

## Implementasi Mata Kuliah PHS: Penanaman Tanaman Obat Keluarga di SMP Negeri 2 Gorontalo

Meri Haryani\*<sup>1</sup>, Moh Apriansyah Hatibie<sup>1</sup>, Budi Setiawan<sup>1</sup>, Haikal Malik<sup>1</sup>, Rehan Antu<sup>1</sup>,  
Meliskawati Didipu<sup>1</sup>, Safri Irawan<sup>1</sup>, Mahmudin Buhungo<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Olahraga dan Kesehatan,  
Universitas Negeri Gorontalo  
email: meriharyani22@ung.ac.id<sup>1</sup>

### Abstract

*The implementation of the Health Behavior course (PHS) at SMPN 2 Gorontalo involves the application of Family Medicinal Plants (TOGA) as part of health education. This program utilizes the available land around the school to grow various medicinal plants with healing properties. The plants taught and cultivated at the school include turmeric, ginger, galangal, temulawak, and kaffir lime. Through this activity, students are provided with an understanding of the benefits of family medicinal plants in treating common illnesses such as colds, coughs, and indigestion. Additionally, they are taught how to plant and care for medicinal plants, which can be used for simple treatments and natural cosmetic products. This activity aims to enhance students' awareness of the importance of maintaining health through natural and independent methods, as well as introducing them to agricultural practices beneficial for health.*

**Keywords :** Herbal Plants; Traditional Medicine; Public Health; First Aid; Traditional Herbal Drinks

### Abstrak

*Implementasi mata kuliah Perilaku Hidup Sehat (PHS) di SMPN 2 Gorontalo melibatkan penerapan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) sebagai bagian dari pendidikan kesehatan. Program ini memanfaatkan lahan di sekitar sekolah untuk menanam berbagai tanaman obat yang memiliki khasiat untuk mengobati berbagai penyakit. Tanaman yang diajarkan dan ditanam di sekolah ini meliputi kunyit, jahe, lengkuas, temulawak, dan jeruk purut. Melalui kegiatan ini, siswa diberikan pemahaman tentang manfaat tanaman obat keluarga dalam pengobatan penyakit sehari-hari seperti flu, batuk, dan masuk angin. Selain itu, mereka juga diajarkan cara menanam dan merawat tanaman obat yang dapat digunakan untuk pengobatan sederhana dan bahan kosmetik alami. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman siswa mengenai pentingnya menjaga kesehatan dengan cara yang alami dan mandiri, serta memperkenalkan mereka pada praktik pertanian yang berguna untuk Kesehatan.*

**Kata kunci :** Tanaman Herbal; Pengobatan Tradisional; Kesehatan Masyarakat; Pertolongan Pertama; Jamu Tradisional

## 1. PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan faktor yang sangat penting dalam mewujudkan masyarakat yang sejahtera, terutama di daerah dengan keterbatasan akses terhadap fasilitas kesehatan. Di wilayah seperti SMPN 2 Gorontalo, di mana layanan medis seperti puskesmas dan rumah sakit terkadang tidak dapat dijangkau dengan mudah, penting bagi masyarakat untuk memiliki alternatif dalam menjaga kesehatan yang dapat dilakukan secara mandiri. Tanaman obat keluarga (TOGA) menjadi salah satu solusi yang dapat dimanfaatkan oleh masyarakat setempat. TOGA adalah program yang memanfaatkan pekarangan rumah, kebun, atau lahan sekitar rumah untuk menanam berbagai jenis tanaman yang memiliki khasiat sebagai obat tradisional, seperti kunyit, jahe, lengkuas, temulawak, dan sereh. Selain sebagai obat, tanaman ini juga berfungsi sebagai penghias halaman rumah yang dapat meningkatkan keindahan lingkungan sekitar.

Pemanfaatan TOGA sangat relevan, mengingat banyaknya penyakit ringan yang dapat diobati dengan tanaman obat, seperti batuk, flu, masuk angin, atau panas dalam. Selain itu, beberapa jenis tanaman obat juga terbukti memiliki khasiat untuk membantu mengatasi penyakit yang lebih serius, seperti tumor dan kanker. Di tengah kesulitan akses ke layanan kesehatan yang lebih formal, tanaman obat keluarga dapat menjadi solusi yang sangat berguna sebagai pertolongan pertama bagi masyarakat.

Tidak hanya itu, tanaman obat juga dapat dikembangkan menjadi bahan untuk kosmetik alami yang mendukung perawatan tubuh dan kecantikan, dengan manfaat bagi kesehatan kulit dan peningkatan stamina tubuh.

