Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat
Vol.3 No.1 Edisi: Juni-November 2024 | Page: 22-26
e-ISSN : 2963-0401 | eMail : jurnalq17@gmail.com

Sosialisasi Swamedikasi (Pengobatan Sendiri) Pada Masyarakat Mojosongo

Agnes Prawistya Sari[1*], Hanugrah Ardya[2], Herawati Prianggi[3], Sardjiman[4], Adhi Wardhana Amrullah[5]
[1,2,3,4,5] Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Kusuma Husada
email: agnesprawistya@ukh.ac.id

Abstrak: Penyakit adalah bagian tak terhindarkan dari kehidupan, dan swamedikasi menjadi solusi yang efisien untuk mengobati penyakit ringan dengan obat-obatan yang tersedia tanpa resep dokter. Meski swamedikasi praktis dan aman bila dilakukan sesuai petunjuk, pengetahuan masyarakat tentang praktik ini masih terbatas. Oleh karena itu, peningkatan pemahaman melalui sosialisasi sangat penting untuk memastikan swamedikasi dilakukan dengan benar dan efektif. Hasil wawancara di Mertoudan, Mojosongo menunjukkan sebagian masyarakat belum mengetahui cara pengobatan swamedikasi yang tepat. Tujuan kegiatan ini untuk meningkatkan pemahaman ini masyarakat tentang swamedikasi (pengobatan sendiri). Kegiatan ini dilaksanakan di Mertoudan, Mojosongo dengan peserta 25 orang dari ibu-ibu Dawis pada bulan April 2024. Hasil akhir kegiatan ini adalah sosialisasi swamedikasi di Mertoudan, Mojosongo mendapat respon positif dan meningkatkan pemahaman peserta mengenai penggunaan obat yang tepat untuk swamedikasi.

Kata Kunci : *Obat, Sosialiasi, Swamedikasi*

1. PENDAHULUAN

Sebagai makhluk hidup, kita tidak dapat terhindar dari kemungkinan terkena penyakit, baik itu yang bersifat ringan maupun berat. Penyakit bisa datang kapan saja, di mana saja, dan tanpa memandang usia, menjadikannya bagian dari kehidupan yang harus dijalani dengan sikap optimis. Memahami kenyataan ini, penting bagi kita untuk menggunakan pengetahuan dengan bijak dalam menghadapi penyakit. Beberapa penyakit umum seperti flu, demam, batuk, dan diare sering kali muncul sebagai dampak dari pergantian musim (Dinas Kesehatan, 2023).

Swamedikasi merupakan upaya masyarakat dalam mengobati diri sendiri, dimana dalam pemilihan dan penggunaan obat terhadap penyakit atau gejala dengan menggunakan obat obatan yang disetujui dan tersedia tanpa resep, serta aman bila (Christina B, 2024). Praktik ini banyak dipilih karena dianggap lebih efisien dari segi waktu dan biaya dibandingkan harus berkonsultasi dengan dokter. Swamedikasi melibatkan penggunaan obat-obatan yang dapat diperoleh tanpa resep dokter, dikenal sebagai obat bebas atau OTC (*over-the-counter)*, yang dapat dibeli di toko obat, apotek, supermarket, dan warung (Sari, 2022)

Di Indonesia, obat yang dapat digunakan secara swamedikasi adalah obat dari golongan bebas dan obat bebas terbatas. Manfaat swamedikasi (pengobatan sendiri) dengan menggunakan obat-obatan yang dijual bebas dan terbatas, termasuk keamanan bila digunakan sesuai petunjuk dan meredakan gejala secara efektif, karena 80% keluhan nyeri hilang dengan sendirinya. Selain itu juga hemat biaya, hemat waktu, dan mudah pengobatannya karena menggunakan obat-obatan yang tersedia, telah melewati serangkaian pengujian dan mempunyai aturan (dosis) tertulis sehingga aman . Hal ini untuk mencegah penggunaan obat dan mengurangi beban pemerintah terhadap terbatasnya jumlah petugas dan fasilitas layanan kesehatan. Data dari BPS menunjukkan bahwa sekitar 66% orang sakit di Indonesia memilih swamedikasi, yang menunjukkan bahwa pengobatan mandiri merupakan pilihan utama masyarakat dalam menghadapi masalah kesehatan. (Suryono et al., 2019).

