



Edukasi Praktek Swamedikasi dengan Penggunaan Obat Rasional bagi Masyarakat Pesisir Desa Sungai Nibung Kabupaten Kubu Raya

Warsidah

Program Studi Ilmu Kelautan, FMIPA Universitas Tanjungpura. 1. Prof. Dr. H Jl. Profesor Dokter H. Hadari Nawawi, Bansir Laut, Kec. Pontianak Tenggara, Kota Pontianak, Kalimantan Barat 78124. Indonesia

*Corresponding Author e-mail: warsidah@fmipa.untan.ac.id

Received: Oktober 2023; Revised: November 2023; Published: November 2023

Abstrak: Swamedikasi atau pengobatan sendiri adalah sikap atau tindakan dalam mengobati diri sendiri tanpa berkonsultasi dengan dokter atau paramedis, baik dengan menggunakan obat tradisional/herbal atau obat modern yang biasa diresepkan di tempat pelayanan kesehatan formal. Banyak faktor yang mendukung swamedikasi ini membudaya di kalangan masyarakat seperti mudahnya menemukan obat yang diinginkan melalui promosi obat di media massa, merasa cocok dengan obat yang dibeli bebas dan keterbatasan jarak tempuh atau waktu untuk datang ke pelayanan formal dalam mendapatkan distribusi obat serta beberapa faktor lain yang dipertimbangkan oleh konsumen. Kegiatan PKM mandiri tentang edukasi praktek swamedikasi pada Masyarakat pesisir Desa Sungai Nibung Kabupaten Kubu Raya ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman masyarakat dalam melakukan praktek medikasi agar menggunakan obat secara rasional, yaitu pemilihan obat yang tepat dan benar sehingga tujuan pengobatan secara efektif dapat tercapai. Kegiatan ini diikuti oleh 20 orang warga masyarakat pesisir desa Sungai Nibung yang terdiri dari kader PKK dan ibu rumah tangga, dilaksanakan secara offline menggunakan metode ceramah dan diskusi. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan persentase 40% peserta menjadi rata-rata 90% peserta yang sudah memiliki pemahaman yang benar terkait penggunaan obat yang rasional dalam melakukan swamedikasi.

Kata kunci : swamedikasi, rasional, pesisir, desa Sungai Nibung, efektif

Education on Self-Medication Practices with Rational Use of Medicines for Coastal Communities in Nibung Village

Abstract: Self-medication or self-medication is the attitude or action of treating oneself without consulting a doctor or paramedic, either by using traditional/herbal medicine or modern medicine that is usually prescribed in formal health care settings. There are many factors that support self-medication to become a culture among the community, such as the ease of finding the desired drug through drug promotion in the mass media, feeling comfortable with over-the-counter drugs and limited travel distance or time to come to formal services to get drug distribution and several other factors that considered by consumers. This independent PKM activity regarding education on self-medication practices in the coastal communities of Sungai Nibung Village, Kubu Raya Regency aims to increase the community's knowledge and understanding in carrying out medication practices in order to use drugs rationally, namely choosing the right and correct drugs so that treatment goals can be achieved effectively. This activity was attended by 20 residents of the coastal community of Sungai Nibung village consisting of PKK cadres and housewives, carried out offline using lecture and discussion methods. The evaluation results show an increase in the percentage of 40% of participants to an average of 90% of participants who already have a correct understanding regarding the rational use of drugs in self-medication.

Key words: self-medication, rational, coastal, Sungai Nibung village, effective

How to Cite: Warsidah, W. (2023). Edukasi Praktek Swamedikasi dengan Penggunaan Obat Rasional bagi Masyarakat Pesisir Desa Sungai Nibung Kabupaten Kubu Raya . *Sasambo: Jurnal Abdimas (Journal of Community Service)*, 5(4), 791–796. <https://doi.org/10.36312/sasambo.v5i4.1513>



<https://doi.org/10.36312/sasambo.v5i4.1513>

Copyright© 2023, Warsidah
This is an open-access article under the CC-BY-SA License.



