

Pemberdayaan Lahan Produktif Melalui Penanaman TOGA: Solusi Berkelanjutan Untuk Kesehatan Masyarakat

**Annisa*¹, Sayyid Ahmad Zakir², Redhana Aulia³, Hatimah⁴, Rosita Rahmi⁵,
Noorjenah⁶, Kholda Assyfa⁷**

^{1,2,3,4,5,6,7} Universitas Nahdlatul Ulama Kalimantan Selatan

e-mail: *annisaunukase@gmail.com

Abstrak

Program pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk memberdayakan lahan kosong menjadi lahan produktif melalui penanaman Tanaman Obat Keluarga (TOGA) sebagai solusi berkelanjutan bagi kesehatan masyarakat. Kegiatan dilaksanakan di Desa Bersujud dengan menggunakan pendekatan *Education and Participatory* (EAP). Tahapan kegiatan meliputi identifikasi lahan potensial, survei lapangan, pembersihan lahan, serta penanaman TOGA secara langsung dengan melibatkan partisipasi aktif warga. Bibit tanaman disediakan oleh tim pengabdian untuk mendukung proses budidaya. Edukasi tentang manfaat TOGA diberikan guna meningkatkan pemahaman warga terhadap pentingnya tanaman obat dalam menjaga kesehatan serta potensi ekonominya. Pemanfaatan TOGA diharapkan dapat menekan biaya pengobatan rumah tangga, melestarikan keanekaragaman hayati lokal, dan mengoptimalkan lahan tidur menjadi sumber daya yang produktif. Selain itu, kegiatan ini memperkuat ikatan sosial masyarakat melalui kerja kolektif. Hasil yang diharapkan adalah meningkatnya kesadaran dan pengetahuan masyarakat tentang kesehatan berbasis tanaman obat serta terciptanya lingkungan yang lebih sehat dan berdaya guna melalui pemanfaatan TOGA secara berkelanjutan.

Kata kunci: Pemberdayaan, Produktif, Solusi berkelanjutan

Abstract

This community service program aims to empower unused land by cultivating Family Medicinal Plants (TOGA) as a sustainable solution for public health. The program was conducted in Bersujud Village using the Education and Participatory (EAP) approach. Activities included identifying potential land, conducting field surveys, land clearing, and direct planting of TOGA involving active community participation. Plant seedlings were provided by the service team to support the cultivation process. Educational sessions were conducted to enhance community understanding of the benefits of TOGA in maintaining health and its economic potential. The utilization of TOGA is expected to reduce household medical expenses, preserve local biodiversity, and transform idle land into a productive resource. Furthermore, this initiative strengthens social cohesion through collective action. The expected outcomes include increased public awareness and knowledge of health based on medicinal plants and the creation of a healthier and more productive environment through the sustainable use of TOGA.

Keywords: Empowerment, Productive, Sustainable solution

PENDAHULUAN

Tanaman Obat Keluarga (TOGA) dipilih oleh masyarakat sebagai alternatif budidaya di lahan pekarangan karena memiliki manfaat fungsional dalam mendukung upaya pemeliharaan kesehatan secara mandiri (Karamina, *et al*, 2020). Tanaman Obat Keluarga (TOGA) merupakan akronim dari konsep budidaya tanaman yang berfungsi tidak hanya sebagai sumber bahan obat alami, tetapi juga sebagai elemen lanskap estetik yang mendukung keindahan pekarangan rumah. TOGA mendukung pendekatan kesehatan holistik melalui fungsi preventif (pencegahan penyakit), promotif (peningkatan derajat kesehatan), kuratif (penanganan penyakit), serta rehabilitatif (pemulihan kondisi kesehatan) (Aprillya, *et al* (2025); Fahri, *et al* (2025); Wulandari & Sulistyowati, (2024).

Di era sekarang, kemajuan teknologi telah memberikan berbagai kemudahan dalam menjalankan aktivitas sehari-hari. Sebagai contoh, keberadaan internet memungkinkan interaksi antarpersonal tanpa batasan ruang dan waktu. Namun, modernisasi juga membawa dampak negatif, salah satunya adalah penurunan kesadaran individu terhadap pentingnya pola hidup sehat. Gaya hidup sedentari, konsumsi makanan instan, serta minimnya aktivitas fisik menjadi pemicu meningkatnya prevalensi penyakit degeneratif, seperti diabetes melitus, gagal ginjal, asam urat, penyakit jantung, stroke, dan berbagai gangguan kesehatan kronis lainnya (Ulfa *et al.*, 2023) (Linda & Rahayu, 2021).

