

Pemberdayaan Masyarakat Melalui Tanaman Obat Keluarga (TOGA)

Yudi Rudi¹, Yose Rizal Fajri², Eka Mustika Riantina³

^{1,2,3}, Sekolah Tinggi Agama Islam (STAI) Baturaja

Email: Ekamustika101973@gmail.com

Received: Desember 17, 2024
Reviewed: Desember 20, 2024;
Accepted: Desember 28, 2024;
Published: Desember 31, 2024;
DOI. -



Copyright ©2024 by Yudi Rudi, et.al. This work is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License. All writings published in this journal are personal views of the authors and do not represent the views of this journal and the author's affiliated institutions.

Abstrak

Pelaksanaan pengabdian ini dilakukan di Desa Trimulyo. Desa Trimulyo adalah desa yang berada di Kabupaten Oku mayoritas masyarakatnya bertani. Selain itu desa ini mempunyai potensi untuk dikembangkan, salah satunya jumlah tanaman yang dapat digunakan sebagai obat keluarga. Metode yang dilakukan pada pelaksanaan pengabdian meliputi sosialisasi, pelatihan pembuatan obat melalui tanaman, dan pembuatan kebun tanaman obat keluarga. Hasilnya adalah tersedianya lahan atau perkebunan tanaman keluarga yang dapat dikelola dan dimanfaatkan oleh masyarakat, terutama oleh ibu-ibu PKK. Selain itu juga masyarakat Desa Trimulyo memperoleh pemahaman dan wawasan tentang manfaat tanaman di sekitar untuk dijadikan sebagai obat pendamping keluarga.

Kata Kunci: Tanaman Obat Keluarga, Sosialisasi, Pelatihan

Abstract

This service was carried out in Trimulyo Village. Trimulyo Village is a village in Oku Regency where the majority of the people are farmers. Apart from that, this village has potential for development, one of which is the number of plants that can be used as family medicine. The methods used in implementing the service include socialization, training in making medicines from plants, and creating a family medicinal plant garden. The result is the availability of family land or plantations that can be managed and utilized by the community, especially by PKK women. Apart from that, the people of Trimulyo Village also gained understanding and insight into the benefits of surrounding plants to be used as family medicine.

Keywords: Family Medicinal Plants, Socialization, Training

PENDAHULUAN

Desa Trimulyo merupakan salah satu desa yang berada di Kabupaten Oku. Jika dilihat berdasarkan letak geografis daerah ini mempunyai potensi dibidang pertanian yang sangat luas, serta mayoritas mata pencaharian masyarakatnya adalah bertani. Hal ini juga didukung dengan adanya kesuburan tanah di daerah Desa Trimulyo, dengan adanya kesuburan tanah tersebut maka sangat cocok untuk dijadikan sebagai wahana bertani. Dengan adanya kesuburan tanah yang ada di Desa Trimulyo tersebut maka ada

beberapa keuntungan yang didapat, salah satunya adalah dukungan dari Dinas Pertanian Kabupaten Oku. Dukungan tersebut mengenai tanaman keluarga, hal ini sangat diperlukan di Desa Trimulyo, maka tanaman keluarga cocok untuk pendamping masyarakat desa tersebut. Tanaman pendamping ini bisa dalam bentuk tanaman obat keluarga maupun tanaman yang lain.

Berdasarkan hasil observasi yang telah kami lakukan ada beberapa hal yang menjadi permasalahan di Desa Trimulyo, diantaranya adalah minimnya pemanfaatan tanaman sekitar untuk dijadikan sebagai obat-obatan, seperti kencur, jahe dan lain-lain. Masih banyaknya pekarangan yang kosong di Desa Trimulyo, sehingga bisa dimanfaatkan sebagai lahan penanaman obat keluarga atau apotek hidup.

Penyediaan tanaman yang berfungsi sebagai obat-obatan ini juga bisa mengatasi permasalahan minimnya infrastruktur penunjang seperti apotik, rumah sakit terdekat dan lain-lain. Selain itu hal ini juga bisa sebagai salah satu alternative dalam mengatasi lemahnya daya beli masyarakat dan melambungnya harga obat-obatan modern yang memaksa masyarakat dan pemerintah mencari upaya mengatasi keadaan ini dengan cara kembali ke alam. Cara ini merupakan salah satu cara yang paling efisien dalam mengatasi permasalahan kesehatan di lingkungan masyarakat.