PENDAHULUAN

Swamedikasi adalah penggunaan obat baik sintetik/modern ataupun obat tradisional untuk tujuan mengobati diri sendiri tanpa memerlukan konsultasi dengan dokter terkait diagnosis, pemberian resep dan pengawasan selama berlangsungnya pengobatan (World Health Organization, 2000). Menurut Jajuli dan Sinuraya (2018), swamedikasi diartikan sebagai pengobatan utk diri sendiri tanpa memerlukan resep dokter. Praktek swamedikasi bukanlah hal yang baru bagi masyarakat, karena sebanyak lebih dari 60% masyarakat telah mempraktekkan hal ini dan lebih dari 80% di antaranya melakukan swamedikasi dengan mengandalkan obat modern (Zulkarni et al., 2019).

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar diperoleh data sebanyak 35,2% masyarakat Indonesia memiliki simpanan obat di rumah tangga, baik yang dibeli berdasarkan resep dokter maupun yang dibeli sendiri dengan bebas, dan sebanyak 27,8% di antaranya merupakan obat antibiotik (Kemenkes, 2013). Praktek swamedikasi tersebut memang telah umum berlangsung di lingkungan masyarakat terutama untuk mengatasi keluhan atau gangguan kesehatan ringan antara lain nyeri, demam, batuk, pusing, pilek-influenza, maag dan diare serta penyakit-penyakit kulit (Restiyono, 2018).

Tingginya angka praktisi swamedikasi di kalangan masyarakat ditunjang oleh beberapa faktor, antara lain adalah luasnya informasi tentang obat melalui iklan media massa terkait obat bebas dan obat bebas terbatas, sehingga juga dapat diperoleh di pasaran dengan lebih mudah, dan keluhan penyakit atau gangguan kesehatan yang diderita tersebut dapat segera teratas. Faktor lain adalah harga yang lebih murah dan tidak perlu menunggu lama dibandingkan harus ke pusat pelayanan kesehatan atau ke tempat dokter praktek untuk berkonsultasi, memerlukan biaya dan waktu yang lebih lama. Tetapi di sisi lain, kemudahan tersebut harusnya berbanding lurus dengan keamanan dan ketepatan penggunaan obat, agar tujuan dari pengobatan dapat efektif dirasakan oleh penderita dengan efek samping yang dapat diminimalisir, serta mengeliminasi kemungkinan salah atau kekeliruan dalam menentukan obat untuk pengobatan sendiri tersebut (Syafitri et al., 2018). Menurut Nining (2020), dengan menggunakan obat yang tidak tepat akan menimbulkan reaksi yang tidak diinginkan seperti alergi, sensitivitas dan resistensi obat.

Mitra kegiatan PKM ini adalah masyarakat desa Sungai Nibung, dengan kondisi wilayah yang memiliki keterbatasan akses pergi dan pulang, serta jauh dari pelayanan formal kesehatan seperti rumah sakit dan puskesmas, sehingga dipandang perlunya pelatihan swamedikasi kepada masyarakat di desa tersebut. Kegiatan PKM mandiri ini dilakukan di wilayah desa Sungai Nibung Kecamatan Teluk Pakedai Kabupaten Kubu Raya Kalimantan Barat, bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman masyarakat tentang bagaimana melakukan praktek swamedikasi dengan pemilihan dan cara penggunaan obat yang tepat. Kegiatan diikuti oleh 20 peserta yang merupakan kader desa dan ibu rumah tangga desa Sungai Nibung, dan dilaksanakan dengan metode ceramah dan diskusi.

