *JATIMAS J Pertan Dan Pengabdi Masy*. 2023;3(1):58–67.
10. Maulana H. Strategi Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga untuk Kesehatan Mandiri. *J Kesehat Holistik*. 2020;14(2):120–128.
11. Kusumo DA, Hidayati N, Prasetyo E. Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) untuk Meningkatkan Derajat Kesehatan Masyarakat Desa. *J Kesehat Masy Indones*. 2022;17(1):33–40.
12. Ardiansyah M, Sari N, Wulandari R. Pelatihan Pengolahan Tanaman Obat Keluarga sebagai Upaya Mewujudkan Kesehatan Mandiri. *J Pengabdi Kpd Masy*. 2021;5(2):145–152.
13. Rahmawati E, Setyowati R. Peningkatan Kesehatan Mandiri melalui Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga. *J Keperawatan Komunitas*. 2019;7(1):25–31.
14. Sahila D, Wahyuni TI, Arifin Z. Sosialisasi Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga Guna Meningkatkan Upaya Kesehatan Mandiri Warga di Dusun Sangiang Desa Kumbang Kecamatan Masbagik Lombok Timur. *J Pengabdi Magister Pendidik IPA*. 2023;6(2):141–3.
15. Cokropranoto SF, Nisa FM, Mauludina I, Apriliasari F, Nurokhmah N, Anggraeni I, et al. Gerakan Penanaman Tanaman Obat Keluarga (TOGA) sebagai Upaya Kemandirian Kesehatan Masyarakat. *J Abdimas Indones*. 2024;6(2):156–61.
16. Anwar LOM, Pramestyani ED, Tamba CP, Nasution NA, Hikmah N, Romadhona P, et al. Pemberdayaan Masyarakat Melalui Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) di Kampung Sempuh, Desa Pasir Gombang. *J Mandala Pengabdi Masy*. 2024;5(1):151–6.