

**LAPORAN HASIL PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT HIBAH
UNIVERSITAS ALMA ATA**



JUDUL :

Sosialisasi Lingkungan Sehat Cegah PTM dengan Tanaman TOGA

TIM PENGUSUL:

Dr. apt. Daru Estiningsih, M. Sc

ANGGOTA:

- | | |
|--------------------------------------|---------------------|
| 1. apt. Emelda, M. Farm | (Anggota Dosen) |
| 2. apt. Sundari Desi Nuryanti, M.Sc. | (Anggota Dosen) |
| 3. Dwi Pangestu | (Anggota Mahasiswa) |
| 4. Muh. Khoerul Habibi | (Anggota Mahasiswa) |
| 5. Muh. Aziz Maulana | (Anggota Mahasiswa) |
| 6. Roichana Zulfa | (Anggota Mahasiswa) |
| 7. Diva Az Zahra | (Anggota Mahasiswa) |
| 8. Alniyah Candrasari | (Anggota Mahasiswa) |
| 9. Siti Fitriyah | (Anggota Mahasiswa) |
| 10. Fryda Ayu Suryani | (Anggota Mahasiswa) |
| 11. Murniasih | (Anggota Mahasiswa) |
| 12. Putri Miftahul Khoiroh | (Anggota Mahasiswa) |
| 13. Isnaini | (Anggota Mahasiswa) |

PROGRAM STUDI S1 FARMASI

FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU-ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS ALMA ATA

2026

HALAMAN PENGESAHAN

Judul PKM : *Sosialisasi Lingkungan Sehat Cegah PTM dengan Tanaman TOGA*

Kode/nama rumpun ilmu :

Ketua Pelaksana

Nama Lengkap : **Dr. apt. Daru Estiningsih, M. Sc**

- a. NIK : -
- b. Jabatan Fungsional : Lektor
- c. Program Studi : S1 Farmasi
- d. Perguruan Tinggi : Universitas Alma Ata

Anggota PKM Dosen (1)

- a. Nama Lengkap : apt. Emelda, M.Farm
- b. Program Studi : S1 Farmasi
- c. Perguruan Tinggi : Universitas Alma Ata

Anggota PKM Dosen (2)

- a. Nama Lengkap : apt. Sundari Desi Nuryanti, M. Sc.
- b. Program Studi : S1 Farmasi
- c. Perguruan Tinggi : Universitas Alma Ata

Anggota PKM Mahasiswa (1)

- a. Nama Lengkap : Dwi Pangestu
- b. Program Studi : S1 Farmasi
- c. Perguruan Tinggi : Universitas Alma Ata

Anggota PKM Mahasiswa (2)

- a. Nama Lengkap : Muh. Khoerul Habibi
- b. Program Studi : S1 Informatika
- c. Perguruan Tinggi : Universitas Alma Ata

Anggota PKM Mahasiswa (3)

- a. Nama Lengkap : Muh. Aziz Maulana
- b. Program Studi : S1 Sistem Informasi
- c. Perguruan Tinggi : Universitas Alma Ata

Anggota PKM Mahasiswa (4)

- a. Nama Lengkap : Roichana Zulfa
- b. Program Studi : S1 Farmasi

c. Perguruan Tinggi : Universitas Alma Ata

Anggota PKM Mahasiswa (5)

a. Nama Lengkap : Diva Az Zahra

b. Program Studi : S1 Farmasi

c. Perguruan Tinggi : Universitas Alma Ata

Anggota PKM Mahasiswa (6)

a. Nama Lengkap : Ainayah Candrasari

b. Program Studi : S1 Farmasi

c. Perguruan Tinggi : Universitas Alma Ata

Anggota PKM Mahasiswa (7)

a. Nama Lengkap : Siti Fitriyah

b. Program Studi : S1 Farmasi

c. Perguruan Tinggi : Universitas Alma Ata

Anggota PKM Mahasiswa (8)

a. Nama Lengkap : Fryda Ayu Suryani

b. Program Studi : S1 Gizi

c. Perguruan Tinggi : Universitas Alma Ata

Anggota PKM Mahasiswa (9)

a. Nama Lengkap : Murniasih

b. Program Studi : S1 Sistem Informasi

c. Perguruan Tinggi : Universitas Alma Ata

Anggota PKM Mahasiswa (10)

a. Nama Lengkap : Putri Miftahul Khoiroh

b. Program Studi : Farmasi

c. Perguruan Tinggi : Universitas Alma Ata

Anggota PKM Mahasiswa (11)

a. Nama Lengkap : Isnaini

b. Program Studi : S1 Pendidikan Matematika

c. Perguruan Tinggi : Universitas Alma Ata

Lokasi Pelaksanaan : Dusun Karet Kecamatan Pleret, Bantul, Yogyakarta
Waktu Pelaksanaan : 1 hari
Biaya Pelaksanaan : Rp. 1.000.000