Namun, pengetahuan masyarakat mengenai swamedikasi masih terbatas, seperti yang terlihat dari rendahnya kesadaran akan pentingnya membaca label obat dan pemahaman tentang penggunaan yang benar (Sari et al., 2023). Hal ini menggaris bawahi pentingnya peningkatan pengetahuan tentang

swamedikasi melalui sosialisasi. Sebagai seorang dosen dan tenaga kesehatan, penulis bersama rekan-rekan dan mahasiswa berkomitmen untuk memberikan informasi yang bermanfaat untuk meningkatkan pemahaman masyarakat terkait swamedikasi (pengobatan sendiri) agar mereka dapat melakukan swamedikasi dengan lebih efektif dan aman.

2. IDENTIFIKASI MASALAH

Swamedikasi, atau pengobatan mandiri menggunakan obat tanpa resep dokter, menjadi pilihan umum di Indonesia karena alasan praktis dan ekonomis. Namun, pengetahuan masyarakat tentang cara penggunaan obat yang tepat masih terbatas. Misalnya, banyak orang mengonsumsi antibiotik secara sembarangan atau memilih obat yang tidak sesuai untuk kondisi kesehatan mereka, seperti diare, yang berpotensi menimbulkan efek samping dan resistensi obat.

Hasil wawancara di Mertoudan, Mojosongo menunjukkan bahwa 50% masyarakat belum mengetahui cara pengobatan yang benar untuk penyakit yang mereka alami. Rendahnya kesadaran akan pentingnya membaca label obat dan memahami dosis yang tepat mengarah pada kesalahan penggunaan obat. Untuk mengatasi masalah ini, diperlukan upaya sosialisasi yang efektif agar masyarakat dapat melakukan swamedikasi dengan lebih aman dan tepat.

3. METODE PELAKSANAAN

Pengabdian kepada masyarakat oleh Program Studi Farmasi Program Sarjana Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Kusuma Husada Surakarta dilaksanakan di Mertoudan, Mojosongo. Tahapan mulai dari persiapan hingga pelaksanaan kegiatan berlangsung dari November 2023 hingga April 2024. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman masyarakat tentang swamedikasi (pengobatan sendiri) dengan menggunakan metode ceramah, diskusi, dan demonstrasi.

Tahapan kegiatan dimulai dengan koordinasi dengan kader kesehatan pada November 2023, membahas standar swamedikasi obat. Pada Maret 2024, dilakukan persiapan alat dan materi, termasuk penyusunan acara penyuluhan dan pengadaan alat peraga seperti leaflet, dan obat untuk demonstrasi. Pelaksanaan pengabdian dilakukan pada April 2024, dimulai dengan pengarahan kepada tim, diikuti oleh sosialisasi kepada ibu-ibu Dasa wisma (Dawis) dengan metode ceramah, tanya jawab, dan demonstrasi.

Dalam proses monitoring dan evaluasi, keberhasilan program pengabdian ditentukan oleh respon peserta saat tim pengabdi menyampaikan materi.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat oleh Program Studi Farmasi Program Sarjana Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Kusuma Husada Surakarta dilaksanakan pada Minggu, 24 April 2024, di Mertoudan, Mojosongo. Acara ini berlokasi di rumah salah satu warga Mertoudan RT 08 RW 09 dan melibatkan 25 orang dari ibu-ibu Dawis Mertoudan, Mojosongo. Agenda utama kegiatan meliputi sosialisasi mengenai swamedikasi (pengobatan sendiri) dan monitoring serta evaluasi kegiatan. Sosialisasi ini merupakan bagian dari program promosi kesehatan Ikatan Apoteker Indonesia (IAI) yang bertujuan untuk meningkatkan pemahaman masyarakat tentang pengelolaan obat, misal pembelian di apotek atau warung obat.

Kegiatan sosialisasi berjalan dengan baik dan lancar dengan jumlah seluruh peserta sebanyak 25 orang. Pengelompokkan peserta berdasarkan usia dapat diamati seperti pada tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik Peserta Sosialisasi Berdasarkan Usia

No	Usia	Frekuensi	Persentase
1	20 – 30	8	32%
2	31 – 40	6	24%
3	41 – 50	7	28%
4	> 50	4	16%
Total		25	100%

Peserta terbanyak pada sosialisasi ini adalah di usia 20-30 tahun dengan jumlah 8 orang (32%). Usia 20-30 tahun merupakan

usia yang paling banyak dalam melakukan swamedikasi (Alaqeel & Abanmy, 2015).

Kegiatan dimulai dengan sambutan dari Ketua Dawis Mertoudan Mojosongo, diikuti oleh pemaparan materi, diskusi, dan pembagian materi sosialisasi. Sebelum pelaksanaan kegiatan sosialisasi swamedikasi (pengobatan sendiri), hasil penelusuran menunjukkan bahwa masyarakat belum mengetahui cara pengobatan yang benar untuk penyakit yang mereka alami. Selain itu warga setempat menggunakan dan menyimpan obat di rumah untuk swamedikasi, tetapi belum mendapatkan informasi yang memadai mengenai manajemen obat yang benar. Sebagai solusi, dilakukan sosialiasi swamedikasi untuk membantu masyarakat dalam pengobatan sendiri di lingkungan keluarga dan masyarakat umum.