Penggunaan tanaman sebagai alternative obat juga didasari dengan tingginya obat herbal yang mulai di promosikan dikalangan masyarakat. Banyak sekali produk-produk herbal yang sekarang sudah mulai berkembang dan beredar di kalangan masyarakat. Sesuai dengan pernyataan dari (Susanto, 2017) bahwa dengan peningkatan penggunaan obat-obatan berbahan herbal di dunia yang semakin meningkat, ini ternyata berbanding terbalik dengan kesadaran masyarakat untuk mengusahakan sendiri obat-obatan yang berbahan dasar herbal. Obat-obatan yang berasal dari tanaman ini memang sudah banyak sekali dikonsumsi oleh masyarakat Indonesia, hal ini dikarenakan harganya relative lebih murah serta sangat mudah didapatkan dilingkungan sekitar. Selain itu berdasarkan pernyataan Katno dalam (Karo-Karo, 2010) bahwa masyarakat lebih menyukai obat-obatan yang berasal dari tanaman dikarenakan efek samping yang rendah, efek yang saling mendukung dengan obat tradisional lain, lebih sesuai untuk berbagai penyakit metabolik dan degenerative.

Salah satu tujuan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman serta pemanfaatan masyarakat Desa Trimulyo dalam pengelolaan tanaman disekitar. Sehingga tanaman yang banyak tumbuh tersebut mempunyai manfaat bagi masyarakat desa sebagai bahan atau obat keluarga. Selain itu manfaat adanya kegiatan ini adalah meningkatkan daya saing masyarakat dalam hal pemberdayaan, sehingga masyarakat Desa Trimulyo bisa lebih mandiri terutama dalam hal obat pendamping keluarga, karena bisa memanfaatkan tanaman disekitar dan apotek hidup yang telah dibuat.

Maka dari itu, penggunaan obat-obat herbal ini sebenarnya sangat mungkin dan sangat bisa dilakukan oleh masyarakat Desa Trimulyo, mengingat di daerah ini banyak sekali tumbuhan yang bisa dijadikan sebagai bahan obat-obatan herbal. Akan tetapi hal ini masih jarang sekali dilakukan oleh masyarakat, mengingat memang masih minimnya pengetahuan masyarakat dalam mengolah tanaman yang ada menjadi obat-obatan herbal atau pendamping obat keluarga. Maka dari itu, dengan adanya tanaman tersebut maka perlu adanya peningkatan pengetahuan kepada masyarakat dalam memanfaatkan tanaman disekitar untuk dijadikan sebagai tanaman obat keluarga.

METODE PENGABDIAN

Pelaksanaan kegiatan yang dilakukan di Desa Trimulyo harapannya akan membawa dampak positif bagi masyarakat. Maka dari itu demi tercapainya hasil yang maksimal dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat ini ada beberapa tahapan atau metode kajian yang digunakan untuk menyelesaikan permasalahan yang ada, diantaranya adalah sebagai berikut:

1. Observasi, merupakan salah satu kegiatan yang paling pokok dalam pelaksanaan pengabdian. Dimana kegiatan ini dilakukan sebelum penetapan tempat, sehingga tim pengabdian melakukan pemetaan permasalahan di Desa Trimulyo, sehingga dengan adanya data pemetaan permasalahan tersebut bisa disimpulkan tema yang akan diambil dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat.
2. Sosialisasi dan penyuluhan manfaat tanaman obat keluarga, kegiatan ini dilakukan karena merupakan salah satu komponen yang paling penting dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat. Adapun sasaran dari kegiatan sosialisasi adalah masyarakat Desa Trimulyo Kabupaten Oku, khususnya ibu-ibu PKK. Maksud dan tujuan dari kegiatan sosialisasi ini adalah untuk memberikan pemahaman dan pengetahuan bagi masyarakat dalam memanfaatkan tanaman yang ada. Selain itu sosialisasi ini juga memberi pengetahuan bagi masyarakat terutama dalam hal kandungan dan manfaat tanaman terhadap jenis penyakit.
3. Pembuatan kebun tanaman obat keluarga, pada pelaksanaan pembuatan kebun tanaman obat keluarga ini diikuti oleh seluruh masyarakat, khususnya ibu-ibu PKK. Mengingat pada pelaksanaan pengabdian ini kebun merupakan salah satu media dalam penanaman tanaman obat keluarga. Pembuatan kebun tanaman obat keluarga juga dipusatkan supaya mudah diawasi dan dirawat, sehingga masyarakat bisa menggunakan tanaman-tanaman yang sudah ditanam tersebut.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan pengabdian merupakan salah satu bentuk tri dharma perguruan tinggi yang dilakukan oleh dosen dan mahasiswa. Dengan adanya kegiatan ini akan banyak sekali manfaatnya bagi masyarakat maupun mahasiswa, terutama dalam hal transfer knowledge maupun sharing mengenai kehidupan sehari-hari dalam bermasyarakat. Selain itu mahasiswa juga bisa melakukan implementasi teori yang didapatkan dari bangku perkuliahan kepada masyarakat.

