

PEMBERDAYAAN PKK BANJAR TOHPATI DESA KESIMAN KERTALANGU SEBAGAI KADER DALAM Mendukung GERAKAN MASYARAKAT CERDAS MENGGUNAKAN OBAT

M.D. Wijaya¹, A.A.G. Indraningrat², dan D.A.P. Sri Masyeni³

ABSTRAK

Swamedikasi atau pengobatan sendiri tanpa resep dokter telah dilakukan secara luas oleh masyarakat untuk mengobati berbagai penyakit ringan seperti sakit kepala, demam, batuk pilek, dan lainnya. Namun dalam pelaksanaannya, sering terjadi kesalahan pengobatan karena diagnosis sendiri yang kurang tepat, kesalahan dosis/cara pakai, informasi yang bias dari iklan obat, dan sebagainya. Tata laksana swamedikasi yang tidak rasional dapat menimbulkan dampak negatif seperti efek terapi yang tidak tercapai maupun munculnya efek obat yang tidak diinginkan. Oleh karena itu, dilakukan kegiatan PKM kepada mitra yang merupakan kelompok PKK Banjar Tohpati, Desa Kesiman Kertalangu, Denpasar Timur mengenai Gerakan Masyarakat Cerdas Menggunakan Obat (Gema Cermat) yang meliputi cara memilih dan mendapatkan obat dengan benar, menggunakan obat secara rasional, serta cara menyimpan dan membuang obat dengan baik dan benar. Metode yang digunakan adalah *focus group discussion*, penyuluhan dan pemutaran video terkait Gema Cermat, serta pelatihan penggunaan obat sediaan khusus seperti tetes mata, salep mata, injeksi insulin, dan suppositoria. Hasil *pre-test* dan *post-test* menunjukkan peningkatan pengetahuan kader mengenai Gema Cermat sebesar 20%, dari nilai rata-rata 64 saat *pre-test* menjadi 80 saat *post-test*. Kegiatan pemberdayaan masyarakat dalam program Gema Cermat ini diharapkan dapat membantu pemerintah dan masyarakat dalam meningkatkan keterampilan dan pengetahuan masyarakat dalam penggunaan obat secara benar.

Kata kunci : pemberdayaan masyarakat, gema cermat, swamedikasi

ABSTRACT

Self-medication has been widely carried out by the community to treat various ailments such as headaches, fevers, colds, and others. However, in practice, medication errors often occur due to improper self-diagnosis, dosage errors, drug misuse, or biased information from drug advertisements. Irrational self-medication management may lead to negative effects such as undesirable therapeutic effects or adverse drug reactions. Therefore, we carried out a community empowerment program to our partner, PKK Banjar Tohpati, Kesiman Kertalangu Village, East Denpasar, about Gerakan Masyarakat Cerdas Menggunakan Obat (Gema Cermat) which includes how to choose and get drugs properly, how to use drugs rationally, as well as how to store and dispose of drugs properly. Focus group discussion, counseling, and video screenings related to Gema Cermat were conducted, followed by training in using special preparations such as eye drops, eye ointments, insulin injection, and suppositories. The results showed an increase in cadre knowledge about Gema Cermat by 20%, from an average value of 64 at the pre-test to 80 at the post-test. This community empowerment program about Gema Cermat is expected to help both the government and the community to improve the skills and knowledge of the community in using drugs rationally.

Keywords: community empowerment, gema cermat, self-medication

¹ Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa dharmestiwijaya@gmail.com

² Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa anak.indraningrat@gmail.com

³ Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa masyeniputu@yahoo.com

1. PENDAHULUAN

Swamedikasi atau pengobatan sendiri merupakan upaya masyarakat untuk mengobati dirinya sendiri (Kementerian Kesehatan RI, 2019). Langkah ini biasanya diambil untuk penyakit-penyakit ringan seperti demam, sakit kepala, batuk pilek, dan lainnya, serta untuk menghemat biaya (Kementerian Kesehatan RI, 2019). Swamedikasi meliputi penggunaan produk obat oleh masyarakat untuk mengobati penyakit atau gejala umum, serta penggunaan obat secara intermiten atau berkelanjutan dari obat resep dokter untuk penyakit kronis atau berulang (WHO, 2000). Pada praktiknya, swamedikasi juga meliputi pengobatan terhadap anggota keluarga, terutama pada anak-anak dan lansia (WHO, 2000). Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar pada tahun 2013, diketahui bahwa sebanyak 35.2% rumah tangga di Indonesia menyimpan obat dan obat tradisional untuk swamedikasi (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2013). Obat-obat yang disimpan ini sebagian besar adalah obat bebas (82%), walaupun masih cukup banyak yang menyimpan obat keras dan antibiotik yaitu sekitar 35.7% dan 27.8% (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2013).