Bantul, 15 Februari 2026

**Mengetahui,
Dekan Fakultas Kedokteran
dan Ilmu-Ilmu Kesehatan**



**dr. Tridjoko Hadiano, DTM&H,
M.Kes.**



**Ketua Pelaksana,
Dr. apt. Daru Estiningsih, M. Sc**

**Menyetujui,
Ketua LPPM Universitas Alma Ata**



Dr. apt. Daru Estiningsih, M. Sc.

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN	2
DAFTAR ISI	4
INTISARI	5
BAB I PENDAHULUAN	6
BAB II METODE DAN JADWAL PELAKSANAAN.....	9
BAB III HASIL KEGIATAN	12
BAB IV PEMBAHASAN	15
DAFTAR PUSTAKA	17
LAMPIRAN	17

INTISARI

Kegiatan “*Sosialisasi Lingkungan Sehat Cegah PTM (Penyakit Tidak Menular) dengan Tanaman TOGA*” merupakan program kerja mahasiswa KKN-T Kelompok 18 Dusun Karet dari Universitas Alma Ata yang dilaksanakan pada 15 Februari 2026 di Balai Dusun Karet. Kegiatan ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat, khususnya ibu-ibu PKK, mengenai pencegahan Penyakit Tidak Menular (PTM) seperti hipertensi, diabetes melitus, penyakit jantung, dan stroke melalui penerapan pola hidup sehat serta pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA).

Metode pelaksanaan meliputi penyuluhan kesehatan tentang PTM dan faktor risikonya, edukasi pentingnya lingkungan sehat, serta demonstrasi pembuatan jamu herbal “Jejamu” berbahan jahe, kunyit, temulawak, dan sereh. Selain itu, peserta memperoleh leaflet edukatif sebagai media informasi lanjutan. Kegiatan mendapat respons positif dan antusias dari peserta, yang aktif mengikuti sesi diskusi dan praktik.

Hasil evaluasi menunjukkan bahwa kegiatan berjalan lancar dan tujuan program tercapai, yaitu meningkatnya pemahaman masyarakat mengenai upaya promotif dan preventif dalam mencegah PTM serta meningkatnya keterampilan dalam mengolah TOGA menjadi minuman herbal yang bermanfaat. Kegiatan ini diharapkan menjadi langkah awal dalam membangun kesadaran hidup sehat dan mendorong pemanfaatan TOGA secara berkelanjutan di lingkungan Dusun Karet.

Kata kunci: penyakit tidak menular, tanaman obat keluarga, sosialisasi kesehatan, jamu herbal, pemberdayaan masyarakat

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Penyakit Tidak Menular (PTM) seperti hipertensi, diabetes melitus, penyakit jantung, dan stroke merupakan masalah kesehatan masyarakat yang prevalensinya terus meningkat dari tahun ke tahun. PTM umumnya disebabkan oleh pola hidup yang kurang sehat, seperti konsumsi makanan tinggi gula dan lemak, kurang aktivitas fisik, serta rendahnya kesadaran masyarakat dalam melakukan pencegahan sejak dini. Kondisi ini menunjukkan pentingnya upaya promotif dan preventif guna menekan faktor risiko PTM melalui edukasi kesehatan yang berkelanjutan.

Salah satu bentuk pencegahan yang dapat dilakukan adalah pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA). Tanaman seperti jahe, kunyit, temulawak, dan sereh memiliki kandungan antioksidan dan antiinflamasi yang bermanfaat dalam membantu menjaga daya tahan tubuh serta mendukung pengendalian tekanan darah dan kadar gula darah. Pemanfaatan TOGA juga mendorong kemandirian masyarakat dalam menjaga kesehatan keluarga secara alami dan ekonomis.

