

## Sosialisasi Tanaman Obat Keluarga (TOGA) untuk Mencegah Penyakit Ginjal di SMP Suluh Jakarta

Latirah<sup>1</sup>, Junie Suriawati<sup>2\*</sup>, Ruth Elenora<sup>3</sup>

<sup>1,2</sup>Jurusan Analisis Farmasi dan Makanan, Poltekkes Kemenkes Jakarta II,  
Jl. Hang Jebat III Blok F/3, Kelurahan Gunung, Kecamatan Kebayoran Baru, Jakarta Selatan, 12120,  
Indonesia

\* Penulis Korespondensi. Email: [junie.suriawati@poltekkesikt2.ac.id](mailto:junie.suriawati@poltekkesikt2.ac.id).

### ABSTRAK

Penyakit ginjal kronis menjadi salah satu ancaman kesehatan serius yang dipicu oleh pola hidup tidak sehat seperti mengonsumsi pangan siap saji, yang kini mulai menjangkiti usia remaja. Kurangnya pengetahuan mengenai pencegahan dini seperti sosialisasi berbasis komunitas, khususnya di lingkungan sekolah sangat diperlukan. SMP Suluh Jakarta, sebagai institusi pendidikan memiliki peran strategis dalam menanamkan kesadaran kesehatan lingkungan dan mandiri kepada siswa. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk melakukan sosialisasi dan edukasi yang dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa SMP Suluh Jakarta mengenai manfaat Tanaman Obat Keluarga (TOGA) sebagai upaya preventif penyakit ginjal. Metode yang digunakan adalah sosialisasi interaktif, demonstrasi pembuatan jamu herba, dan edukasi pemanfaatan TOGA yang sehat bagi fungsi ginjal (seperti daun kumis kucing, seledri, atau kelor) kepada siswa. Evaluasi dengan membandingkan nilai pre-test dan post-test untuk mengukur peningkatan pemahaman siswa. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan siswa yang signifikan mengenai potensi Tanaman Obat Keluarga (TOGA) untuk mencegah penyakit ginjal dari rerata 51,2 menjadi 74,4. Melalui sosialisasi ini, diharapkan siswa SMP Suluh Jakarta mampu menerapkan gaya hidup sehat dan memanfaatkan TOGA secara mandiri dalam kehidupan sehari-hari, guna mengurangi risiko penyakit ginjal sejak dini, yang pada akhirnya dapat mengurangi risiko gagal ginjal di masa depan. Kegiatan ini mengintegrasikan edukasi kesehatan dengan pendekatan lingkungan yang hijau.

**Kata Kunci:** Sosialisasi; TOGA; Penyakit\_Ginjal; Remaja; SMP\_Suluh\_Jakarta

**Diterima:**  
29-04-2026

**Disetujui:**  
20-05-2026

**Online:**  
20-05-2026

### ABSTRACT

Chronic kidney disease constitutes a significant public health concern associated with unhealthy lifestyle patterns, particularly the excessive consumption of fast food, which has increasingly affected adolescents. Limited knowledge regarding early prevention strategies through community-based health education, especially within the school environment, remains a critical issue. SMP Suluh Jakarta, as an educational institution, plays a strategic role in fostering environmental health awareness and promoting students' self-reliance in maintaining their health. This community service program aimed to provide health education and socialization activities to enhance students' knowledge and awareness regarding the benefits of Family Medicinal Plants (Tanaman Obat Keluarga/TOGA) as a preventive measure against kidney disease. The methods employed in this program included interactive counseling sessions, demonstrations on the preparation of herbal remedies, and education concerning the appropriate utilization of TOGA for maintaining kidney function, such as cat's whiskers, celery, and moringa. Program evaluation was conducted through pre-test and post-test assessments to measure the

improvement in students' understanding. The results demonstrated a substantial increase in students' knowledge regarding the potential benefits of TOGA in preventing kidney disease, as reflected by the increase in average scores from 51.2 to 74.4. Through this educational outreach program, students of SMP Suluh Jakarta are expected to adopt healthier lifestyle behaviors and independently utilize TOGA in their daily lives, thereby reducing the risk of kidney disease at an early stage and minimizing the potential occurrence of kidney failure in the future. Furthermore, this activity integrates health education with an environmentally sustainable and green-based approach.