Obat bebas yang dapat dibeli tanpa resep dokter atau disebut juga dengan obat *over the counter* (OTC) relatif aman dan efektif jika digunakan sesuai dengan aturan pakai pada label obat atau sesuai arahan tenaga kesehatan profesional (FDA, 2018). Namun, penelitian oleh Tesfamariam dkk (2019) mengungkapkan bahwa praktik swamedikasi yang tidak tepat dalam menggunakan obat-obat OTC sangat lazim terjadi dan membutuhkan intervensi dini untuk meminimalkan risiko (Tesfamariam et al, 2019). Untuk meminimalkan potensi risiko dalam swamedikasi, perlu dilakukan edukasi mengenai obat tanpa resep dokter dan cara penggunaan yang tepat, serta meminta saran kepada dokter jika tidak yakin. Selain itu, masyarakat harus didorong untuk membaca label dan leaflet obat dengan hati-hati, mencari saran lebih lanjut jika perlu (ke dokter atau apoteker), serta mengenali keadaan dimana swamedikasi tidak atau tidak lagi sesuai (World Medical Association, 2017). Peningkatan pengetahuan dan pemahaman terhadap swamedikasi juga harus dilakukan untuk meningkatkan penggunaan obat yang rasional (Bennadi, 2013).

Dalam pelaksanaannya di masyarakat, swamedikasi dapat menyebabkan terjadinya kesalahan pengobatan (*medication error*) karena keterbatasan pengetahuan masyarakat mengenai obat dan penggunaannya (Direktorat Bina Farmasi Komunitas dan Klinik, 2007). Swamedikasi yang tidak rasional dapat menimbulkan dampak negatif bagi masyarakat seperti kesalahan pengobatan karena ketidaktepatan diagnosis sendiri, ketidaktepatan penggunaan obat karena informasi bias dari iklan obat, serta kemungkinan munculnya reaksi obat yang tidak diinginkan sehingga masyarakat mengalami kerugian waktu dan biaya (Nining and Yeni, 2019). Hal ini juga menjadi permasalahan yang dialami oleh ibu-ibu PKK Banjar Tohpati yang terletak di wilayah Desa Kesiman Kertalangu, Kecamatan Denpasar Timur, Kota Denpasar, Provinsi Bali.

Berdasarkan hasil diskusi, mitra masih memiliki pengetahuan yang kurang mengenai penatalaksanaan swamedikasi yang rasional. Contohnya adalah masih ada mitra atau anggota keluarganya yang mengonsumsi antibiotik tanpa resep dokter karena dulunya diresepkan seperti itu dan sembuh. Selain itu, sebagian besar mitra masih kurang paham mengenai frekuensi minum obat 2x sehari atau 3x sehari. Kebanyakan obat diminum pagi/siang/sore tanpa memperhatikan jam, padahal seharusnya diminum setiap 12 jam dan 8 jam untuk obat yang diresepkan 2x dan 3x sehari. Mitra juga memiliki pengetahuan yang kurang mengenai bagaimana penyimpanan obat yang baik dan bagaimana cara membuang obat yang benar ketika obat sudah rusak atau kadaluarsa. Obat untuk anak-anak yang biasanya dalam bentuk sediaan sirup juga sering diberikan menggunakan sendok makan, bukan sendok takar, serta disimpan di kulkas dengan anggapan agar obat lebih awet setelah dibuka. Penggunaan obat dalam bentuk sediaan khusus seperti tetes mata juga masih kurang tepat dan disimpan dalam waktu lama setelah dibuka.

Kurangnya pengetahuan masyarakat awam terhadap swamedikasi yang rasional dan masalah terkait seperti resistensi antibiotik serta potensi terjadinya efek yang tidak diinginkan membuat implementasi program kesehatan masyarakat untuk meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya hal ini harus segera dilakukan (Limaye et al, 2017). Pendidikan mengenai kesehatan merupakan salah satu langkah krusial dalam mengubah *health seeking behaviour* masyarakat dan melindungi mereka dari potensi risiko swamedikasi (Alghanim, 2011). Pelatihan dan pemberian informasi yang tepat mengenai swamedikasi kepada masyarakat untuk menghindari terjadinya kesalahan pengobatan sangat diperlukan.

Salah satu program yang dicanangkan pemerintah untuk membantu mengatasi permasalahan ini adalah Gerakan Masyarakat Cerdas Menggunakan Obat (Gema Cermat). Tujuan dari program Gema Cermat adalah agar masyarakat dapat melakukan pengobatan sendiri dengan benar, menggunakan obat dengan benar, serta menyimpan dan membuang obat dengan benar (Yuliastuti et al, 2018). Program ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat sehingga penatalaksanaan swamedikasi yang rasional dapat tercapai.

2. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan PKMS pemberdayaan PKK Banjar Tohpati, Desa Kesiman Kertalangu, Denpasar, sebagai kader Gema Cermat dilakukan dengan metode sebagai berikut:

1. *Focus Group Discussion* untuk menggali permasalahan-permasalahan yang dialami oleh mitra dan merumuskan solusi.
2. Penyuluhan mengenai Gema Cermat yang difokuskan pada penggunaan obat yang rasional dalam swamedikasi, penyimpanan, serta pembuangan obat yang benar.
3. Pemutaran video mengenai cara cerdas menggunakan obat (dosis, frekuensi dan durasi), penggunaan antibiotik yang tepat, serta cara cerdas menyimpan dan membuang obat.
4. Pelatihan penggunaan obat dalam bentuk sediaan khusus seperti tetes mata, salep mata, tetes hidung, injeksi insulin, dan suppositoria.
5. Penyerahan bantuan berupa obat-P3K serta *flyer* berisi informasi mengenai Gema Cermat yang dapat disebarluaskan ke masyarakat sekitar.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan program PKMS ini diawali dengan melakukan *focus group discussion* (FGD) antara tim pengabdian dari FKIK Unwar dengan mitra yaitu anggota PKK Banjar Tohpati, Desa Kesiman Kertalangu, Denpasar Timur. Kegiatan FGD dilakukan untuk menggali permasalahan-permasalahan terkait kesehatan yang dialami oleh mitra, sekaligus merumuskan solusi untuk mengatasi permasalahan tersebut. Dari kegiatan ini diketahui bahwa mitra sering kebingungan dan ragu dalam melakukan swamedikasi yang rasional untuk penyakit-penyakit ringan yang dialami keluarga mereka. Mitra juga minim informasi mengenai cara menyimpan dan membuang obat dengan benar. Oleh karena itu, tim mengajukan solusi berupa penyuluhan Gema Cermat (Gerakan Masyarakat Cerdas Menggunakan Obat) serta pelatihan mengenai cara penggunaan obat sediaan khusus. Gema Cermat sendiri merupakan program yang digagas oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia sebagai upaya bersama antara pemerintah dan masyarakat melalui program pemberdayaan masyarakat yang terpadu dan berkesinambungan untuk meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan kemauan masyarakat dalam penggunaan obat secara benar (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2015).

Kegiatan PKMS Gema Cermat dilaksanakan pada hari Sabtu, 30 Mei 2020 pukul 16.00 bertempat di salah satu rumah mitra di lingkungan Banjar Tohpati. Kegiatan diawali dengan pemberian

informasi singkat mengenai Gema Cermat, dilanjutkan dengan *pre-test* selama 10 menit. Penyuluhan dilakukan dengan presentasi menggunakan *power point* dan video edukasi yang diperoleh dari laman youtube GeMa CerMat Kemenkes RI. Informasi yang diberikan berupa cara cerdas memilih, mendapatkan, menggunakan, menyimpan, dan membuang obat dengan baik dan benar. Selain itu, tim pengabdian juga memberikan pelatihan cara menggunakan obat sediaan khusus yaitu berupa sediaan tetes mata, salep mata, suppositoria, dan insulin injeksi. Kegiatan kemudian dilanjutkan dengan *post-test* menggunakan soal yang sama dengan *pre-test* selama 10 menit. Pada akhir sesi, mitra diberikan video dan leaflet mengenai Gema Cermat untuk dapat digunakan kedepannya sebagai media penyebaran informasi bagi anggota PKK lainnya serta masyarakat sekitar. Dokumentasi kegiatan penyuluhan dan pelatihan ini dapat dilihat pada Gambar 1 dan 2.



Gambar 3.1. Pelaksanaan *Pre-test*



Gambar 3.2. Penyuluhan Gema Cermat dan pelatihan penggunaan obat sediaan khusus

Hasil *pre-test* menunjukkan bahwa sebagian besar kader belum memahami frekuensi minum obat, cara penyimpanan obat, serta cara membuang obat yang tepat. Kader beranggapan bahwa frekuensi minum obat 2x sehari berarti obat dapat diminum pagi dan malam, tanpa memperhatikan jam. Selain itu, kader sering menyimpan obat sirup di kulkas karena berpikir obat akan lebih awet. Kader juga mengaku langsung membuang obat yang kadaluarsa atau rusak ke tempat sampah tanpa menghancurkan atau memisahkannya dari kemasan. Setelah dilakukan pemberian informasi melalui penyuluhan, pelatihan, dan diskusi bersama tim pengabdian, pemahaman kader mengenai obat semakin meningkat. Hal ini dapat dilihat dari kenaikan rata-rata nilai kader sebesar 20%, dari 64 saat *pre-test* menjadi 80 saat *post-test*. Kader mulai memahami bahwa frekuensi minum obat yang baik untuk 2x sehari adalah 12 jam dan untuk 3x sehari adalah 8 jam. Sebagai contoh, jika pasien diresepkan obat 2x1 maka obat diminum pukul 07.00 dan 19.00. Selain itu, obat dalam bentuk sirup sebaiknya disimpan pada suhu ruang di tempat yang kering dan terhindar dari sinar matahari langsung. Obat tablet yang sudah rusak atau kadaluarsa harus dipisahkan terlebih dahulu dari kemasan untuk kemudian dihancurkan dan dibuang, sedangkan obat dalam bentuk sirup sebaiknya dibuang ke saluran pembuangan air dengan cara diencerkan atau dicampur dengan tanah dan dibuang ke tempat sampah.