Dalam konteks ini, program pengabdian masyarakat melalui pemberdayaan lahan produktif untuk penanaman Tanaman Obat Keluarga (TOGA) menjadi salah satu solusi strategis dan berkelanjutan. TOGA memberikan alternatif pemeliharaan kesehatan mandiri yang alami, mudah dijangkau, dan dapat dikembangkan dari pekarangan rumah sendiri (Ritonga *et al.*, (2024). Selain menumbuhkan kembali kesadaran akan pentingnya gaya hidup sehat, budidaya TOGA juga berperan dalam memperbaiki lingkungan dan memberdayakan masyarakat secara sosial dan ekonomi. Dengan demikian, TOGA hadir tidak hanya sebagai respon terhadap dampak negatif modernisasi, tetapi juga sebagai bagian dari gerakan restoratif untuk kesehatan masyarakat berbasis lokal.

Tanaman Obat Keluarga (TOGA) dirancang untuk mempermudah akses masyarakat terhadap layanan kesehatan yang terjangkau dan nyaman. Selain berfungsi sebagai sarana menjaga kesehatan, TOGA juga berkontribusi dalam memperindah lingkungan rumah serta membantu efisiensi pengeluaran harian karena kebutuhan obat-obatan dan bumbu dapur dapat dipenuhi dari lahan sendiri. Penggunaan TOGA telah menjadi praktik tradisional dalam pengobatan di berbagai negara, termasuk Indonesia, sebagai bagian dari warisan budaya pengobatan berbasis tanaman. TOGA tidak semata-mata berperan sebagai alternatif pengobatan alami, namun juga mendukung terciptanya kemandirian masyarakat dalam penyediaan obat-obatan untuk kebutuhan rutin.

Pemberdayaan lahan produktif melalui penanaman tanaman obat keluarga (TOGA) merupakan sebuah pendekatan inovatif dalam rangka memanfaatkan lahan secara berkelanjutan, baik dalam aspek lingkungan maupun kesehatan masyarakat. Dalam perspektif ini, lahan tidak lagi dipandang sebagai sebatas ruang kosong, melainkan sebagai sumber daya yang harus dioptimalkan untuk meningkatkan kualitas hidup masyarakat secara keseluruhan. Berdasarkan

penelitian Astuti dan Rahayu, 2020 optimalisasi pemanfaatan lahan kosong dengan menanam TOGA di Desa Bersujud terbukti dapat meningkatkan kesehatan masyarakat. Penelitian lain oleh Nugroho dan Sari, (2021) juga mendukung pandangan ini dengan menyoroti manfaat kesehatan dan ekonomi yang dihasilkan dari penanaman tanaman obat keluarga di Desa Wadas. Selanjutnya, Harjono dan Wahyuni, (2017) menekankan bahwa pelestarian TOGA tidak hanya berdampak pada kesehatan, tetapi juga memberikan manfaat ekonomi dengan mengurangi biaya kesehatan. Sejalan dengan itu, (Rahayu *et al*, 2025) mengungkapkan bahwa penggunaan lahan untuk TOGA di Desa Balung Anyar mampu memberikan dampak positif terhadap ekonomi keluarga. Keseluruhan bukti ini menunjukkan bahwa pemberdayaan lahan dengan TOGA menawarkan solusi komprehensif terhadap berbagai isu kesehatan dan ekonomi yang dihadapi masyarakat saat ini.

Namun, pemberdayaan lahan produktif tidaklah tanpa tantangan. Konservasi dan penanaman tanaman obat keluarga memerlukan pengetahuan dan keterampilan yang memadai serta dukungan dari berbagai pihak terkait. Menurut Penelitian oleh (Latifah *et al.*, 2024) optimalisasi peran komunitas konservasi Tanaman Obat Keluarga (TOGA) melalui sosialisasi dan pendampingan budidaya di Desa Growong berhasil meningkatkan kompetensi masyarakat dalam pengelolaan TOGA serta kualitas dan pemasaran produk herbal, yang berkontribusi pada pemberdayaan ekonomi masyarakat. (Triwibowo *et al.*, 2025) menunjukkan bahwa sosialisasi dan pemanfaatan TOGA di Desa Sumbergede memberikan manfaat dalam meningkatkan pengetahuan dan pemahaman masyarakat tentang pengelolaan dan penggunaan tanaman obat, serta mendorong pemanfaatan lahan pekarangan untuk menanam TOGA yang berkontribusi pada peningkatan kesehatan dan ekonomi masyarakat.