Copyright © 2026 Jurnal Pengabdian Masyarakat Farmasi : Pharmicare Society

**Keywords:** Outreach; TOGA; Kidney\_Disease; Adolescent; SMP\_Suluh\_Jakarta

<b>Received:</b> 2026-04-29	<b>Accepted:</b> 2026-05-20	<b>Online:</b> 2026-05-20
--------------------------------	--------------------------------	------------------------------

## 1. Pendahuluan

Penyakit ginjal kronis atau *Chronic Kidney Disease* (CKD) kini tidak hanya mengancam usia lanjut, tetapi juga mulai mengintai usia produktif akibat pola hidup dan konsumsi pangan yang tidak sehat sejak dini [1]. Usia produktif menurut *World Health Organization* (WHO) antara 15 hingga 59 tahun dan Badan Pusat Statistik (BPS) antara 15 hingga 64 tahun, dimana seseorang mampu berkerja secara fisik dan mental untuk menghasilkan barang atau jasa [2]. Penyebab penyakit ginjal diantaranya predisposisi genetik, kondisi medis, dan gaya hidup yang tidak sehat. Usia produktif pada remaja dan dewasa biasanya memiliki gaya hidup dengan mengkonsumsi pangan siap saji atau *Ultra Processed Food* (UPF). Konsumsi UPF dalam jangka lama dan jumlah tinggi dapat meningkatkan risiko kejadian CKD [3]. Pangan siap saji atau pangan olahan yang mengandung garam, gula, dan lemak dengan konsentrasi tinggi serta kurangnya konsumsi buah dan sayuran sangat berperan meningkatkan risiko masalah ginjal. Menurut [4] UPF risiko gagal ginjal berkorelasi signifikan terhadap peningkatan natrium dan gula yang memicu hipertensi dan resistensi insulin, efek adiktif yang memperburuk pola makan tidak sehat, dan dampak langsung dari bahan kimia tambahan seperti fosfat dan *advanced glycation end products* (AGEs).

Sebagai upaya preventif dan promotif, pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) menawarkan solusi alami yang mudah, murah, dan aman untuk menjaga kesehatan. TOGA dapat di tanam di halaman rumah, sekolah, kebun atau didalam pot dalam rangka memenuhi kebutuhan keluarga akan obat-obatan. TOGA dapat digunakan untuk pemberi cita rasa/bumbu, pengharum, dan pengawet karena adanya kandungan senyawa fitokimia pada tanaman. Contoh tanaman yang memiliki khasiat yaitu jahe, kencur, kunyit, temulawak, kapulaga, dan sebagainya. Pemanfaatan tanaman ini salah satunya sebagai jamu [5], [6]. Penggunaan tanaman obat keluarga sebagai jamu, dapat digunakan dengan cara direbus langsung, atau diparut dan ditiriskan untuk diminum dalam bentuk cair, atau dibuat dalam bentuk serbuk [7], [8]. Salah satu fungsi TOGA sebagai sarana untuk mendekatkan tanaman obat kepada upaya-upaya kesehatan masyarakat yang antara lain pencegahan, meningkatkan kesehatan, penyembuhan penyakit, memperbaiki gizi masyarakat, serta sarana pelestarian alam dan sarana penyebaran gerakan penghijauan.

Tanaman obat keluarga dapat digunakan untuk mencegah berbagai penyakit, diantaranya: ginjal, batuk, demam, diabetes mellitus, hati, dan lain-lain [9]. Penyakit ginjal adalah gangguan pada ginjal yang dapat menyebabkan penurunan fungsi organ tersebut, baik secara akut maupun kronis dan dapat mengganggu kemampuan ginjal untuk menyaring limbah dan menjaga keseimbangan cairan dan elektrolit dalam tubuh [10]. Beberapa penelitian yang menguji penggunaan bahan alam untuk mencegah penyakit ginjal sebagai berikut: penelitian [11] menyatakan pemberian daun sukun (*Artocarpus altilis*) sebagai obat herbal pada gangguan ginjal tikus wistar yang diberi ciplastin dapat menurunkan kadar ureum dan kreatinin. Penelitian lain [12] tentang