Swamedikasi (pengobatan sendiri) menjadi semakin umum dikenal semakin sebagai akibat dari perubahan gaya hidup masyarakat, kemudahan akses terhadap pengetahuan, dan peningkatan teknologi. Meskipun hal ini menghemat waktu dan nyaman, ada kekhawatiran tentang keefektifan dan keamanan terapi. Informasi kesehatan dapat diakses dengan mudah berkat teknologi digital. Sebelum mengunjungi dokter, banyak orang mencari gejala dan pengobatan secara online. Aplikasi kesehatan untuk ponsel pintar dapat membantu identifikasi gejala dan rekomendasi terapi.

Kegiatan PKM yang dilakukan adalah menjelaskan pengertian swamedikasi (pengobatan sendiri). Tujuan dari sosialisasi swamedikasi (pengobatan sendiri) adalah untuk memberikan pemahaman kepada masyarakat tentang bagaimana menggunakan obat secara rasional, bertanggung jawab dan mandiri. Swamedikasi (pengobatan sendiri) dapat digunakan untuk mengobati demam ringan, sakit kepala, flu, batuk, alergi ringan, dan nyeri otot. Obat-obatan OTC (*over-the-counter*) yang dapat digunakan untuk berbagai kondisi kesehatan ringan antara lain: parasetamol dan ibuprofen untuk demam ringan dan sakit kepala, dengan ibuprofen juga membantu mengurangi peradangan. Untuk flu dan batuk, dekongestan seperti pseudoefedrin dan fenilefrin membantu meredakan hidung tersumbat, sementara antihistamin seperti diphenhydramine dan chlorpheniramine meringankan gejala flu dan memiliki efek sedatif. Dextromethorphan digunakan untuk batuk kering dan guaifenesin untuk mengencerkan dahak. Untuk alergi ringan, loratadin dan cetirizine efektif tanpa menyebabkan kantuk, sedangkan diphenhydramine dapat digunakan untuk alergi akut. Nyeri otot bisa diatasi dengan ibuprofen atau naproksen, dan krim atau gel topikal dengan menthol dan capsaicin untuk pereda nyeri lokal (Kemenkes RI, 2011)



Gambar 1. Kegiatan Sosialisasi Swamedikasi

Sosialisasi juga dilakukan dengan penjelasan klasifikasi obat, yaitu obat bebas, obat bebas terbatas, dan obat wajib apotek yang dapat digunakan untuk swamedikasi (pengobatan sendiri). Penekanan diberikan pada perbedaan jenis obat dan cara mendapatkannya, serta dampak penggunaan obat yang tidak rasional, seperti pembelian antibiotik tanpa resep dokter. Hal ini penting untuk mencegah resistensi antibiotik dan memastikan penggunaan obat yang aman dengan membeli di apotek resmi. Selain itu antibiotik merupakan golongan obat keras yang harus menggunakan resep dokter, sehingga tidak boleh digunakan untuk pengobatan sendiri tanpa diawasi oleh tenaga kesehatan yang berwenang yaitu dokter dan apoteker.

Materi berikutnya mencakup berbagai sediaan obat dan cara penggunaannya.. Kesalahan penggunaan obat sering terjadi akibat informasi yang kurang lengkap dari petugas kesehatan, Saat melakukan pengobatan sendiri, beberapa faktor penting harus dipertimbangkan, termasuk dosis dan durasi pemberian. Obat-obatan yang dijual bebas biasanya ditujukan untuk penggunaan

jangka pendek. Jika gejalanya menetap atau memburuk, sebaiknya konsultasikan ke dokter. Penting untuk mengikuti dosis anjuran pada kemasan obat atau sesuai anjuran apoteker. Jika ragu mengenai pilihan atau penggunaan obat, konsultasikan dengan apoteker. Pasien harus memastikan bahwa tidak ada interaksi berbahaya antara obat yang digunakan dan obat, suplemen, atau kondisi kesehatan tertentu lainnya. Membaca label obat secara akurat sangat penting untuk memastikan penggunaan yang aman dan efektif. Bagian penting pada label obat meliputi nama obat, bahan aktif, indikasi, dosis, kegunaan, peringatan, kontraindikasi, efek samping, tanggal kadaluarsa, dan penyimpanan. Jika kondisi tidak berubah setelah minum obat, segera hubungi dokter atau dapatkan bantuan medis.