Pemberdayaan lahan produktif melalui penanaman tanaman obat keluarga (TOGA) menjadi solusi potensial dalam memaksimalkan penggunaan lahan untuk keberlanjutan kesehatan masyarakat. Konsep ini, yang menekankan pada utilisasi optimal lahan, ditemukan efektif dalam meningkatkan kesehatan mental dan fisik masyarakat sebagaimana diungkapkan oleh Andini dan Prasetyo, (2021) yang menunjukkan efek positif dari paparan tanaman hijau terhadap pengurangan stres. Berbagai penelitian mendukung bahwa pemanfaatan TOGA berpengaruh positif, seperti yang diuraikan oleh Rahayu dimana lahan pekarangan dapat meningkatkan kesehatan dan ekonomi keluarga. Penelitian (Al-washliyah *et al.*, 2023) pemanfaatan lahan kosong untuk budidaya Tanaman Obat Keluarga (TOGA) di Desa Bogak Besar memberikan dampak positif terhadap kesejahteraan ekonomi komunitas lokal. Program ini tidak hanya meningkatkan akses masyarakat terhadap tanaman obat, tetapi juga mengurangi biaya pengobatan dan menciptakan peluang usaha melalui pemanfaatan hasil panen TOGA. Dengan demikian, pemberdayaan lahan melalui TOGA menawarkan kerangka komprehensif dalam mengatasi permasalahan kesehatan dan ekonomi masyarakat.

(Probowati, 2020) menekankan dampak ekonomi berbasis pemanfaatan lahan kosong untuk TOGA, dengan penekanan pada kesejahteraan komunitas lokal. Dengan demikian, pemberdayaan lahan melalui TOGA memberikan kerangka komprehensif bagi pemecahan masalah kesehatan dan kesejahteraan ekonomi masyarakat.

Mengingat kebutuhan akan pengetahuan dan keterampilan yang memadai. Keberhasilan program serupa, seperti yang dicatat dalam penelitian Fikrinda dan Rizal (2020), menuntut komitmen kolektif dan dukungan dari seluruh pihak berkepentingan. Studi tersebut menunjukkan bahwa pengurangan ketergantungan pada obat kimia melalui budidaya TOGA sangat mungkin tercapai dengan adanya edukasi yang tepat. Maka, kolaborasi antara pemerintah, akademisi, dan masyarakat menjadi kunci dalam mempromosikan praktik ini secara efektif. Hal ini sejalan dengan temuan yang menyatakan bahwa peran aktif berbagai pemangku kepentingan akan memfasilitasi pencapaian manfaat kesehatan dan ekonomi yang optimal. Dengan strategi pembinaan dan pemberdayaan yang terpadu, lahan produktif bisa didorong untuk memberikan kontribusi lebih nyata dalam menghadapi tantangan kesehatan masa kini.

Dengan demikian, pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) diharapkan mampu memberikan kontribusi terhadap peningkatan derajat kesehatan dan kesejahteraan masyarakat, memperindah lingkungan, serta mendukung pelestarian keanekaragaman hayati dan nilai-nilai budaya lokal. Selain mengurangi ketergantungan terhadap kebutuhan rumah tangga harian, TOGA juga berpotensi sebagai sumber bahan baku obat tradisional. Lebih lanjut, TOGA berperan dalam mendekatkan masyarakat dengan tanaman berkhasiat obat sebagai bentuk upaya kesehatan mandiri, sekaligus mempertahankan praktik pengobatan tradisional sebagai bagian dari warisan budaya leluhur.

METODE

Dalam rangka memenuhi kebutuhan manusia yang bersumber dari alam, termasuk dalam upaya penanggulangan masalah kesehatan melalui pendekatan tradisional berbasis obat-obatan alami. Anggota KKN menyusun rencana program yang disesuaikan dengan kebutuhan masyarakat, meliputi penyusunan rencana kegiatan, koordinasi dengan perangkat desa, dan penyiapan sarana prasarana. Selanjutnya, program dilaksanakan dengan pendekatan partisipatif, melibatkan masyarakat secara aktif dalam setiap kegiatan.

Mengidentifikasi lahan kosong yang potensial untuk ditanami tanaman obat keluarga dengan melakukan survei lahan. Setelah menemukan lahan kosong, anggota kelompok melakukan pembersihan lahan untuk siap ditanami. Penanaman langsung melibatkan warga dengan bibit yang telah disediakan. Partisipasi warga lebih kepada melibatkan warga secara aktif dalam pemanfaatan lahan kosong ini dan Ketika penanaman sudah dilakukan warga tetap dilibatkan untuk menciptakan rasa memiliki dan kelanjutan program ini.