herba ciplukan yang dapat memperbaiki gangguan fungsi ginjal mencit putih jantan yang diinduksi oleh gentamisin serta penelitian [13] tentang ekstrak etanolik daun kelor (*Moringa oliefera*) dengan dosis 40 mg/200gBB dan dosis 80 mg/200gBB menurunkan kadar kreatinin dan memperbaiki gambaran histopatologi ginjal tikus putih (*Rattus norvegicus*) hiperkolesterolemia secara bermakna. Seledri, kumis kucing, atau sukun memiliki khasiat tradisional yang terbukti secara turun temurun menjaga fungsi ginjal [14].

SMP Suluh terletak di Kelurahan Jati Padang Kecamatan Pasar Minggu Provinsi DKI Jakarta. SMP Suluh merupakan sekolah dibawah Yayasan Hortikultura. Hasil observasi di lingkungan sekolah, diketahui lahan sangat terbatas dan perlu memberikan sosialisasi tentang TOGA. Selain itu SMP Suluh Jakarta, sebagai institusi Pendidikan memiliki peran strategis dalam menanamkan kesadaran kesehatan sejak dini kepada para siswa. Melalui sosialisasi ini diharapkan para siswa sebagai mitra tidak hanya memahami risiko penyakit ginjal, tetapi juga mampu mempraktikkan budaya hidup sehat melalui apotek hidup di lingkungan rumah maupun sekolah. Dengan mengenalkan TOGA, pengabdian dan sekolah ikut serta dalam investasi kesehatan jangka panjang serta melestarikan kekayaan alam Indonesia.

## 2. Metode Pelaksanaan

Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat dalam bentuk sosialisasi pemanfaatan TOGA untuk mencegah penyakit ginjal dengan target siswa SMP Suluh Jakarta berjumlah 30 orang. Kegiatan ini dilaksanakan pada Hari Jum'at, tanggal 22 Agustus 2025 pukul 13.00 - 15.00 WIB di Ruang Rapat Jurusan Analisis Farmasi dan Makanan Poltekkes Kemenkes Jakarta II. Tahapan kegiatan pengabdian kepada masyarakat terdiri dari persiapan, pelaksanaan, dan monitoring evaluasi (monev).

Sebelum kegiatan dilaksanakan pengabdian berkoordinasi dengan pihak sekolah untuk membahas jumlah siswa, lokasi, waktu pelaksanaan, dan bentuk kegiatan yang akan disampaikan. Metode penyampaian materi secara visual dengan menggunakan *PowerPoint Transparant* dan demonstrasi pembuatan minuman herbal dari beberapa tanaman herba untuk mencegah ginjal [15], [16]. Saat hari pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat mitra mengisi pre-test yang terdiri dari 5 pertanyaan, dilanjutkan dengan materi sosialisasi dan demonstrasi pembuatan minuman herba untuk mencegah penyakit ginjal serta diakhiri dengan mengisi post-test dengan soal yang sama di awal. Sebagai kesimpulan ada tahap monitoring dan evaluasi untuk mengetahui apakah ada peningkatan pengetahuan setelah diberikan edukasi.

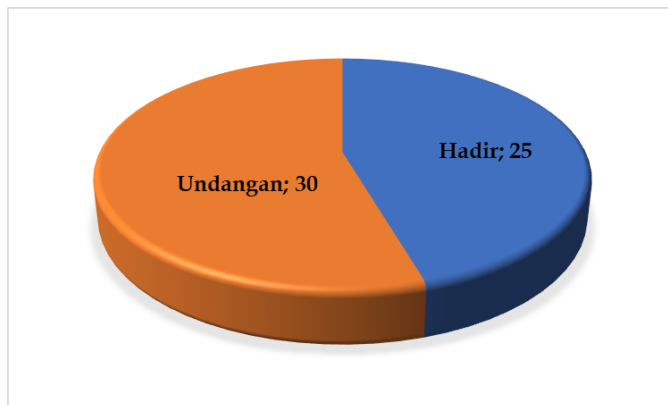
## 3. Hasil dan Pembahasan

### Hasil

Berikut data hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat mulai dari demografi mitra, undangan, dan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan sosialisasi.

