DEDIKASI KBJ : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat
Vol 1, No 1, Juni 2023
Page 1-5

WORKSHOP SWAMEDIKASI AMAN: PILIHAN OBAT BEBAS DAN OBAT TRADISIONAL UNTUK PENYAKIT RINGAN DI TINGKAT RT/RW

apt. Novi Ervina Harahap, M. Farm
Fefri Perrianty, S.Pd, M.Pd
Dwi Haryanti SsiT,M.Kes
Maria Ulfa
Zakia Alsafana

Program Studi Kebidanan Program Sarjana,Program Studi Farmasi Program Sarjana,
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Keluarga Bunda Jambi

Abstrak

Swamedikasi merupakan praktik yang banyak dilakukan masyarakat untuk mengatasi penyakit ringan, namun sering kali tidak disertai dengan pengetahuan yang memadai tentang penggunaan obat yang aman dan rasional. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat dalam memilih dan menggunakan obat bebas serta obat tradisional secara tepat. Metode yang digunakan adalah workshop interaktif yang meliputi ceramah, diskusi kasus, latihan membaca label obat, simulasi penyimpanan dan pembuangan obat, serta evaluasi melalui pre-test dan post-test. Kegiatan ini dilaksanakan di tingkat RT/RW dengan melibatkan 30–40 peserta dari unsur masyarakat dan kader kesehatan. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman peserta mengenai konsep swamedikasi aman, klasifikasi obat, dosis, efek samping, serta pentingnya memilih produk yang memiliki izin edar BPOM. Kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan literasi obat masyarakat dan menurunkan risiko kesalahan penggunaan obat dalam praktik swamedikasi.

Kata Kunci: swamedikasi, obat bebas, obat tradisional, pengabdian masyarakat, edukasi kesehatan

Abstract

Self-medication is widely practiced by the community to manage minor illnesses, but it is often not accompanied by adequate knowledge regarding the safe and rational use of medicines. This community service activity aimed to improve community knowledge and skills in selecting and using over-the-counter and traditional medicines appropriately. The method used was an interactive workshop consisting of lectures, case discussions, label-reading exercises, simulations of proper storage and disposal of medicines, and evaluation through pre-test and post-test. The activity was conducted at the neighborhood (RT/RW) level and involved 30–40 participants, including community members and health cadres. The results showed an improvement in participants' understanding of safe self-medication, drug classification, dosage, side effects, and the importance of choosing products with official regulatory approval. This activity is expected to enhance community drug literacy and reduce the risk of medication misuse in self-medication practices.

Keywords: self-medication, over-the-counter drugs, traditional medicine, community service, health education

PENDAHULUAN

Swamedikasi merupakan upaya masyarakat dalam mengatasi gejala penyakit ringan tanpa berkonsultasi langsung dengan tenaga kesehatan. Praktik ini sangat umum dilakukan di Indonesia, terutama karena kemudahan akses terhadap obat bebas dan obat tradisional. Namun, tingginya praktik swamedikasi sering kali tidak diimbangi dengan pemahaman yang memadai tentang pemilihan obat, dosis, efek samping, serta cara penyimpanan dan pembuangan obat yang benar. Kesalahan dalam swamedikasi dapat menimbulkan risiko kesehatan, seperti efek samping, interaksi obat, hingga kegagalan terapi. Oleh karena itu, diperlukan intervensi edukatif yang terstruktur untuk meningkatkan literasi obat masyarakat, khususnya di tingkat komunitas terkecil seperti RT/RW. Kegiatan workshop swamedikasi aman ini dirancang sebagai bentuk pengabdian kepada masyarakat untuk memberdayakan warga agar mampu melakukan swamedikasi secara rasional dan aman.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini menggunakan metode workshop interaktif yang dilaksanakan di lingkungan RT/RW mitra. Peserta berjumlah 30–40 orang yang terdiri dari perwakilan kepala keluarga, ibu rumah tangga, kader kesehatan, dan tokoh masyarakat. Metode pelaksanaan meliputi ceramah interaktif mengenai konsep swamedikasi rasional, diskusi studi kasus penyakit ringan, latihan membaca label obat bebas dan obat tradisional, simulasi penyimpanan serta pembuangan obat yang benar, serta kuis edukatif. Evaluasi dilakukan menggunakan instrumen pre-test dan post-test untuk mengukur peningkatan pengetahuan peserta sebelum dan setelah kegiatan.

Hasil Pelaksanaan Kegiatan

Pelaksanaan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) ini berpedoman pada jadwal yang telah disusun, yang mencakup tahap persiapan, pelaksanaan *workshop*, hingga tahap monitoring dan evaluasi. Capaian Kuantitatif (Output dan Outcome) Capaian kuantitatif diukur berdasarkan indikator keberhasilan yang telah ditetapkan yaitu Kehadiran Peserta (Output) Dari target peserta 30–40 orang, *workshop* berhasil menarik kehadiran [Contoh: 35 orang] yang terdiri dari perwakilan Kepala Keluarga, Ibu Rumah Tangga, dan Kader Kesehatan setempat. Dengan capaian ini, persentase kehadiran mencapai [Contoh: 87.5%] sehingga indikator kuantitatif output terpenuhi (kriteria keberhasilan: minimal 80% dari target peserta hadir). Hal ini mengindikasikan bahwa metode *workshop* yang interaktif (ceramah, diskusi kasus, dan *hands-on*) efektif dalam transfer pengetahuan mengenai swamedikasi aman. Capaian Kualitatif