Kegiatan pengabdian yang dilakukan di SMPN 2 Gorontalo ini bertujuan untuk memberikan pemahaman tentang pentingnya penanaman dan pemanfaatan tanaman obat keluarga sebagai bagian dari gaya hidup sehat yang dapat diterapkan sehari-hari. Melalui edukasi ini, diharapkan para siswa dan masyarakat di sekitar sekolah bisa mengaplikasikan pengetahuan yang didapat untuk menanam, merawat, serta mengolah tanaman obat menjadi ramuan yang dapat membantu menjaga kesehatan keluarga mereka. Edukasi tentang TOGA di SMPN 2 Gorontalo tidak hanya memberikan pengetahuan tentang manfaatnya, tetapi juga memperkenalkan cara-cara menanam yang benar serta teknik perawatan tanaman agar hasilnya optimal. Dengan adanya kegiatan ini, diharapkan masyarakat dapat menjadi lebih mandiri dalam menjaga kesehatan, mengurangi ketergantungan pada obat-obatan kimia, serta membangun kesadaran tentang pentingnya pola hidup sehat berbasis pada potensi alam yang ada di sekitar mereka.

Urgensi kegiatan ini semakin terlihat penting mengingat keberadaan TOGA yang tidak hanya memberikan manfaat untuk kesehatan, tetapi juga dapat membantu masyarakat mengatasi masalah ekonomi, terutama dalam menyediakan bahan obat secara mandiri. Dengan memanfaatkan pekarangan rumah yang ada, masyarakat tidak perlu lagi mengeluarkan biaya tinggi untuk membeli obat-obatan kimia. Sebagai alternatif pengobatan yang mudah diakses dan terjangkau, TOGA dapat menjadi pilihan yang efektif dalam mendukung kesehatan masyarakat di daerah yang jauh dari fasilitas medis. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian ini tidak hanya fokus pada pemahaman teori, tetapi juga melibatkan praktik langsung yang diharapkan dapat memberi dampak positif dan berkelanjutan bagi kesehatan masyarakat SMPN 2 Gorontalo.

## **2. METODE**

Kegiatan penerapan mata kuliah Perilaku Hidup Sehat melalui penanaman tanaman obat keluarga (TOGA) di SMPN 2 Gorontalo dilaksanakan selama tiga hari, yaitu pada tanggal 7, 12, dan 15 September 2024.

### **a. Hari Pertama: Observasi Awal**

Pada tanggal 7 September 2024, tim melakukan kunjungan ke SMPN 2 Gorontalo untuk melakukan observasi awal. Dalam kegiatan ini, tim meminta izin kepada pihak sekolah untuk melaksanakan proyek penanaman TOGA. Hasil dari observasi menunjukkan bahwa pihak sekolah memberikan izin untuk melaksanakan proyek tersebut.

### **b. Hari Kedua: Penyerahan Surat Perizinan**

Pada tanggal 12 September 2024, tim kembali mengunjungi sekolah untuk menyerahkan surat perizinan resmi kepada pihak sekolah agar kegiatan penanaman TOGA dapat dilaksanakan sesuai dengan permintaan mereka.

### **c. Hari Ketiga: Pelaksanaan Kegiatan Penanaman TOGA**

Pada tanggal 15 September 2024, tim melaksanakan kegiatan penanaman TOGA yang dimulai dengan sosialisasi kepada siswa. Sosialisasi ini mencakup penjelasan tentang pengertian, jenis-jenis, manfaat, dan cara menanam tanaman obat keluarga yang benar. Setelah itu, siswa diajak untuk langsung mempraktikkan penanaman berbagai jenis tanaman obat keluarga, seperti jahe, kunyit, temulawak, sereh, dan daun sirih di lahan percontohan yang telah disiapkan di sekolah.

Kegiatan ini melibatkan 34 siswa sebagai peserta, di mana materi pelatihan penanaman diberikan oleh mahasiswa, sementara dosen bertindak sebagai pembimbing dan evaluator terhadap kinerja mahasiswa serta pemahaman siswa.

## **3. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Setelah melakukan observasi selama tiga hari, kegiatan penanaman tanaman obat keluarga (TOGA) di SMPN 2 Gorontalo yang melibatkan 34 siswa kelas 9 dan 6 mahasiswa pendamping menunjukkan hasil yang positif. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman siswa tentang manfaat tanaman obat sekaligus mendukung program penghijauan sekolah.