Kegiatan diakhiri dengan membagikan souvenir berupa obat-obat P3K kepada kader. Tim pengabdian juga memberikan bantuan berupa paket sembako, vitamin, dan masker sebagai upaya dalam membantu pencegahan penularan COVID-19. Monitoring dan pendampingan dilakukan melalui sambungan telepon dengan para kader terkait upaya edukasi dan sosialisasi kepada anggota PKK dan masyarakat lainnya mengenai informasi yang telah didapatkan selama penyuluhan dan pelatihan. Kader juga membagikan flyer yang diberikan oleh tim kepada masyarakat sebagai sarana informasi dan edukasi. Kegiatan PKM ini diharapkan dapat membantu mengatasi permasalahan mitra mengenai penggunaan obat yang rasional terutama dalam swamedikasi, serta cara yang tepat dalam memilih, mendapatkan, menyimpan, dan membuang obat.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil *pre-test* dan *post-test*, kegiatan pemberdayaan melalui penyuluhan dan pelatihan mengenai Gema Cermat terbukti dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman kader mengenai cara memilih, mendapatkan, menggunakan, menyimpan, dan membuang obat dengan benar. Pengetahuan ini sangat diperlukan, terutama untuk swamedikasi penyakit-penyakit ringan dan penggunaan obat yang rasional. Para kader diharapkan dapat secara aktif menyebarkan informasi dan pengetahuan yang telah didapat, tidak hanya kepada anggota PKK lainnya, namun juga kepada keluarga dan masyarakat sekitar.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih disampaikan kepada Dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa beserta Ketua Unit Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (UP2M) FKIK Unwar atas dukungan finansial dan fasilitas yang diberikan sejak penulisan proposal hingga pelaksanaan kegiatan sehingga PKM ini dapat terselenggara dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Alghanim, S. A. (2011), Self-medication practice among patients in a public health care system, *East Mediterr Health J.* 17(5): 409-416.
Bennadi, D. (2013), Self-medication: A current challenge. *J Basic Clin Pharm*, 5(1): 19-23.

- Direktorat Bina Farmasi Komunitas dan Klinik (2007), Pedoman Penggunaan Obat Bebas dan Bebas Terbatas, Jakarta, Departemen Kesehatan RI.
- FDA (2018), Understanding Over-the-Counter Medicines, United States, Food and Drug Administration.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2013), Pokok-Pokok Hasil Riskesdas Indonesia 2013, Jakarta, Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2015), Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor HK.02.02/MENKES/427/2015 tentang Gerakan Masyarakat Cerdas Menggunakan Obat.
- Kementerian Kesehatan RI (2019), Cerdas Menggunakan Obat, Bagian Program dan Informasi Farmalkes Kementerian Kesehatan RI.
- Limaye, D., V. Limaye, G. Krause and G. Fortwengel (2017), A Systematic Review of the Literature to Assess Self-medication Practices, *Ann Med Health Sci Res*, **7**: 1-15.
- Nining and Yeni (2019), Edukasi dan Sosialisasi Gerakan masyarakat Cerdas Menggunakan Obat (Gema Cermat), *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, **5**(2): 36-48.
- WHO (2000), Guidelines for the regulatory assessment of medicinal products for use in self-medication, World Health Organization.
- Tesfamariam, S., I. S. Anand, G. Kaleab, S. Berhane, B. Woldai, E. Habte and M. Russom (2019), Self-medication with over the counter drugs, prevalence of risky practice and its associated factors in pharmacy outlets of Asmara, Eritrea, *BMC Public Health*, **19**(1): 159.
- World Medical Association (2017), WMA Statement on Self-Medication, World Medical Association.
- Yuliasuti, F., W. S. Hapsari and T. Mardiana (2018), GeMa CerMat (Gerakan Masyarakat Cerdas Menggunakan Obat) bagi Guru Sekolah Dasar Kecamatan Magelang Selatan Kota Magelang, *Community Empowerment*, **3**(2 (2018)): 34-37.