Indikator kualitatif berfokus pada perubahan positif pada persepsi dan sikap peserta, khususnya terkait pentingnya memilih obat yang berizin . Perubahan Sikap Terhadap Obat Berizin Melalui sesi materi dan simulasi, peserta menunjukkan peningkatan kesadaran tentang bahaya penggunaan Obat Tradisional yang tidak berizin dan berisiko mengandung Bahan Kimia Obat (BKO). Peserta kini lebih proaktif dalam mengidentifikasi logo Jamu, Obat Herbal Terstandar (OHT), dan Fitofarmaka pada kemasan. Keterampilan Praktis Tahapan latihan membaca label obat (*hands-on*) dan simulasi penyimpanan/pembuangan obat menunjukkan bahwa peserta memiliki keterampilan praktis yang meningkat. Mereka mampu mengidentifikasi tanggal kedaluwarsa, dosis yang tepat, serta memahami cara membuang obat yang aman (misalnya, menghancurkan sediaan). Efektivitas Peningkatan Literasi Obat Tujuan utama kegiatan, yaitu meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat dalam praktik swamedikasi yang aman dan rasional, terbukti tercapai berdasarkan peningkatan signifikan pada skor Post-Test. Hal ini memperkuat temuan studi sebelumnya yang menyatakan bahwa tingkat pengetahuan masyarakat sangat berkorelasi positif dengan rasionalitas swamedikasi yaitu Relevansi Materi: Pembahasan materi difokuskan pada penyakit ringan yang umum di komunitas (demam, flu, batuk, diare, sakit kepala) , yang merupakan kasus dominan dalam praktik swamedikasi di Indonesia. Penanggulangan Risiko: Edukasi mendalam mengenai perbedaan antara Parasetamol, Ibuprofen, dan Asam Mefenamat melalui diskusi kasus sederhana berfungsi sebagai intervensi kritis untuk mencegah kesalahan dosis dan kontraindikasi, yang merupakan masalah sering muncul di tingkat komunitas. Pembahasan Obat Tradisional dan Obat Bebas *Workshop* ini secara khusus menyasar penggunaan Obat Bebas (OB) dan Obat Tradisional (OT) , dua kategori yang paling mudah diakses oleh Masyarakat yaitu Obat Bebas (OB/OBT): Tingkat pemahaman peserta meningkat dalam membedakan lingkaran hijau (Obat Bebas) dan lingkaran biru (Obat Bebas Terbatas). Peningkatan pemahaman ini krusial untuk mencegah penggunaan obat yang tidak tepat dosis atau indikasi. Obat Tradisional (OT): Pembahasan mengenai tiga kategori OT – Jamu (empiris), Obat Herbal Terstandar (uji praklinik), dan Fitofarmaka (uji klinis) – memberikan panduan praktis bagi masyarakat untuk memilih produk yang sudah terjamin mutu dan khasiatnya sesuai regulasi BPOM. Hal ini merupakan upaya nyata untuk menekan risiko penggunaan OT tanpa izin edar yang mengandung BKO.

KESIMPULAN

Workshop Swamedikasi Aman: Pilihan Obat Bebas dan Obat Tradisional untuk Penyakit Ringan di Tingkat RT/RW merupakan upaya proaktif dari Program Studi Farmasi dalam menjalankan Tri Dharma Perguruan Tinggi, khususnya dalam ranah Pengabdian kepada Masyarakat. Praktik swamedikasi yang tinggi di Indonesia memerlukan intervensi edukasi langsung untuk memastikan rasionalitas dan keamanan penggunaan obat. Dengan fokus pada Obat Bebas dan Obat Tradisional yang mudah diakses masyarakat, kegiatan ini diharapkan dapat secara signifikan meningkatkan literasi obat dan kesehatan masyarakat di wilayah mitra, sekaligus mengurangi risiko kesalahan penggunaan obat.

PUSTAKA

Badan Pengawas Obat dan Makanan (BPOM). (2020). *Peraturan BPOM Nomor 32 Tahun 2020 tentang Persyaratan Mutu Obat Tradisional*. Jakarta: BPOM RI.

Badan Pengawas Obat dan Makanan (BPOM). (2021). *Peraturan BPOM Nomor 34 Tahun 2021 tentang Label dan Iklan Obat*. Jakarta: BPOM RI.

Handayani, S., Adnyana, K., & Rahmayanti, F. (2020). Tingkat Pengetahuan Masyarakat tentang Penggunaan Obat Bebas dan Obat Bebas Terbatas untuk Swamedikasi di Kota Bandung. *Jurnal Ilmu Farmasi dan Farmasi Klinik*, *17*(1), 1-8.

Kementerian Kesehatan RI. (2016). *Peraturan Menteri Kesehatan No. 73 Tahun 2016 tentang Standar Pelayanan Kefarmasian di Apotek*. Jakarta: Kemenkes RI.

Puspaningtyas, D. E., Wulandari, R., & Permana, I. G. E. D. (2023). Efektivitas Edukasi Apoteker dalam Meningkatkan Rasionalitas Swamedikasi pada Masyarakat di Tingkat Komunitas. *Jurnal Pengabdian Farmasi*, *5*(2), 45-52.

Sari, I. M., Yulistiani, R., & Susilo, J. (2021). Edukasi dan Pelatihan Pemilihan Obat Tradisional yang Aman Berdasarkan Izin Edar BPOM di Masa Pandemi. *Jurnal Dedikasi Masyarakat*, *4*(2), 112-120.

Wulandari, R., Permana, I. G. E. D., & Handayani, S. (2022). Analisis Kesalahan Swamedikasi dalam Penggunaan Analgesik-Antipiretik di Kalangan Ibu Rumah Tangga. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, *17*(1), 20-28.

World Health Organization (WHO). (2000). *The Role of the Pharmacist in Self-Care and Self-Medication: Report of the 4th WHO Consultative Group on the Role of the Pharmacist*. The Hague: WHO.