Pada pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini tema yang diambil adalah pemberdayaan masyarakat melalui tanaman obat keluarga di Desa Trimulyo, Kabupaten Oku. Mengingat hal ini merupakan salah satu komponen terpenting dalam kehidupan sehari-hari terutama bagi masyarakat. Begitu juga dengan masyarakat di Desa Trimulyo, dengan keadaan geografis maka sangat tepat sekali jika ada pemberdayaan masyarakat melalui tanaman obat keluarga. Yang menjadikan hal ini penting untuk dilakukan di Desa Trimulyo adalah banyaknya tanaman obat-obatan yang bisa dijadikan sebagai bahan obat-obatan keluarga akan tetapi banyak sekali masyarakat di desa tersebut yang belum memanfaatkan. Sehingga tanaman obat-obatan yang ada dibiarkan saja tanpa dimanfaatkan sedikitpun oleh masyarakat. Oleh karena itu, ada beberapa cara yang dapat dilakukan dalam pelaksanaan pengabdian ini diantaranya adalah sebagai berikut:

a. Observasi

Indonesia merupakan salah satu negara yang kaya akan rempah-rempah serta tumbuhan. Dengan kekayaan alam yang dimiliki maka pada zaman colonial banyak sekali bangsa-bangsa asing yang masuk ke Indonesia hanya untuk mengambil tanaman

yang bisa dijadikan obat-obatan selain itu bangsa-bangsa asing tersebut juga mengambil rempah-rempah yang ada di Indonesia. Dengan kekayaan alam yang dimiliki tersebut maka wajar jika sampai saat ini masih banyak sekali tanaman yang bisa dijadikan sebagai obat pendamping keluarga.

Salah satu desa yang mempunyai potensi tanaman untuk dijadikan obat-obatan adalah Desa Trimulyo Kecamatan Mirit, dimana berdasarkan hasil observasi yang telah kami lakukan banyak sekali tanaman yang tumbuh di sekitar kebun masyarakat. Adapun tanaman yang mayoritas tumbuh adalah tanaman yang bisa dijadikan sebagai obat-obatan sehari-hari. Selain itu tanaman yang tumbuh di sekitar kebun masyarakat tidak diolah sama sekali melainkan hanya dibiarkan tumbuh saja tanpa dimanfaatkan. Maka dari itu berdasarkan hasil observasi kami menyimpulkan bahwa penting sekali melakukan pemberdayaan masyarakat Desa Trimulyo melalui pemanfaatan tanaman disekitar untuk dijadikan sebagai obat-obatan.

Berdasarkan hasil pendataan yang kami lakukan di lokasi ada beberapa tanaman yang bisa dijadikan sebagai tanaman obat keluarga, diantaranya adalah sebagai berikut:

Tabel 1 Jenis Tanaman yang Ada di Desa Trimulyo

No	Jenis Tanaman	Manfaat
1	Jahe	Mengatasi masalah system pencernaan terutama mengurangi mual
2	Kencur	Menurunkan kolestrol dalam darah, meningkatkan nafsu makan dan lain-lain
3	Jeruk Nipis	Memerangi infeksi, merejamkan kulit dan menurunkan gula darah
4	Pepaya	Melancarkan pencernaan, menjaga kesehatan jantung, mencegah kanker dan lain-lain
5	Daun Pepaya	Obat demam berdarah, menjaga kesehatan hati, redakan nyeri menstruasi dan lain-lain

Sumber: diolah oleh tim pengabdian masyarakat

Dari hasil tabel di atas menunjukkan bahwa Desa Trimulyo mempunyai potensi yang belum dimanfaatkan sama sekali oleh masyarakat maupun Pemerintah Desa. Selain itu Desa Trimulyo. Selain itu juga dapat dilihat dari jenis-jenis tanaman yang ada di Desa Trimulyo masih banyak sekali yang belum dimanfaatkan untuk dijadikan sebagai pendamping obat keluarga.