METODE PELAKSANAAN

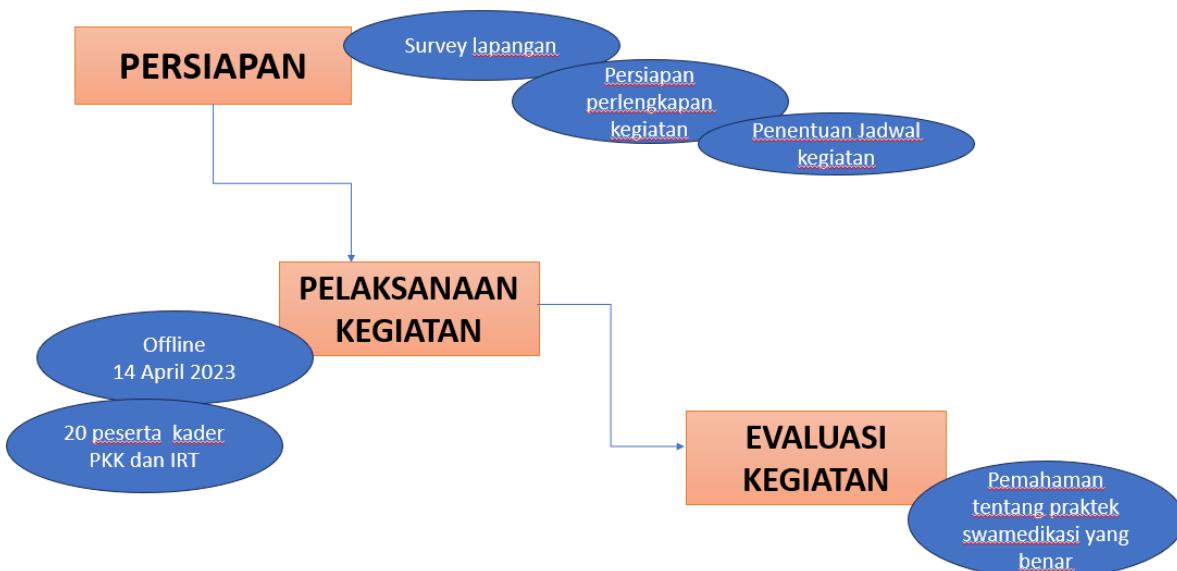
Kegiatan PKM ini dilaksanakan melalui 3 tahapan utama meliputi :

1. Persiapan

Kegiatan dimulai dengan survey dan observasi terkait dengan pemahaman masyarakat dalam melakukan praktek swamedikasi yang dilanjutkan dengan persiapan perlengkapan kegiatan dan penentuan jadwal pelaksanaan dan perizinan dengan kantor pemerintahan desa Sungai Nibung. Mitra yang terlibat

- dalam kegiatan ini adalah masyarakat desa Nibung yang terdiri dari ibu-ibu dan remaja putri.
2. Pelaksanaan
Kegiatan dilaksanakan pada hari Kamis, tanggal 14 September 2023 bertempat di ruang perkuliahan Ilmu Kelautan gedung Fakultas MIPA.
 3. Evaluasi
Kegiatan dievaluasi dengan memberikan kuisioner di awal dan di akhir kegiatan terkait materi pelatihan yang diberikan.

Skema pelaksanaan kegiatan edukasi praktik swamedikasi di desa Sungai Nibung dapat digambarkan sebagai berikut :



Gambar 1. Skema pelaksanaan PKM

HASIL DAN DISKUSI

Desa Nibung dapat di tempuh dengan perjalanan sekitar 2 jam menggunakan speedboat dan 5-6 jam dengan menggunakan kapal motor. Perairan desa Nibung merupakan salah satu tempat berteduh bagi kapal-kapal nelayan ikan yang melaut di sekitar perairan tersebut, sehingga lalu lintas kapal di daerah tersebut sangat ramai, terutama di pagi dan sore hari. Keterbatasan akses menuju pusat pelayanan kesehatan yang lebih besar seperti rumah sakit dan apotek menjadikan wilayah menjadi kendala tersendiri saat penduduk atau pendatang ke pulau tersebut mengalami gangguan kesehatan atau menderita penyakit. Salah satu usaha masyarakat dalam mengatasi keterbatasan ini adalah dengan swamedikasi atau pengobatan sendiri pada gangguan penyakit ringan seperti demam, batuk, flu pilek, sakit perut, sakit kepala, sakit kulit, dan diabetes baik menggunakan herbal tradisional seperti kelompok rimpang-rimpangan atau menggunakan obat-obat bebas atau obat bebas terbatas yang dijual di toko obat ataupun apotek.