Dusun Karet memiliki potensi lingkungan yang dapat dimanfaatkan untuk penanaman TOGA di pekarangan rumah. Ibu-ibu PKK sebagai penggerak keluarga memiliki peran penting dalam menerapkan pola hidup sehat di lingkungan rumah tangga. Oleh karena itu, diperlukan kegiatan edukatif yang tidak hanya memberikan pemahaman teoritis, tetapi juga keterampilan praktis dalam mengolah tanaman herbal menjadi minuman kesehatan.

Berdasarkan hal tersebut, mahasiswa KKN-T Kelompok 18 Dusun Karet Universitas Alma Ata menyelenggarakan kegiatan Sosialisasi Lingkungan Sehat Cegah PTM dengan Tanaman TOGA. Kegiatan ini dilaksanakan dalam bentuk penyuluhan kesehatan serta demonstrasi pembuatan jamu herbal “Jejamu” yang berbahan dasar jahe, kunyit, temulawak, dan sereh.

Melalui kegiatan ini, diharapkan masyarakat, khususnya ibu-ibu PKK Dusun Karet, dapat meningkatkan kesadaran akan pentingnya pencegahan PTM sejak dini, memanfaatkan potensi lingkungan sekitar melalui penanaman TOGA, serta menerapkan pola hidup sehat yang berkelanjutan demi terciptanya lingkungan yang lebih sehat dan produktif.

I. Judul Kegiatan

Nama program kerja yang akan diselenggarakan adalah **“Sosialisasi Lingkungan Sehat Cegah PTM (Penyakit Tidak Menular) dengan Tanaman TOGA”** melalui Demo Pembuatan Jamu “Jejamu”.

II. Landasan Kegiatan

Pembuatan pengajuan laporan pertanggungjawaban kegiatan “**Sosialisasi Lingkungan Sehat Cegah PTM (Penyakit Tidak Menular) dengan Tanaman TOGA**” ini berdasarkan pada:

1. Program Kerja KKN-T Kelompok 18 Dusun Karet 2026.
2. Tri Dharma Perguruan Tinggi dalam bidang pengabdian kepada masyarakat.
3. Kebutuhan edukasi kesehatan masyarakat terkait pencegahan PTM (Penyakit Tidak Menular)

III. Tujuan Kegiatan

Adapun tujuan “**Sosialisasi Lingkungan Sehat Cegah PTM (Penyakit Tidak Menular) dengan Tanaman TOGA**” adalah sebagai berikut:

1. Meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang PTM dan faktor risikonya.
2. Memberikan edukasi tentang pemanfaatan TOGA sebagai upaya preventif.
3. Melatih keterampilan ibu-ibu PKK dalam membuat jamu herbal sederhana.
4. Mendorong penerapan pola hidup sehat di lingkungan keluarga.

IV. Jenis Kegiatan

Program kerja yang dilakukan oleh KKN-T Kelompok 18 Dusun Karet 2026 yaitu “**Sosialisasi Lingkungan Sehat Cegah PTM (Penyakit Tidak Menular) dengan Tanaman TOGA**” dimana program kerja ini mencakup berbagai jenis kegiatan meliputi penyuluhan kesehatan mengenai Penyakit Tidak Menular (PTM) dan faktor risikonya, edukasi tentang pentingnya menjaga lingkungan sehat, serta pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) sebagai upaya preventif. Selain itu, kegiatan juga diisi dengan demonstrasi pembuatan jamu herbal “Jejamu” sebagai praktik langsung pengolahan tanaman herbal menjadi minuman kesehatan.

BAB II

METODE DAN JADWAL PELAKSANAAN

A. METODE PELAKSANAAN

1. Waktu Dan Tempat
Waktu : Minggu, 15 Februari 2026, Pukul 13.00-15.30 WIB
Tempat : Balai Dusun Karet
 2. Partisipan
Ibu-ibu PKK Dusun Karet dan pihak-pihak lain.
 3. Pemateri
apt. Emelda, M.Farm.
- I. Deskripsi Produk “Jejamu”
1. Komposisi:
 - Jahe 2-3 cm
 - Kunyit 2 cm
 - Temulawak 2 cm
 - Sereh 1 batang
 - Air 300 ml
 - Pemanis opsional (gula jawa / madu)
 2. Manfaat:
 - Membantu menjaga daya tahan tubuh
 - Membantu menjaga tekanan darah tetap stabil
 - Membantu menjaga kadar gula darah tetap terkontrol
 3. Leaflet yang dibagikan berisi informasi lengkap terkait manfaat, cara pembuatan, serta catatan penting konsumsi jamu.
- II. Rundown Kegiatan
Telampir I
- III. Dokumentasi Kegiatan
Terlampir II

B. JADWAL PELAKSANAAN

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini dilaksanakan secara bertahap selama kurang lebih satu bulan, dengan rincian jadwal sebagai berikut.