Jenis tanaman yang ada di Desa Trimulyo merupakan tanaman yang masuk kategori tanaman obat keluarga, sehingga sangat bermanfaat sekali bagi masyarakat jika dimanfaatkan untuk obat pendamping keluarga. Hal ini belum dimanfaatkan secara maksimal oleh masyarakat dikarenakan masih minimnya pengetahuan mengenai manfaat dari jenis tanaman tersebut, sehingga masih sangat jarang masyarakat yang menggunakan tanaman tersebut sebagai alternatif obat-obatan keluarga. Dengan adanya pendampingan pengabdian ini serta penyuluhan maupun sosialisasi yang akan dilakukan kepada masyarakat Desa Trimulyo harapannya bisa memanfaatkan tanaman tersebut sebagai obat pendamping keluarga.

b. Sosialisasi dan Penyuluhan Manfaat Tanaman Obat Keluarga

Berdasarkan hasil observasi yang telah kami lakukan maka tema yang akan diambil dalam pelaksanaan pengabdian ini adalah tentang "Pemberdayaan Masyarakat Melalui Tanaman Obat Keluarga". Dengan adanya tema tersebut harapannya masyarakat Desa

Trimulyo bisa lebih mandiri serta bisa memanfaatkan tanaman disekitar untuk dijadikan sebagai obat-obatan keluarga. Maka dari itu perlunya pendampingan pengolahan tanaman sekitar untuk dijadikan sebagai obat keluarga. Berdasarkan pernyataan Hikmat dalam (Trisnaningsih, Wahyuni, & Nur, 2019) bahwa pelaksanaan atau pemanfaatan tanaman obat keluarga akan bisa dilaksanakan dengan baik jika masyarakat juga memahami teknik budidaya tanaman obat keluarga (TOGA).

Pada pelaksanaan pengabdian ini memang dilakukan beberapa metode tahapan, salah satunya adalah sosialisasi. Kegiatan ini dilakukan guna memberi pengetahuan kepada masyarakat Desa Trimulyo mengenai pemanfaatan tanaman yang dijadikan sebagai obat-obatan. Karena desa tersebut mempunyai banyak potensi tanaman yang bisa dijadikan obat-obatan keluarga. Oleh karena itu, kami selaku pelaksana pengabdian melakukan kegiatan sosialisasi kepada masyarakat tentang manfaat tanaman yang bisa dijadikan sebagai obat-obatan.

Pada tahap sosialisasi ini lebih banyak difokuskan kepada jenis tanaman, maupun manfaat tanaman yang bisa dijadikan sebagai obat pendamping keluarga atau obat keluarga. Terutama mengenai tanaman yang mudah didapatkan oleh masyarakat karena banyak dijumpai di sekitar halaman atau kebun masyarakat Desa Trimulyo. Pelaksanaan kegiatan sosialisasi ini diikuti masyarakat Desa Trimulyo terutama ibu-ibu PKK, dimana masyarakat tersebut mengikuti kegiatan dengan sangat antusias, hal ini dapat dilihat dari jumlah peserta yang hadir pada kegiatan sosialisasi dan penyuluhan. Mengingat untuk kegiatan pengabdian ini memang lebih difokuskan kepada ibu-ibu serta generasi muda dari Desa Trimulyo.

Dengan adanya kegiatan sosialisasi dan penyuluhan ini harapannya masyarakat Desa Trimulyo bisa lebih paham mengenai jenis-jenis tanaman yang bisa dijadikan sebagai obat pendamping keluarga. Selain itu kegiatan ini juga melakukan praktik penyuluhan pembuatan obat. Adapun praktik tersebut diawali dengan pemahaman mengenai jenis tanaman dan manfaatnya terlebih dahulu. Dengan pemahaman tersebut harapannya masyarakat Desa Trimulyo bisa memanfaatkan tanaman sekitar untuk dijadikan sebagai obat. Sehingga masyarakat bisa mengurangi obat-obatan yang berbahan kimia dan lebih mengutamakan obat-obatan herbal atau berbahan alami.