Konsumsi obat herbal atau jamu seperti tolak angin cair, antangin ataupun pil kuat atau supertin, dan juga bebas dan bebas terbatas seperti misalnya parasetamol untuk anti demam, asam mefenamat dan antalgic untuk pereda nyeri komix cair,

mextril dan laserin untuk batuk, dan multivitamin yang terdiri dari vitamin B1, B2, B6, B12 atau B komplek, vitamin C dan beberapa jenis obat lainnya seperti deksametason, CTM dan prednison untuk antihistamin, sudah begitu popular di kalangan masyarakat Desa Nibung. Meskipun demikian, untuk menghindari terjadinya efek samping dari penggunaan obat-obat tersebut, maka perlu dilakukan edukasi praktek swamedikasi dengan penggunaan obat yang rasional untuk tujuan pengobatan yang efektif.

Kegiatan dihadiri oleh 20 orang peserta terdiri dari remaja putri dan ibu rumah tangga yang sekaligus beberapa di antaranya merupakan kader pkk Desa Nibung. Kegiatan ini dilaksanakan dengan teknik ceramah edukasi dan dilanjutkan dengan diskusi yang mengarah pada konsultasi penyakit dan beberapa cara penanganannya. Beberapa materi penting yang disampaikan dalam kegiatan tersebut adalah terkait dengan keamanan penggunaan obat herbal dan obat paten yang dijual bebas.

Penggunaan obat herbal dapat berbahaya pada kasus-kasus tertentu, terutama obat herbal dalam bentuk kemasan atau pabrikan (Widayati & Wulandari, 2018). Berbeda dengan herbal segar yang dapat diperoleh di jalanan atau tumbuh liar, ada beberapa bahaya dari penggunaan herbal pabrikan yang perlu diperhatikan :

1. Efek samping: Beberapa bahan dari obat herbal mungkin memberikan efek samping yang tidak diketahui. Tanpa sepengatahanan konsumen, obat herbal juga mungkin mengandung senyawa kimia alami berpotensi menimbulkan risiko efek samping merugikan seperti hiponatremia, hipokalemia, hipomagnesia, alkalosis, hipokloremik, ekskresi kalsium meningkat, hipotensi, gangguan saluran cerna, gangguan penyembuhan, atrofi kulit, lebam, acne, gangguan keseimbangan cairan dan elektrolit, leukositosis, reaksi hipersensitif (termasuk anafilaksis), tromboemboli, lesu, takikardia, palpitasi, mual, sakit kepala, insomnia, aritmia, sedasi, efek anti muskarinik, kelemahan otot, tinitus, euphoria, nyeri kepala, stimulasi SSP, reaksi, dan lain-lain (Destiani, D.P & Suwantika, A.A. 2015)..
2. Interaksi obat: Penggunaan obat herbal bersamaan dengan obat kimia yang rutin digunakan harus dilakukan dengan hati-hati karena kedua obat tersebut dapat saling berinteraksi. Interaksi ini dapat menimbulkan efek yang menguntungkan ataupun merugikan.
3. Kualitas obat herbal: Obat herbal yang dijual di pasaran tidak selalu aman dan berkualitas. Beberapa obat herbal yang dijual di pasaran mungkin tidak memiliki lisensi dan tidak aman dikonsumsi.
4. Efektivitas obat herbal: Beberapa obat herbal mungkin tidak sesuai dengan jenis penyakit dan keadaan tubuh. Jika digunakan dengan tidak tepat, obat herbal juga bisa memberikan efek buruk yang menyebabkan masalah kesehatan