Tabel 1. Data Demografi Mitra (n = 25)

Umur (Tahun)	Laki-Laki	Perempuan (%)	Total
12	5	3	8
13	6	4	10
14	0	7	7



Gambar 1. Undangan Mitra yang Hadir



Gambar 2. Dokumentasi Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat

**Tabel 2.** Hasil Pre-Test dan Post-Test

Kriteria Penilaian	Pre-test	Post-test
Makanan pemicu ginjal	72	88
Herba pencegah ginjal	64	100
Contoh PTM	72	92
Penyakit penyebab gagal ginjal	20	48
Manfaat daun kelor	28	44
<b>Rerata</b>	<b>51,2</b>	<b>74,4</b>

### Pembahasan

Tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat adalah untuk meningkatkan pengetahuan siswa terutama dalam pemanfaatan tanaman TOGA untuk mencegah penyakit ginjal. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan setelah pengabdian berkoordinasi dengan pihak SMP Suluh. Jumlah siswa atau mitra yang diundang sebanyak 30 orang, dimana yang hadir 25 orang (Gambar 1) dengan didampingi oleh tiga guru dari SMP Suluh. Lima orang siswa yang tidak hadir karena ada jadwal kegiatan lain di sekolah. Siswa SMP Suluh yang hadir berusia 12-15 tahun (kelas 7 - 9), dimana jenis kelamin perempuan lebih banyak daripada laki-laki. Kisaran usia siswa SMP Suluh ini dapat digolongkan sebagai remaja [17].

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat diawali dengan sambutan oleh Ketua Jurusan Analisis Farmasi dan Makanan, dilanjutkan sambutan oleh salah satu dari guru SMP Suluh. Kemudian dilanjutkan foto bersama yang dapat dilihat pada Gambar 2. Penyampaian materi disampaikan oleh pengabdian dengan menggunakan media PPT. Menurut [16] penyampaian materi dengan menggunakan media PPT berdampak terhadap edukasi pemanfaatan daun kelor sebagai pangan mie dalam upaya pencegahan *stunting*. Materi yang disampaikan berupa penjelasan penyebab penyakit ginjal, tanaman TOGA dan manfaatnya, tanaman TOGA yang dapat mencegah penyakit ginjal, serta cara membuat ramuan herbal. Setelah pemberian materi dilanjutkan dengan demonstrasi pembuatan minuman herbal agar dapat diaplikasikan di rumah atau di sekolah. Selama kegiatan berlangsung siswa menyimak materi dan antusias mengikuti dari awal sampai akhir serta bertanya jika kurang paham. Setelah selesai diskusi, dibuat pertanyaan dan bagi siswa yang dapat menjawab diberikan *doorprize*. Kemudian dilanjutkan foto bersama yang dapat dilihat pada Gambar 2.

Sebelum pemberian materi, dilakukan *pretest* terkait judul pengabdian kepada masyarakat. Jumlah soal sebanyak lima dengan bentuk pilihan ganda yang bertujuan untuk mengetahui pengetahuan siswa terhadap materi sebelum diberikan sosialisasi. Setelah pemberian materi, dilakukan *post-test* yang bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan siswa setelah diberikan sosialisasi pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat, dimana soal sama dengan *pre-test*. Hasil *pre-test* dan *post-test* ini merupakan kegiatan monitoring dan evaluasi dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Dari 25 siswa diperoleh rerata nilai *pre-test* siswa 51,2 yang menandakan pengetahuan awal masih terbatas terkait materi. Setelah mengikuti kegiatan dan demonstrasi, nilai *post-test* meningkat menjadi 74,4. Berdasarkan hasil analisis statistik uji t ( $\alpha = 0,05$ ) memberikan pengaruh nyata ( $p < 0,05$ ) yang artinya setelah pemberian sosialisasi tanaman obat keluarga (TOGA) untuk mencegah penyakit ginjal di SMP Suluh Jakarta terjadi peningkatan pengetahuan siswa. Hasil ini menggambarkan bahwa metode penyuluhan dan demonstrasi interaktif dan efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswa. Manfaat tanaman TOGA dari daun kumis kucing, daun seledri, dan