Metode pelaksanaan di Desa Bersujud dimulai dengan tahap observasi lahan, wawancara, program dilaksanakan dengan pendekatan partisipasi, melibatkan masyarakat secara aktif dalam setiap kegiatan. Untuk program pemberdayaan lahan produktif, dilakukan pendampingan serta dilengkapi metode kuantitatif yaitu berupa pengisian angket yang dibagikan kepada warga setelah melakukan kegiatan sebagai pengukur keberhasilan program.



Gambar 1 Pembersihan Lahan dan Penanaman

HASIL DAN PEMBAHASAN

Program penanaman Tanaman Obat Keluarga (TOGA) di Desa Bersujud menunjukkan hasil yang positif dalam meningkatkan kesadaran dan partisipasi masyarakat terhadap pemanfaatan lahan kosong untuk kesehatan. Berdasarkan angket yang disebar kepada warga, sebanyak 100% responden menyatakan bahwa program ini bermanfaat dan layak untuk dilanjutkan, sementara 80% di antaranya telah mengetahui program pemberdayaan lahan produktif yang dilaksanakan. Hal ini mencerminkan efektivitas pendekatan edukatif dan partisipatif yang digunakan dalam kegiatan.

Beberapa jenis tanaman yang ditanam meliputi jahe (*Zingiber officinale*), kunyit (*Curcuma longa*), lengkuas (*Alpinia galanga*), dan serai (*Cymbopogon citratus*). Keempat tanaman tersebut dipilih karena memiliki manfaat kesehatan yang luas dan mudah dibudidayakan oleh masyarakat. Jahe, kunyit, dan lengkuas dimanfaatkan untuk mengatasi gangguan pencernaan, antiinflamasi, dan sebagai bahan dasar jamu tradisional. Serai dikenal memiliki fungsi antipiretik dan antispasmodik, serta sering digunakan sebagai minuman herbal dan aromaterapi alami.

Masyarakat mulai memanfaatkan hasil TOGA untuk keperluan sehari-hari, seperti pencegahan masuk angin, peningkatan daya tahan tubuh, hingga pengganti obat ringan berbasis kimia. Selain itu, keterlibatan warga dalam proses penanaman secara langsung menciptakan rasa memiliki terhadap kebun TOGA yang ada, memperkuat nilai gotong royong, dan mengembangkan potensi ekonomi melalui penghematan biaya pengobatan rumah tangga.

Secara umum, program ini mampu mengubah persepsi masyarakat bahwa kesehatan dapat dijaga dari pekarangan rumah sendiri. Penggunaan tanaman obat yang sebelumnya kurang dikenal, kini menjadi bagian dari praktik hidup sehat masyarakat. Temuan ini menunjukkan bahwa TOGA bukan hanya berfungsi sebagai solusi kesehatan alami, namun juga sebagai instrumen pemberdayaan yang meningkatkan kualitas hidup masyarakat secara berkelanjutan.

3.1 Hasil Pengisian Angket

3.1.1 Tingkat Pengetahuan Masyarakat Terhadap Program

Melalui angket yang kami berikan 80% responden telah mengetahui program pemberdayaan produktif, sedangkan 20% tidak mengetahui. Ini menunjukkan bahwa informasi pengetahuan program cukup berhasil.



Gambar 2 Pie Chart Pengetahuan Program

3.1.2 Persepsi Manfaat Program

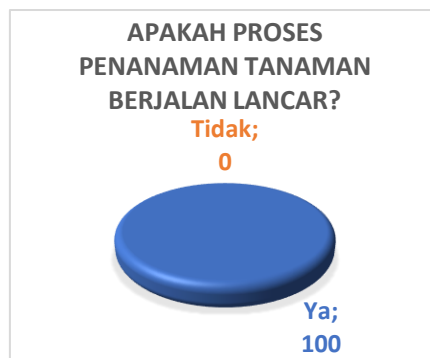
Seluruh responden (100%) menyatakan bahwa program ini memberikan manfaat langsung, terutama dalam hal akses terhadap pengobatan alami berbasis tanaman obat. Hal ini mencerminkan keberhasilan edukasi yang dilakukan selama program berlangsung.