Selain melakukan sosialisasi dan praktik, pada pelaksanaan kegiatan ini juga dilakukan pembagian buku panduan tanaman obat keluarga. Buku panduan ini memuat jenis tanaman yang bisa dijadikan sebagai bahan obat-obatan serta manfaat tanaman tersebut. Sehingga dengan adanya buku panduan ini akan sangat bermanfaat bagi masyarakat serta mempermudah masyarakat dalam pembuatan obat pendamping keluarga dari tanaman disekitarnya. Harapannya dengan adanya pelaksanaan sosialisasi serta penyuluhan ini akan bermanfaat bagi masyarakat Desa Trimulyo, terutama dalam hal sharing pemanfaatan tanaman sekitar untuk dijadikan sebagai obat pendamping keluarga.

c. Pembuatan Kebun Dan Penanaman

Tahap selanjutnya dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat ini adalah mengenai pembuatan kebun tanaman obat keluarga. Pembuatan kebun ini dilakukan dengan tujuan untuk mempermudah masyarakat dalam menyatukan tanaman yang bisa dijadikan sebagai obat-obatan. Sehingga dengan adanya kebun tanaman ini akan bermanfaat bagi masyarakat Desa Trimulyo terutama dalam hal pemanfaatan tanaman obat keluarga. Pada pelaksanaan pembuatan kebun ini tim pengabdian bekerjasama dengan pemerintah desa dan masyarakat, mengingat untuk pembuatan lahan atau kebun tanaman obat keluarga harus ada persetujuan dari pihak pemilik lahan. Sehingga dengan adanya

persetujuan baik dari pemilik dan pemerintah desa pembuatan kebun atau lahan tanaman obat keluarga bisa berjalan dengan lancar dan baik.

Pada saat pembuatan kebun tim pengabdian bekerjasama dengan masyarakat untuk membuat kebun tanaman obat keluarga secara bersama-sama, selain ini pada proses penanaman juga dilakukan secara bersama-sama. Hal ini dilakukan dengan tujuan supaya masyarakat juga merasa memiliki tanaman obat keluarga tersebut, sehingga setelah pelaksanaan pengabdian dinyatakan selesai masyarakat masih tetap merawat serta memanfaatkan tanaman obat keluarga. Oleh karena itu, pada proses pembuatan awal sampai dengan proses penanaman masyarakat banyak yang ikut terlibat terutama ibu-ibu PKK yang memang menjadi salah satu sasaran atau objek pengabdian ini.

Kebun atau lahan yang telah disiapkan dan dibuat ini ditanamai berbagai jenis tanaman yang mempunyai manfaat sebagai obat-obatan herbal. Terutama tanaman yang memang tidak ada di Desa Trimulyo, hal ini dilakukan guna melengkapi tanaman yang sudah ada di Desa Trimulyo. Mengingat potensi kesuburan alamnya yang sangat luar biasa maka kami sebagai tim pengabdian melakukan pembelian tanaman yang mudah untuk tumbuh dan perawatannya juga mudah. Selain itu pembelian tanaman ini juga dilihat dari manfaatnya yang paling banyak di gunakan oleh masyarakat sebagai bahan obat-obatan atau obat pendamping keluarga.

Pada peroses pelaksanaan ini juga masyarakat mempunyai andil besar terutama dalam pembuatan sampai penanaman, akan tetapi masih ada tahapan terakhir yang harus dilakukan oleh masyarakat yaitu proses perawatan kebun tanaman obat keluarga. Dengan adanya perawatan yang baik maka tanaman yang ditanam juga akan tumbuh dengan baik sehingga bisa bermanfaat bagi masyarakat secara umum dan khususnya masyarakat Desa Trimulyo. Pada kegiatan ini juga sangat didukung oleh pemerintah desa, harapannya dengan adanya kegaitan ini masyarakat Desa Trimulyo bisa lebih mandiri terutama dalam hal menjaga kesehatan keluarga. Karena Desa Trimulyo mempunyai beberapa permasalahan kesehatan diantaranya adalah masih tingginya angka stunting, dan pemerintah desa mempunyai target untuk menurunkan angka stunting tersebut.

Pada pelaksanaan ini juga kami memberikan berbagai jenis tanaman yang bisa dijadikan sebagai bahan obat keluarga, diantaranya adalah sebagai berikut:

Tabel 2 Jenis Tanaman Yang di Tanam di Kebun Obat Keluarga

No	Jenis Tanaman	Manfaat
1	Jahe	Mengatasi masalah system pencernaan terutama mengurangi mual
2	Kencur	Menurunkan kolestrol dalam darah, meningkatkan nafsu makan , menyembuhkan bantuk dan lain-lain
3	Jeruk Nipis	Memerangi infeksi, merejamkan kulit dan menurunkan gula darah
4	Pepaya	Melancarkan pencernaan, menjaga kesehatan jantung, mencegah kanker dan lain-lain
5	Daun Pepaya	Obat demam berdarah, menjaga kesehatan hati, redakan nyeri menstruasi dan lain-lain