Untuk perlu dilakukan pengecekan yang aman terhadap obat herbal yang akan dikonsumsi. Sebelum menggunakan obat herbal, sebaiknya konsultasikan terlebih dahulu dengan dokter atau ahli kesehatan, karena dokter dapat memberikan saran dan rekomendasi obat herbal yang sesuai dengan kondisi kesehatan pasien. Selain itu, pasien juga dapat memeriksa label produk dan dapat memastikan produk tersebut memiliki label yang jelas dan terdaftar di BPOM. Hal ini menunjukkan bahwa produk tersebut telah melalui uji klinis dan aman dikonsumsi. Selanjutnya dapat melihat histori penggunaan obat, jadi sebaiknya membeli dari produsen yang terpercaya, dengan memilih obat herbal dari produsen yang terpercaya dan memiliki pengalaman dalam bidang pengobatan herbal. Hal tersebut dapat memastikan kualitas dan keamanan

produk. Selanjutnya adalah melalui pengamatan fisik dari bentuk sediaan, yaitu tidak boleh kering dan juga tidak boleh lembab karena berpotensi ditumbuhinya jamur. Sediaan herbal cair dapat diketahui dari ada/tidaknya perubahan warna, bau dan kepekatanannya dibandingkan dengan keadaan saat masih baik. Indikasi, dosis, dan waktu minum juga harus dipastikan, dan tetap menjaga untuk mengkonsumsi tidak dengan jumlah atau volume herbal yang berlebihan.

Penggunaan obat yang rasional merupakan aspek penting dalam swamedikasi, yang meliputi penggunaan obat yang tepat sesuai indikasi, tepat dosis, tepat durasi, dan tepat waktu. Berikut beberapa poin penting mengenai penggunaan obat yang rasional dalam swamedikasi :

1. Swamedikasi sebaiknya hanya dilakukan untuk penyakit ringan dan untuk mengurangi gejala Penggunaan obat tanpa resep dokter hendaknya mengikuti peraturan perundang-undangan yang berlaku. Penggunaan obat yang rasional dapat membantu mengoptimalkan terapi dan meningkatkan proses penyembuhan/
2. Kualitas swamedikasi dapat dilihat dari rasionalitas indikator terapi, yang meliputi obat yang tepat, pasien yang tepat, dosis yang tepat, dan waktu pemberian yang tepat. Mayoritas pasien memiliki pengetahuan sedang tentang pengobatan sendiri, dan penggunaan obat sendiri yang tidak rasional dapat mencapai 40,6%
3. Tenaga kesehatan yang mempunyai pengetahuan tentang penggunaan obat yang rasional hendaknya mempunyai perilaku positif terhadap swamedikasi bagi dirinya dan pasiennya dan pendidikan secara signifikan dapat meningkatkan pengetahuan dan rasionalitas pengobatan sendiri.
4. Masyarakat perlu memahami bahwa obat harus digunakan secara tepat dan rasional untuk mencapai efek terapeutik yang diinginkan. Penggunaan obat sendiri yang berlebihan dapat menimbulkan gangguan kesehatan seperti efek samping, interaksi obat, atau munculnya penyakit baru.
5. Usaha-usaha edukasi dari pemerintah telah banyak dilakukan melalui pemberdayaan masyarakat di berbagai bidang, termasuk peningkatan penggunaan obat secara rasional.

Singkatnya, penggunaan obat yang rasional merupakan aspek penting dari swamedikasi untuk menjamin penggunaan obat yang aman dan efektif. Masyarakat perlu memiliki pengetahuan yang memadai tentang narkoba dan penggunaannya agar terhindar dari permasalahan terkait narkoba. Petugas kesehatan juga harus mempunyai sikap positif terhadap swamedikasi dan mengedukasi masyarakat tentang penggunaan obat yang rasional.