Gambar 3 Pie Chart Manfaat Program

3.1.3 Kelancaran Proses Penanaman

100% responden menyatakan bahwa proses penanaman TOGA berlangsung lancar tanpa kendala signifikan. Temuan ini menegaskan bahwa pendekatan partisipatif yang diterapkan efektif dalam membangun kolaborasi antara tim pelaksana dan masyarakat.



Gambar 4 Pie Chart Kelancaran Proses Penanaman

3.1.4 Tingkat Kepuasan Masyarakat

Tingkat kepuasan masyarakat mencapai 100%, menunjukkan bahwa pelaksanaan program mampu menjawab kebutuhan dan harapan

masyarakat terhadap pemanfaatan lahan serta solusi kesehatan alternatif.



Gambar 5 Pie Chart Kepuasan Terhadap Program

3.1.5 Harapan Keberlanjutan Program

100% responden menyatakan keinginan agar program TOGA berlanjut, yang mengindikasikan adanya rasa memiliki dan komitmen masyarakat terhadap keberlanjutan ini di masa depan.



Gambar 6 Pie Chart Keberlanjutan Program

KESIMPULAN

Program pemberdayaan lahan produktif melalui penanaman Tanaman Obat Keluarga (TOGA) di Desa Bersujud memberikan hasil yang menggembirakan. Kegiatan ini berhasil meningkatkan pemanfaatan lahan kosong menjadi area produktif yang berkontribusi terhadap upaya kesehatan mandiri masyarakat. Partisipasi warga yang aktif dalam setiap tahapan menunjukkan keberhasilan pendekatan edukatif dan partisipatif yang digunakan. Selain memberikan manfaat kesehatan, program ini turut memperkuat hubungan sosial dan meningkatkan kepedulian terhadap lingkungan sekitar.

Namun demikian, pelaksanaan program masih menghadapi keterbatasan dalam hal alat, waktu dan tenaga, sehingga pemanfaatan lahan belum optimal di seluruh area potensial. Meski begitu, keberhasilan dalam membangun kesadaran dan keterlibatan warga menjadi kekuatan utama yang dapat dijadikan fondasi pengembangan program selanjutnya. Program ini juga membuka peluang untuk dijadikan model replikasi di wilayah lain dengan karakteristik serupa.

SARAN

Untuk pengembangan program yang lebih berkelanjutan, disarankan agar dilakukan pembinaan lanjutan berupa pelatihan pengolahan hasil TOGA dan pendampingan teknis yang lebih intensif. Dukungan lintas sektor, seperti dari pemerintah desa dan institusi pendidikan, sangat dibutuhkan guna memperluas jangkauan dan memperkuat kelembagaan komunitas berbasis TOGA.

Selain itu, penelitian lanjutan dapat diarahkan pada pengukuran efektivitas program dalam menurunkan biaya kesehatan rumah tangga serta potensi pemanfaatan TOGA sebagai produk ekonomi lokal. Dengan pendekatan yang lebih sistematis dan integratif, program ini diharapkan mampu menjadi bagian dari strategi pembangunan kesehatan masyarakat berbasis sumber daya lokal yang berkelanjutan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Pemerintah Desa Bersujud dan seluruh masyarakat yang telah memberikan dukungan, partisipasi, dan kerja sama selama pelaksanaan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada rekan-rekan mahasiswa KKN yang telah berkontribusi secara mandiri dalam pembiayaan dan pelaksanaan program. Semoga kegiatan ini dapat memberikan manfaat yang berkelanjutan bagi masyarakat dan menjadi pengalaman berharga bagi seluruh pihak yang terlibat.

DAFTAR PUSTAKA

- Andini dan Prasetyo. (2021). Urban Farming selama Pandemi COVID-19 serta Dampaknya terhadap Kesehatan Mental Masyarakat. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 12(2), 150-160.
- Astuti, S., & Rahayu, W. (2020). Optimalisasi Pemanfaatan Lahan Pekarangan dengan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) dalam Meningkatkan Kesehatan Masyarakat. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(2), 150-162. Link.
- Fikrinda dan Rizal. (2020). Evaluasi Dampak Program Taman Budidaya Tanaman Obat Keluarga (TOGA) terhadap Kesehatan Masyarakat. *Mimbar Agribisnis*, 6(1).
- Harjono dan Wahyuni. (2017). Pelestarian Tanaman Obat Keluarga (TOGA) Guna Meningkatkan Kesehatan Masyarakat. *Jurnal Masyarakat Mandiri*, 1(1), 1-10.
- Nugroho, T., & Sari, D. (2021). Pemanfaatan Lahan Kosong dalam Optimalisasi Tanaman Obat Keluarga (TOGA) di Desa Wadas. *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 4(1), 45-58. Link.
- Probowati. (2020). Pemanfaatan Lahan Kosong dalam Optimalisasi Tanaman Obat Keluarga (TOGA). *Jurnal Pengabdian Masyarakat Mandiri*, 1(2). 21. e-abdimas.unw.ac.id.