Hari Pertama: Observasi awal Pelaksanaan kegiatan pembuatan tanaman obat keluarga (TOGA) ini bertempat di kota Gorontalo tepatnya di SMPN 2 GORONTALO. kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 07,12, dan 15 september 2024. Hari pertama pada pukul 10.15 wita kami melakukan kunjungan ke sekolah SMPN 2 GORONTALO untuk melakukan observasi awal. Dalam observasi awal ini kami meminta izin kepada pihak sekolah untuk melaksanakan project menanam tanaman obat keluarga, dan hasil dari observasi ini pihak sekolah mengizinkan kami melaksanakan project.

Hari kedua: Administrasi/penyerahan surat izin Pada hari senin tanggal 12 november 2024 pukul 10.00 wita, kelompok kami mengunjungi kembali sekolah SMPN 2 GORONTALO untuk menyerahkan surat perizinan untuk melakukan kegiatan penanaman tanaman obat keluarga sesuai permintaan dari pihak sekolah.



**Gambar 1. Penyerahan Surat Izin Kepada Pihak Sekolah**

Hari Ketiga: Pelaksanaan Kegiatan Pada hari jumat tanggal 15 november 2024 jam 10.00 kelompok kami melaksanakan kegiatan penanaman tanaman obat keluarga. Dengan diawali sosialisasi terlebih dahulu. dimana kami menjelaskan pengertian, jenis-jenis, manfaat, dan cara menanam tanaman obat keluarga yang benar. Pada kegiatan sosialisasi ini kami melibatkan siswa kelas 9 dengan jumlah 34 siswa.



**Gambar 2. Kegiatan Sosialisasi Terkait Penanaman Tanaman Obat Keluarga**

Setelah melakukan sosialisasi kami mengajak siswa SMPN 2 GORONTALO menanam bersama tanaman obat keluarga. Jenis tanaman obat keluarga yang akan kami tanam yaitu Sereh, Kunyit, dan Jahe. Sebelumnya kami telah menyiapkan alat dan bahan yaitu polybag dan tanah yang sudah dicampur pupuk. Kegiatan pertama yang akan di lakukan sebelum menanam, kami memberikan satu persatu polybag kepada siswa.

Kedua, kami memberikan contoh terlebih dahulu bagaimana cara menanam tanaman obat

keluarga yang baik dan benar, sehingga mempermudah siswa melakukannya. Ketiga, setelah memberikan contoh kepada siswa kami memberikan arahan kepada siswa agar langsung mengisi tanah yang sudah di campur pupuk ke dalam polybag dan menaruh tanaman satu persatu secara bergantian untuk menanam tanaman jahe, kunyit, dan sereh tersebut dengan baik.



**Gambar 3. Pemberian Contoh Penanaman Tanaman Obat Keluarga Pada Siswa**

Selanjutnya, kami memberikan kesempatan kepada siswa agar menanam sendiri tanaman obat keluarga, dengan kami yang masih mengamati cara mereka melakukan penanaman tersebut. Semua siswa melakukan penanaman, terakhir kami memberikan arahan agar mereka menempatkan tanaman obat keluarga di tempat yang sudah disediakan dan pastinya tempat tersebut aman untuk di letakkan tanaman obat keluarga. Akhir dari project, kami memberikan konsumsi berupa kue dan air putih(aqua) kepada siswa yang telah membantu kegiatan penanaman tanaman obat keluarga.



**Gambar 4. Siswa Meletakkan Semua Tanaman Obat Keluarga Di Tempat Yang Sudah Disediakan**

Hasil kegiatan pengabdian ini menunjukkan bahwa program penanaman tanaman obat keluarga (TOGA) di SMPN 2 Gorontalo berhasil dilaksanakan dengan melibatkan berbagai pihak, seperti siswa, mahasiswa pendamping, dan pihak sekolah. Kegiatan ini tidak hanya memberikan pengalaman langsung kepada siswa tentang cara menanam dan merawat tanaman, tetapi juga meningkatkan pemahaman mereka tentang pentingnya tanaman obat keluarga bagi kesehatan dan lingkungan.

**a. Peningkatan Pemahaman Siswa**

Kegiatan sosialisasi yang dilakukan sebelum penanaman memberikan dampak positif terhadap pengetahuan siswa kelas 9. Penjelasan mengenai jenis-jenis tanaman, manfaatnya, dan cara menanam yang benar membuat siswa lebih memahami nilai praktis tanaman obat keluarga,

seperti sereh, kunyit, dan jahe. Sosialisasi yang interaktif juga memotivasi siswa untuk berpartisipasi aktif selama kegiatan berlangsung.