daun kelor sebagai obat tradisional yang memiliki potensi sebagai bahan dasar untuk mencegah penyakit ginjal dengan harga murah, aman, dan mudah untuk ditanam di sekolah atau rumah.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat memberikan manfaat kesehatan bagi siswa dan lingkungan sekolah, serta membuka peluang ekonomi bagi sekolah melalui pengolahan TOGA, pembuatan produk minuman herbal, dan pemasaran produk herbal berbasis sekolah. Selain itu, dengan pengetahuan dan ketrampilan yang diperoleh, siswa dapat memberikan edukasi dan informasi kepada rekan-rekan siswa di lingkungan sekolah, sehingga dampak positif dapat dirasakan secara luas.

#### 4. Kesimpulan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berhasil meningkatkan pengetahuan siswa di SMP Suluh Jakarta tentang manfaat Tanaman Obat Keluarga (TOGA) untuk mencegah penyakit ginjal. Peningkatan pengetahuan tercermin dari sebelum kegiatan dilaksanakan adalah 51,2 dan meningkat setelah kegiatan dilaksanakan adalah 74,4. Kegiatan ini memberikan peluang ekonomi bagi siswa dan sekolah untuk memproduksi dan memasarkan produk minuman herbal untuk mencegah penyakit ginjal.

#### Ucapan Terima Kasih

Tim pengabdian menyampaikan terima kasih kepada Ketua Jurusan Analisis Farmasi dan Makanan Poltekkes Kemenkes Jakarta II serta Kepala Sekolah, Bapak/Ibu Guru SMP Suluh Jakarta atas izin dan dukungan yang diberikan selama pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini. Apresiasi khusus kami sampaikan kepada para siswa-siswi yang telah berpartisipasi aktif, serta seluruh pihak yang terlibat yang tidak dapat disebutkan satu per satu atas kerja samanya sehingga kegiatan ini berjalan dengan lancar dan memberikan manfaat yang nyata bagi peningkatan pengetahuan di lingkungan sekolah.

#### Referensi

- [1] W. Tanoto, "Pendidikan Kesehatan Pengetahuan Masyarakat tentang Dampak Mengonsumsi Minuman Berenergi pada Organ Ginjal," *J. Pengabd. Masy. Mandira Cendikia*, vol. 4, no. 1, pp. 13–29, 2025, doi: <https://doi.org/10.70570/jpkmmc.v4i1.1551>.
- [2] I. Juliana, H. K. Hengky, F. Umar, and U. Usman, "Analisis Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi pada Usia Produktif (15-59 Tahun)," *J. Gizi Kerja dan Produkt.*, vol. 5, no. 1, pp. 138–148, 2024, doi: <http://dx.doi.org/10.62870/jgkp.v5i1.24602>.
- [3] B. Xiao *et al.*, "Ultra-Processed Food Consumption and the Risk of Incident Chronic Kidney Disease: A Systematic Review and Meta-Analysis of Cohort Studies," *Ren. Fail.*, vol. 46, no. 1, pp. 1–10, 2024, doi: [10.1080/0886022X.2024.2306224](https://doi.org/10.1080/0886022X.2024.2306224).
- [4] W. Sulastri, S. Yani, and R. W. Utami, "Bahaya Tersembunyi Makanan Ultra-Proses: Faktor Risiko Utama Gagal Ginjal di Indonesia : Scoping Review," *Ris. Media Keperawatan*, vol. 7, no. 2, pp. 80–86, 2024, doi: <https://doi.org/10.51851/jrmk.v7i2.639>.
- [5] L. Hakim, *Rempah & Herba Kebun-Pekarangan Rumah Masyarakat: Keragaman, Sumber Fitofarmaka dan Wisata Kesehatan Kebugaran*, no. 164. Yogyakarta: Diandra Pustaka Indonesia, 2015.