No	Tahapan Kegiatan	Uraian Kegiatan	Waktu Pelaksanaan
1	Persiapan	Koordinasi tim, penyusunan materi, persiapan instrumen evaluasi	Minggu I
2	Koordinasi Mitra	Penentuan jadwal, lokasi, dan peserta	Minggu I
3	Pelaksanaan Edukasi	Penyampaian materi keamanan kemasan dan regulasi pelabelan	Minggu II
4	Pelatihan Praktik	Praktik pembuatan Jamu	Minggu II

5	Evaluasi	Penilaian hasil praktik	Minggu III
6	Pendampingan	Monitoring dan konsultasi lanjutan	Minggu III
7	Penyusunan Laporan	Penyusunan dan finalisasi LPJ	Minggu IV

C. PERAN DAN TUGAS

No	Nama	Jabatan	Peran	Tugas Utama	Luaran/Output
1	Dr. apt. Daru Estiningsih, M. Sc	Ketua Pelaksana	Koordinator kegiatan & penanggung jawab	Koordinasi tim dan mitra; menyusun jadwal & alur kegiatan; memastikan sarana-prasarana; memimpin pelaksanaan; mengoordinasi evaluasi; finalisasi laporan/LPJ	Jadwal & rencana kerja; berita acara; rekap evaluasi; LPJ final
2	apt. Emelda, M. Farm	Anggota Dosen	Materi	menyampaikan materi	powerpoint
3	apt. Sundari Desi Nuryanti, M.Sc	Anggota Dosen	Materi	Menyusun materi	powerpoint

BAB III

HASIL KEGIATAN

I. Evaluasi Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan “Sosialisasi Lingkungan Sehat Cegah PTM (Penyakit Tidak Menular) dengan Tanaman TOGA” yang dilaksanakan pada hari Minggu, 15 Februari 2026 di Dusun Karet dapat berjalan dengan baik dan lancar sesuai dengan rencana yang telah disusun. Seluruh rangkaian kegiatan, mulai dari pembukaan, penyampaian materi, demonstrasi pembuatan jamu “Jejamu”, pembagian leaflet, hingga sesi diskusi dan penutup dapat terlaksana secara tertib.

Kegiatan ini mendapat respons yang positif dari ibu-ibu PKK Dusun Karet. Peserta menunjukkan antusiasme selama penyampaian materi dan aktif dalam sesi tanya jawab. Demonstrasi pembuatan jamu secara langsung membantu peserta memahami proses pengolahan tanaman TOGA menjadi minuman herbal yang bermanfaat bagi kesehatan. Secara umum, tujuan kegiatan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat dalam pencegahan PTM telah tercapai.

II. Faktor Pendorong

Beberapa faktor yang mendukung kelancaran kegiatan ini antara lain:

1. Dukungan dari perangkat dusun dan pengurus PKK Dusun Karet dalam memfasilitasi tempat dan mengoordinasikan peserta.
2. Antusiasme dan partisipasi aktif ibu-ibu PKK selama kegiatan berlangsung.
3. Materi yang relevan dengan kebutuhan masyarakat serta disampaikan secara komunikatif oleh pemateri.
4. Adanya demonstrasi praktik langsung yang mempermudah pemahaman peserta.
5. Pembagian leaflet edukatif yang membantu peserta mengingat kembali materi yang telah disampaikan.

III. Faktor Penghambat

Adapun beberapa kendala yang ditemui selama pelaksanaan kegiatan antara lain:

1. Keterbatasan waktu pelaksanaan sehingga sesi diskusi belum dapat dilakukan secara maksimal.
2. Belum semua peserta memiliki tanaman TOGA di pekarangan rumah sehingga praktik lanjutan perlu adanya tindak lanjut.
3. Keterbatasan sarana pendukung seperti alat peraga tambahan untuk menunjang demonstrasi.