Kegiatan dilanjutkan dengan diskusi dan melalui monitoring yang dilakukan selama kegiatan menunjukkan aktivitas diskusi berlangsung dengan baik, banyak pertanyaan oleh peserta dilontarkan kepada tim pemateri terutama terkait dengan kebiasaan-kebiasaan masyarakat dalam mengkonsumsi obat. Hasil evaluasi yang dilakukan dari awal kegiatan sampai akhir kegiatan melalui pemberian pertanyaan yang sama menunjukkan bahwa telah terjadi peningkatan kemampuan peserta dalam memahami tentang penggunaan obat yang rasional baik dalam bentuk herbal segar ataupun pabrikan seperti jamu dalam kemasan maupun dengan sediaan obat paten atau modern yang banyak dijual di apotek dan toko obat, serta banyak dipromosikan lewat media massa. Peningkatan pemahaman itu di antaranya adalah penggunaan beberapa obat untuk indikasi ringan seperti sakit kepala, sakit gigi, demam flu dan pilek, malaria dan demam berdarah

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil evaluasi dari kegiatan PKM mandiri dengan topik Edukasi praktek swamedikasi pada Masyarakat pesisir Desa Sungai Nibung Kabupaten Kubu Raya menunjukkan adanya peningkatan dari jumlah peserta yang memahami tentang swamedikasi dan penggunaan beberapa obat untuk indikasi ringan. Peningkatan tersebut sebesar rata-rata dari 40% menjadi 90%. Obat-obat yang umum digunakan secara swamedikasi antara lain adalah seperti obat sakit kepala, sakit gigi, demam flu dan pilek, malaria dan demam berdarah, batuk berdahak dan batuk tidak berdahak, maag, diare serta penggunaan obat antibiotik yang tidak dapat dibeli bebas atau digunakan tanpa resep dokter, penggunaannya secara rasional jika menderita penyakit infeksi, baik infeksi ringan maupun infeksi berat di mana obat antibiotiknya harus dikonsumsi sampai habis.

DAFTAR PUSTAKA

- Aini, N., (2014, September). Laporkan Efek Samping Obat Tradisional. Repub. Online. Diunduh dari : <https://republika.co.id/berita/nasional/daerah/14/09/02/nb9o19-laporkan-efek-sampingobat-tradisional> Tanggal 27 Maret 2020
- Destiani, D.P & Suwantika, A.A. (2015). Penggunaan Suplemen Herbal sebagai Upaya Swamedikasi di Kota Bandung. *Jurnal Farmasi Klinik Indonesia*, 4 (1), 71-76.
- Jajuli, M., & Sinuraya, R. K. (2018). Artikel Tinjauan: Faktor-faktor yang Mempengaruhi dan Risiko Pengobatan Swamedikasi. *Farmaka*, 16(1), 48-53.
- Kemenkes. 2013. Riset Kesehatan Dasar 2013. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Jakarta.
- Nining., Y. (2020). Penyuluhan Penggunaan Obat Rasional (POR) dalam Swamedikasi Kepada Masyarakat RW 18 Desa Cijengkol Kecamatan Setu Kabupaten Bekasi. 3(2), 187-193.
- Restiyono, A. (2018). Analysis of the Influential Factors in Antibiotic Self-Medication in Housewives in Kajen Village, Pekalongan Regency. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 11(1), 14.
- Syafitri, I. N., Hidayati, I. R., & Pristianty, L. (2018). Hubungan Tingkat Pengetahuan terhadap Penggunaan Obat Paracetamol Rasional dalam Swamedikasi. *Jurnal Farmasi Dan Ilmu Kefarmasian Indonesia*, 4(1), 19.
- Widayati, A & Wulandari, E.T. (2018). Edukasi Manfaat Tanaman Obat dan Pengolahannya dengan Metode CBIA di Desa Bulusulur, Kabupaten Wonogiri, Jawa Tengah. *Abdimas Altruis*, 1 (1), 25-30.
- World Health Organization. (2000). Guidelines for the regulatory assessment of medicinal products for use in self-medication. Geneva: WHO/EDM/QSM/00.1.
- Zulkarni, R., Tobat, S.R., & Aulia, S.F. 2019. Perilaku Masyarakat Dalam Swamedikasi Obat Tradisional Dan Modern Di Kelurahan Sapiran Kecamatan Aur Birugo Tigo Baleh Kota Bukittinggi. *Jurnal Kesehatan : Stikes* , 10 (1), 1-5.