Selanjutnya materi penyimpanan dan pembuangan obat yang benar sangat penting, terutama untuk obat bebas dan obat bebas terbatas yang digunakan dalam swamedikasi. Penyimpanan yang tepat memastikan obat tetap efektif dan aman untuk digunakan, sedangkan pembuangan yang benar mencegah risiko kesehatan dan lingkungan. Pastikan obat disimpan sesuai petunjuk pada kemasan, seperti menjaga suhu dan kelembaban yang tepat, serta menjauhkannya dari jangkauan anak-anak. Untuk pembuangan, hindari membuang obat ke saluran pembuangan atau tempat sampah biasa. Sebaiknya ikuti panduan pembuangan yang aman, seperti membawa obat yang tidak terpakai atau kedaluwarsa ke apotek atau pusat pengelolaan limbah khusus. Pembuangan obat yang rusak atau kadaluarsa harus dilakukan dengan hati-hati untuk mencegah penyalahgunaan.



Gambar 2. Diskusi tanya jawab swamedikasi

Kegiatan diakhiri dengan sesi tanya jawab yang menunjukkan respon positif dari masyarakat, terutama ibu-ibu Dawis, yang antusias mengajukan pertanyaan tentang swamedikasi. Evaluasi yang dilakukan melalui pertanyaan menilai respon dan pemahaman peserta, menunjukkan keterlibatan aktif dan peningkatan pemahaman mengenai swamedikasi. Di harapkan, kegiatan ini mendorong masyarakat untuk lebih memperhatikan dan menerapkan swamedikasi dengan benar dalam keluarga mereka.

Sosialisasi swamedikasi sangat bermanfaat dalam meningkatkan pemahaman masyarakat tentang penggunaan obat yang tepat dan bijaksana. Dengan pemahaman yang lebih baik, diharapkan risiko penggunaan obat yang tidak tepat dapat dikurangi, komplikasi kesehatan dapat dicegah, dan kualitas hidup masyarakat dapat ditingkatkan. Oleh karena itu, diperlukan upaya sosialisasi yang terus-menerus dan menyeluruh untuk mencapai hasil yang lebih baik dalam pengelolaan swamedikasi.

5. KESIMPULAN

Kegiatan sosialisasi swamedikasi berjalan dengan lancar dan mendapat respon positif dari peserta ibu-ibu Dawis Mertoudan, Mojosongo. Hasil evaluasi menunjukkan keterlibatan aktif dan peningkatan pemahaman peserta mengenai swamedikasi. Sosialisasi ini bermanfaat dalam meningkatkan pemahaman masyarakat tentang penggunaan obat yang tepat dan bijaksana, serta mencegah risiko kesehatan. Upaya sosialisasi yang terus-menerus dan menyeluruh diperlukan untuk mencapai pengelolaan swamedikasi yang lebih baik.

6. UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada seluruh pihak yang terlibat dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini terutama Universitas Kusuma Husada Surakarta, masyarakat dan masyarakat wilayah Mertoudan, Mojosongo

7. REFERENSI

Alaqeel, S., & Abanmy, N. O. (2015). Counselling practices in community pharmacies in Riyadh, Saudi Arabia: A cross-sectional study. *BMC Health Services Research*, *15*(1), 1–9. https://doi.org/10.1186/s12913-015-1220-6

Christina B, A. (RS O. P. D. R. S. S. (2024). *Swamedikasi*. https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/3320/swamedikasi

Dinas Kesehatan. (2023). *Waspadai Penyakit Yang Muncul Pada Saat Masa Pancaroba*. https://diskes.badungkab.go.id/artikel/53961-waspadai-penyakit-yang-muncul-saat-masa-pancaroba

Kemenkes RI. (2011). *Modul Penggunaan Obat Rasional 2011*. *3–4*.

Sari, A. P. (2022). *Analisis Pelayanan Kefarmasian Pengobatan Swamedikasi (Self Medication) di Apotek Kota Surakarta*. Universitas Kusuma Husada Surakarta.

Sari, A. P., Ardya C, H., Kusumawardhani, O. B., & Kesehatan, F. I. (2023). Pelayanan Kefarmasian Dalam Pengelolaan Obat (Dagusibu) Sebagai Upaya Edukasi Kepada Warga Mojosongo. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, *182*(2), 182–186. https://qjurnal.my.id/index.php/abdicurio

Suryono, R. R., Nurhuda, Y. A., & Ridwan, M. (2019). Analisis Perilaku Pengguna Sistem Informasi Pengetahuan Obat Buatan Untuk Kebutuhan Swamedikasi. *Jurnal Teknoinfo*, *13*(1), 1. https://doi.org/10.33365/jti.v13i1.134