IV. Catatan Kegiatan

Secara keseluruhan, kegiatan “Sosialisasi Lingkungan Sehat Cegah PTM (Penyakit Tidak Menular) dengan Tanaman TOGA” berjalan dengan tertib, lancar, dan kondusif. Peserta mengikuti kegiatan dari awal hingga akhir dengan penuh perhatian. Demonstrasi pembuatan jamu “Jejamu” menjadi bagian yang paling menarik karena peserta dapat melihat secara langsung proses pengolahan bahan herbal.

Sebagai tindak lanjut, diperlukan dorongan kepada masyarakat untuk mulai menanam TOGA di pekarangan rumah serta mempraktikkan pembuatan jamu secara mandiri. Kegiatan ini diharapkan menjadi langkah awal dalam membangun kesadaran hidup sehat dan pencegahan Penyakit Tidak Menular secara berkelanjutan di lingkungan Dusun Karet.

BAB IV

PENUTUP

I. Kesimpulan

Kegiatan “Sosialisasi Lingkungan Sehat Cegah PTM (Penyakit Tidak Menular) dengan Tanaman TOGA” yang dilaksanakan pada hari Minggu, 15 Februari 2026 di Dusun Karet telah berjalan dengan baik dan lancar sesuai dengan rencana yang telah ditetapkan. Melalui penyuluhan kesehatan, edukasi lingkungan sehat, demonstrasi pembuatan jamu herbal “Jejamu”, serta pembagian leaflet edukatif, kegiatan ini berhasil meningkatkan pengetahuan dan pemahaman ibu-ibu PKK mengenai pentingnya pencegahan PTM serta pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) sebagai upaya promotif dan preventif dalam menjaga kesehatan keluarga. Secara keseluruhan, tujuan kegiatan dapat tercapai dan diharapkan memberikan dampak positif yang berkelanjutan bagi masyarakat Dusun Karet.

II. Saran

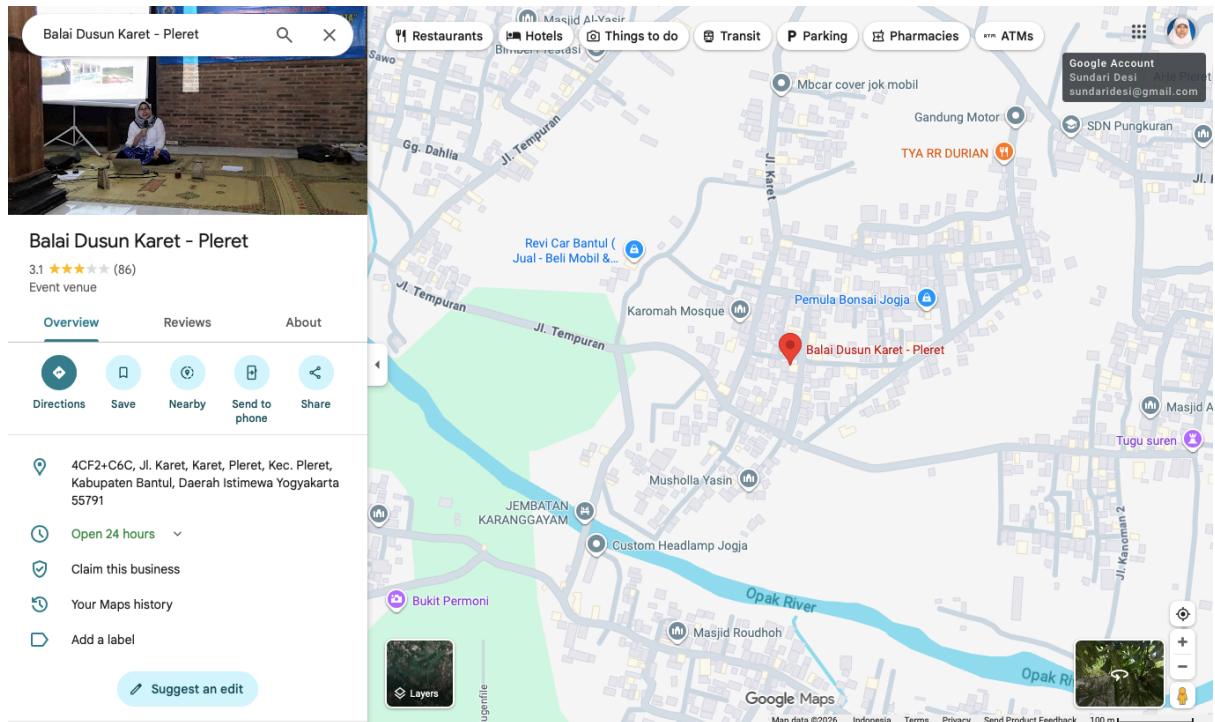
Berdasarkan pelaksanaan kegiatan yang telah dilakukan, disarankan agar kegiatan yang serupa dapat dilaksanakan secara berkelanjutan dengan adanya program tindak lanjut berupa pendampingan penanaman dan pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) di lingkungan Dusun Karet. Selain itu, pada kegiatan berikutnya diharapkan alokasi waktu dapat diperpanjang agar sesi diskusi dan praktik dapat dilakukan secara lebih maksimal. Kerja sama yang berkelanjutan antara masyarakat, perangkat dusun, dan pihak terkait juga perlu ditingkatkan guna mendukung upaya pencegahan Penyakit Tidak Menular secara konsisten dan berkesinambungan.