- [6] D. Sari and A. Nasuha, "Kandungan Zat Gizi, Fitokimia, dan Aktivitas Farmakologis pada Jahe (*Zingiber officinale* Rosc.): Review," *Trop. Biosci. J. Biol. Sci.*, vol. 1, no. 2, pp. 11–18, 2021, doi: 10.32678/tropicalbiosci.v1i2.5246.
- [7] R. Yanuarty, "Minuman Herbal Modern 'Jahe Float' Sebagai Inovasi Usaha Berbasis Kesehatan," *J. Altifani Penelit. dan Pengabdi. Kpd. Masy.*, vol. 2, no. 1, pp. 48–56, 2022, doi: 10.25008/altifani.v2i1.200.
- [8] Y. Susilawati, N. A. Putriana, and S. A. Zakariya, "Review: Ramuan Herbal Indonesia sebagai Peningkat Daya Tahan Tubuh," *J. Jamu Indones.*, vol. 7, no. 1, pp. 31–49, 2022.
- [9] T. M. Grenvilco DO, Kumontoy, Djefry D, "Pemanfaatan Tanaman Herbal Sebagai Obat Tradisional Untuk Kesehatan Masyarakat Di Desa Guaan Kecamatan Mooat Kabupaten Bolaang Mongondow Timur," *J. Holistik*, vol. 16, no. 3, pp. 1–16, 2023.
- [10] D. Anggraini, "Aspek Klinis Dan Pemeriksaan Laboratorium Penyakit Ginjal Kronik," *An-Nadaa J. Kesehat. Masy.*, vol. 9, no. 2, pp. 236–239, 2022, doi: 10.31602/ann.v9i2.9229.
- [11] E. Suprasetya, "Daun Sukun (*Artocarpus Altilis*) Sebagai Obat Gangguan Ginjal Pada Tikus Wistar Yang Diberi Cisplastin," *J. Permata Indones.*, vol. 11, no. 1, pp. 7–10, 2022, doi: 10.59737/jpi.v11i1.74.
- [12] S. Oktavia, S. Dharma, and A. Yarman, "Pengaruh Pemberian Ekstrak Etanol Herba Ciplukan (*Physalis angulata* L.) Terhadap Gangguan Fungsi Ginjal Mencit Putih Jantan," *J. Farm. Higea*, vol. 8, no. 1, pp. 39–43, 2016.
- [13] T. Rosyida, D. R. Budiani, F. A. Hakim, and R. N. Persik, "Efek Pemberian Ekstrak Daun *Moringa oleifera* Terhadap Kadar Kreatini dan Gambaran Histopatologi Ginjal Tikus Putih Hiperkolesterolemia," *MANUJU, Malahayati Nurs. J.*, vol. 4, no. 10, pp. 2620–2629, 2022.
- [14] R. Dewi, "Pemanfaatan 12 Bahan Alami dan Pembuatan Resep Tradisional Warisan Leluhur untuk Meredakan Nyeri Akibat Batu Ginjal," *J. Mandala Pengabdi. Masy.*, vol. 5, no. 2, pp. 427–430, 2024, doi: 10.35311/jmpm.v5i2.485.
- [15] Sulkan, "Penerapan Metode Demonstrasi untuk Meningkatkan Kemampuan Guru dalam Menggunakan Microsoft Office Power Point sebagai Media Pembelajaran di SMPN 1 Sukorame Lamongan," *Reforma J. Pendidik. dan Pembelajaran*, vol. 9, no. 2, pp. 2621–4172, 2020, doi: <https://doi.org/10.30736/rf.v9i2>.
- [16] J. Suriawati and S. R. Rachmawati, "Edukasi Pemanfaatan Daun Kelor (*Moringa oleifera* L.) sebagai Pangan Mie dalam Upaya Pencegahan Stunting di Kelurahan Jati Padang, DKI Jakarta," vol. 5, no. 3, pp. 711–718, 2025, doi: <https://doi.org/10.54082/jamsi.1789>.
- [17] M. Al Amin, "Klasifikasi Kelompok Umur Manusia Berdasarkan Analisis Dimensi Fraktal Box Counting dari Citra Wajah dengan Deteksi Tepi Canny," *MATHunesa*, vol. 2, no. 6, pp. 33–42, 2017.