- Rahayu. (2025). Optimalisasi Lahan Pekarangan Sebagai Penggunaan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) untuk Meningkatkan Kesehatan Masyarakat di Desa Balung Anyar Kecamatan Lekok. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(2).
- Al-Washliyah, U. M. N., Hayati, R., Azhar, G., Madhy, L. S., & Pradana, P. (2023). *Pemanfaatan Lahan Kosong Menjadi Toga (Tanaman Obat Keluarga) Di Desa Bogak Besar (Kkn Mahasiswa*. 4(6), 12096–12099.
- Aprillya Pravitasari C Sulikana, Regina Rosita, H. L. R. (2025). *Analisis Tanaman Obat Keluarga (Toga) Di Pekarangan Desa Sondaken Kabupaten Minahasa Selatan Propinsi Sulawesi Utara*. 14(1), 11–15.
- Fahri, I., Riqsya, S., Ramadona, A., Djakfar, Y., & Efrianti, R. (2025). *Budidaya Tanaman Toga: Solusi Pekarangan Produktif Dan Ramah Lingkungan*. 3.
- Karamina, H., Supriyadi, S., Firman Yasin, D. D., Yusi Kamhar, M., & Kusuma Astuti, F. (2020). Pemanfaatan Dan Penanaman Tanaman Obat Keluarga (Toga) Menuju Keluarga Sehat Pada Ibu Pemberdayaan Kesejahteraan Keluarga (Pkk). *Jipemas: Jurnal Inovasi Hasil Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 120. <https://doi.org/10.33474/jipemas.V3i2.6416>
- Latifah, E., Putri, N. Y., Bunga, C. D., Yusriyah, L., Aliffah, A. H., Hidayat, I. W., ... Maharani, B. (2024). Optimalisasi Peran Komunitas Konservasi Tanaman Obat Keluarga (Toga) Dalam Pemberdayaan Ekonomi Masyarakat. *Jurnal Inovasi Hasil Pengabdian Masyarakat (Jipemas)*, 7(1), 232–243. <https://doi.org/10.33474/jipemas.V7i1.20853>
- Linda, O., & Rahayu, L. S. (2021). Prevensi Awal Dan Lanjutan Penyakit Degeneratif Untuk Usia Dewasa Di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Arsip Pengabdian Masyarakat*, 2(1), 107–115. Retrieved From <https://journal.uhamka.ac.id/index.php/ardimas/article/download/7572/2497>
- Rahayu, M. A., Rohma, Y. N., Fitria, N., Vitrianingsih, Y., Mardikaningsih, R., Nuraini, R., ... Pekarangan, L. (2025). *Optimalisasi Lahan Pekarangan Sebagai Penggunaan Tanaman Obat Keluarga (Toga) Untuk Meningkatkan Kesehatan Masyarakat Di Desa Balung Anyar Kecamatan Lekok 182) Optimalisasi Lahan Pekarangan Sebagai Penggunaan Tanaman Obat Keluarga (Toga) Untuk Mening*. 181–191.
- Ritonga, S. H., Napitupulu, M., Sagala, N. S., Aufa, U., & Padangsidempuan, R. (2024). *Perubahan Gaya Hidup Pada Penderita Penyakit Degeneratif , Hipertensi Dan Diabetes Mellitus*. 3(2), 72–75.
- Triwibowo, A., Karimullah, S. S., Muhtarom, Z. A., Faizin, M., Wulandari, D. M., & Lestari, R. D. (2025). *Dedikasi : Jurnal Pengabdian Masyarakat*. 7(1).
- Ulfa, L., Adawiyah, A. R., Tania Fidzikri, N. B., & Samingan, S. (2023). Edukasi Healthy Life Style Untuk Mencegah Penyakit Degeneratif. *Jurnal Pelayanan Dan Pengabdian Masyarakat (Pamas)*, 7(2), 133–142. <https://doi.org/10.52643/pamas.V7i2.3025>
- Wulandari, S. Y., & Sulistyowati, S. N. (2024). Optimalisasi Pemanfaatan Lahan Pekarangan Untuk Penanaman Tanaman Obat Keluarga. *Pertanian: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(2), 92–98.