**b. Kolaborasi antara Mahasiswa dan Siswa**

Keterlibatan mahasiswa pendamping sebagai fasilitator dalam kegiatan ini menciptakan lingkungan belajar yang kondusif. Mahasiswa tidak hanya membantu teknis pelaksanaan, tetapi juga menjadi role model bagi siswa. Kerjasama antara mahasiswa dan siswa memperlihatkan sinergi yang baik dalam mendukung program penghijauan sekaligus edukasi kesehatan.

**c. Dukungan Program Penghijauan Sekolah**

Penanaman TOGA mendukung program penghijauan yang telah dicanangkan sekolah. Dengan adanya tanaman obat keluarga, sekolah tidak hanya terlihat lebih hijau tetapi juga memiliki manfaat tambahan sebagai sumber bahan alami untuk pengobatan sederhana. Program ini juga dapat menjadi inspirasi bagi siswa untuk melakukan hal serupa di rumah mereka masing-masing.

**d. Pengelolaan dan Keberlanjutan**

Meskipun kegiatan ini selesai dengan baik, penting untuk memastikan keberlanjutan program ini di masa mendatang. Pihak sekolah diharapkan dapat mengintegrasikan program penanaman TOGA ini ke dalam kegiatan rutin seperti mata pelajaran prakarya atau ekstrakurikuler. Selain itu, perlu adanya pemantauan berkala terhadap kondisi tanaman dan pemberian tanggung jawab kepada siswa untuk merawatnya.

Dengan hasil dan dampak yang dicapai, program ini dapat menjadi contoh implementasi pembelajaran berbasis proyek (*project-based learning*) yang efektif, khususnya dalam mengintegrasikan pendidikan kesehatan dan pelestarian lingkungan. Kegiatan serupa dapat direplikasi di sekolah lain untuk mendukung pengembangan wawasan siswa tentang pentingnya menjaga kesehatan dan lingkungan secara bersamaan.

#### **4. KESIMPULAN**

Kegiatan penanaman tanaman obat keluarga (TOGA) di SMPN 2 Gorontalo berhasil dilaksanakan dengan melibatkan siswa, mahasiswa pendamping, dan pihak sekolah. Kegiatan ini berhasil meningkatkan pemahaman siswa tentang manfaat tanaman obat sekaligus mendukung program penghijauan sekolah. Melalui sosialisasi dan praktik penanaman, siswa mendapatkan pengalaman langsung tentang cara menanam dan merawat tanaman obat seperti sereh, kunyit, dan jahe. Kolaborasi yang terjalin antar pihak menunjukkan efektivitas pendekatan pembelajaran berbasis pengalaman. Untuk keberlanjutan, disarankan agar sekolah mengintegrasikan kegiatan ini ke dalam program rutin, sehingga manfaatnya dapat dirasakan secara berkelanjutan dalam mendukung kesehatan dan pelestarian lingkungan..

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Dwinata, A., et al. (2022). Pemberdayaan Masyarakat Sekolah Peduli Sehat melalui Penanaman Tanaman Obat Keluarga (TOGA) di SDN Mejoyolosari. *Jurnal Abdi Masyarakat*, Universitas Hasyim Asy'ari.
- Fitriatien, N. R., et al. (2017). Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga sebagai Upaya Peningkatan Kesehatan Masyarakat. *Jurnal I-Com*, Universitas Islam Raden Rahmat Malang.
- Hapsari, A. T., & Santoso, D. (2021). Penanaman Tanaman Obat Keluarga (TOGA) sebagai Salah Satu Upaya Menumbuhkan Kepedulian Kesehatan Keluarga. *Prosiding Seminar Nasional Biologi*, Universitas Sebelas Maret.
- Harefa, N. (2020). Pemanfaatan Hasil Tanaman sebagai Tanaman Obat Keluarga (TOGA). *Madani: Indonesian Journal of Civil Society*, 2(2), 28-36.
- Kurochman, S. S. N., et al. (2023). Edukasi Tanaman Obat Keluarga (TOGA) Usia Dini dan Pelatihan Pembuatan Media Tanam dari Limbah Dapur serta Rak Vertikulture di Desa Perkebunan Gunung Melayu. *ResearchGate*.
- Nadhifah, S. S., et al. (2020). Edukasi Penanaman dan Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) di Desa Watusongu, Kecamatan Lembor Selatan, Kabupaten Manggarai Barat. *Jurnal Anoa*, Universitas Halu Oleo.

Trisnarningsih, U., Wahyuni, S., & Nur, S. (2019). Pemanfaatan Lahan Pekarangan dengan Tanaman Obat Keluarga. *Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat*, 3(2), 259-263.