DAFTAR PUSTAKA

1. Fitri A Y, Susilawati S. Kearifan Lokal Dalam Pemberdayaan dan Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) untuk Meningkatkan Kesehatan Masyarakat (Studi Literatur). *Jurnal Medika Nusantara*. 2023. 1(2). 169-179
2. Ernie H, Agnes Y. Tanaman Obat Keluarga (TOGA) sebagai Minuman Herbal Peningkat Daya Imun Tubuh. *Kolaborasi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*. 2023. 3(1). 50-54

LAMPIRAN

1. Peta Lokasi Mitra Sasaran



2. Anggaran Dana Penelitian

No	Uraian Kegiatan	Volume	Satuan	Biaya Satuan (Rp)	Jumlah (Rp)
A. Persiapan dan ATK					
1	ATK (kertas, tinta, fotokopi materi)	1	Paket	200.000	200.000
2	Cetak modul/materi peserta	20	Eks	10.000	200.000
Subtotal A					400.000
B. Pelaksanaan Kegiatan					
3	Konsumsi peserta	20	Orang	20.000	400.000


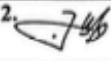

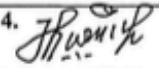





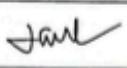






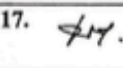

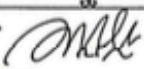
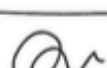
4	Transportasi lokal tim pengabdian	1	Paket	100.000	100.000
Subtotal B					500.000
C. Dokumentasi dan Laporan					
5	Dokumentasi & cetak sertifikat	1	Paket	50.000	50.000
6	Cetak & penjiilidan laporan	1	Paket	50.000	50.000
Subtotal C					100.000

3. Lampiran Dokumentasi Kegiatan



4. Lampiran Daftar Hadir

DAFTAR HADIR KEGIATAN SOSIALISASI LINGKUNGAN SEHAT CEGAH PTM DENGAN TANAMAN TOGA

No	Nama	Tanda Tangan
1.	Siti Mandiah	1. 
2.	Keisycinti	2. 
3.	SITI ROLHAYAH	3. 
4.	SUSMILARSIH	4. 
5.	WAZIMAH	5. 
6.	IDA YUNIATI	6. 
7.	Rojiah	7. 
8.	Dyah P	8. 
9.	Piyantini	9. 
10.	Sumarsih	10. 
11.	SITI ALFIYOH	11. 
12.	SITI ASROFAH	12. 
13.	Kurniasari	13. 
14.	Tri Sumarni	14. 
15.	Marsini	15. 
16.	MaeYani	16. 
17.	Maryatun	17. 
18.	Purwanti	18. 
19.	Siti Munawarotl	19. 
20.	Titi Sumarni	20. 

21.	Nur Hafmahwati	21.	PH	
22.	Ket Kusidah			22. J.
23.	A M	23.	9/4	
24.	Sri Rahayu			24. JMS
25.	Ari	25.	Ji	
26.	Ningsih			26. P
27.	Umu Khasanah	27.	Lu	
28.	Riba			28. Ad
29.	Sabri Maryah.	29.	Q	
30.	Munir			30. M
31.	Dwi Mulyani	31.	HS	
32.	Sarjinah.			32. d.
33.	Karniasari	33.	HS	
34.				34.
35.		35.		
36.				36.
37.		37.		
38.				38.
39.		39.		
40.				40.
41.		41.		
42.				42.



Universitas
Alma Ata

The Globe Inspiring University

The University that never ends with its innovation