Sumber: diolah oleh tim pengabdian masyarakat

SIMPULAN DAN REKOMENDASI

Berdasarkan hasil pelaksanaan pengabdian yang telah dilakukan, maka kegiatan ini sangat bermanfaat bagi masyarakat Desa Trimulyo maupun pemerintah desa. Adapun manfaat yang bisa didapat oleh masyarakat maupun pemerintah adalah meningkatkan pengetahuan masyarakat terutama ibu-ibu PKK dalam pemanfaatan

tanaman sekitar sebagai obat pendamping keluarga. Selain itu Desa Trimulyo juga merupakan salah satu desa yang baru pertama kali mendapatkan sosialisasi maupun penyuluhan mengenai pemanfaatan tanaman obat keluarga. Sehingga hal ini bisa dirasakan manfaatnya oleh masyarakat Desa Trimulyo. Adapun kegiatan yang dilakukan pada pelaksanaan pengabdian ini adalah observasi, sosialisasi dan penyuluhan manfaat tanaman obat keluarga, serta pembuatan kebun tanaman obat keluarga. Untuk kegiatan *pertama*, observasi dilakukan guna mendapatkan keinginan masyarakat terutama dalam hal pemanfaatan tanaman obat keluarga serta mendata jenis tanaman yang bisa dijadikan sebagai obat-obatan di Desa Trimulyo. *Kedua*, pelaksanaan sosialisasi dan penyuluhan manfaat tanaman obat keluarga kegiatan ini dilakukan guna meningkatkan pengetahuan maupun pengalaman ibu-ibu PKK dalam memanfaatkan tanaman sebagai bahan obat-obatan. *Ketiga*, pembuatan kebun dilakukan guna menanam tanaman yang mempunyai manfaat buat kesehatan terutama tanaman yang belum ada di Desa Trimulyo. Dengan adanya kegiatan ini masyarakat Desa Trimulyo bisa mengetahui manfaat tanaman yang bisa dijadikan sebagai obat-obatan pendamping keluarga maupun lebih mandiri dari segi kesehatan. Berdasarkan kegiatan yang telah dilakukan maka dapat diberikan rekomendasi, salah satunya adalah meningkatkan pemahaman masyarakat akan pentingnya tanaman sekitar untuk dijadikan sebagai obat pendamping keluarga. Selain itu juga mensosialisasikan kepada masyarakat untuk tetap melakukan pola hidup sehat dan bersih. Serta yang paling terakhir adalah memberikan pelatihan dan pendampingan secara rutin dalam pemanfaatan tanaman disekitar untuk obat pendamping keluarga.

DAFTAR PUSTAKA

- Karo-Karo, U. (2010). Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga di Kelurahan Tanah 600, Medan. *Kesmas: Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional*, 4(5). <https://doi.org/10.21109/kesmas.v4i5.169>
- Nurjanah, S. rahayu, Nurazizah, N. N., Septiana, F., & Shalikhah, N. D. (2019). Peningkatan Kesehatan Masyarakat melalui Pemberdayaan Wanita dalam Pemanfaatan Lahan Pekarangan dengan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) di Dusun Semawung. *Community Empowerment*, 4(1), 20–25. <https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v2i2.63>
- Pemkab Kebumen Berkomitmen Tekan Angka Stunting. (2018). Retrieved from Humas Pemkab Kebumen website: <https://bag-humas.kebumenkab.go.id/index.php/web/read/recent/pemkab-kebumen-berkomitmen-tekan-angka-stunting>
- Qamariah, N., Handayani, R., & Novaryatiin, S. (2019). Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan Ibu Rumah Tangga Dalam Pengolahan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) Sebagai Ramuan Obat Tradisional. *Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), 50–54.
- Susanto, A. (2017). Komunikasi Dalam Sosialisasi Tanaman Obat Keluarga (Toga) Di Kecamatan Margadana. *Jurnal Para Pemikir*, 6(1), 111–117. <https://doi.org/10.30591/PJIF.V6I1.476.G429>
- Trisnarningsih, U., Wahyuni, S., & Nur, S. (2019). Pemanfaatan Lahan Pekarangan Dengan Tanaman Obat Keluarga. *JPPM (Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat)*, 3(2). <https://doi.org/10.30595/jppm.v3i2.4554>

