

Pentingnya Swamedikasi dan Edukasi DaGusiBu pada Ibu-Ibu Kader PKK-Posyandu Desa Wisata Bengkaung

DM Ningrum^{1*)}, Dedent Eka BS², Dodi Firmansyah³, Faizul Bayani⁴, DAS Permana⁵

DOI: 10.37824/dbk.v4i1.99

^{1,2,3}Program Studi S1 Farmasi
Universitas Qamarul Huda
Badaruddin

⁴Program Studi D3 Farmasi
Universitas Qamarul Huda
Badaruddin

⁵Program Studi D3 Farmasi
Universitas Al Irsyad Cilacap

Koresponden

Dwi Monika Ningrum
Email:
dwiheliosika@gmail.com

Abstrak

Swamedikasi atau disebut dengan *self medication*, merupakan perilaku mengonsumsi obat sendiri berdasarkan diagnosis terhadap gejala sakit yang di alami. Masa kini, swamedikasi dilakukan bersamaan dengan pemberian informasi pada pasien terkait prinsip DaGuSiBu yang marak di orasikan oleh Asosisasi Apoteker yaitu Dapatkan, GUnakan, Simpan dan Buang obat dengan baik dan benar itu seperti apa, sehingga masyarakat tidak hanya tau obat apa saja yang dapat dikonsumsi secara swamedikasi tapi juga dapat mengaplikasikan cara memperoleh dan membuang obat yang sesuai. Swamedikasi sendiri adalah cara atau usaha untuk mempertahankan kesehatan atau mencegah dan mengatasi penyakit, dimana swamedikasi pada masyarakat banyak dilakukan dan tanpa edukasi yang tepat. Tujuan pengabdian kepada masyarakat ini adalah memberikan informasi pentingnya edukasi yang benar mengenai swamedikasi dan bagaimana menerapkan DaGuSiBu yang baik dan benar pada ibu-ibu Kader PKK-Posyandu Desa Wisata Bengkaung, yang mana sejak pandemi masyarakat lebih memilih untuk tidak ke dokter dan memilih mengobati diri sendiri, sehingga sangat penting untuk kami memberikan edukasi yang benar agar ibu-ibu Kader PKK-Posyandu Desa Wisata Bengkaung dapat memberikan informasi yang benar ke masyarakat sekitar khususnya ibu-ibu rumah tangga yang menjadi tonggak kesehatan rumah tangga. Metode yang kami gunakan yaitu memberikan orasi ilmiah dan diskusi pendekatan kepada ibu-ibu Kader PKK-Posyandu serta pemberian leaflet mengenai swamedikasi dan DaGuSiBu yang dikeluarkan oleh Kemenkes RI. Selama kegiatan berlangsung ibu-ibu Kader PKK-Posyandu Desa Wisata Bengkaung menjadi mengetahui informasi yang selama ini tidak diketahui terkait penyakit apa yg sebaiknya tidak diswamedikasi dan dapat diswamedikasi. Obat-obat dengan indikasi atau keluhan yang bisa ditangani dengan swamedikasi. Selain itu mendapatkan bagaimana cara menggunakan obat yang baik dan membuang obat-obat yang sudah kadaluarsa yang mana selama ini hanya sekedar dibuang saja. Ibu-ibu Kader PKK-Posyandu menjadi memahami bagaimana prinsip swamedikasi dan DaGuSiBu yang baik dan benar.

Keywords: edukasi, swamedikasi, dagusibu



This work is licensed under a Creative Commons Attribution
4.0 International License

Pendahuluan

Swamedikasi atau yang dikenal dengan pengobatan sendiri merupakan kegiatan atau perilaku mengkonsumsi obat secara mandiri berdasarkan keluhan yang dirasakan oleh individu. Swamedikasi sendiri sangat dekat atau erat hubungannya dengan obat-obat yang dapat dijual untuk penyakit ringan seperti sakit kepala, radang tenggorokan, flu, demam dan nyeri haid yang mana obat tersebut disebut “over the counter” (OTC). Kini dengan makin berkembangnya obat-obat herbal atau obat tradisional juga menjadi ke pola pengobatan swamedikasi yang mana kegiatan tersebut merupakan pengobatan mandiri tanpa menggunakan resep dokter. Swamedikasi kini dilakukan harus memiliki bekal dan informasi yang benar agar tidak ada kesalahan saat mengonsumsi obat, terlebih bagaimana cara masyarakat untuk mendapatkan obat, bagaimana menggunakan atau mengonsumsi obat yang benar, bagaimana menyimpan obat yang sedang dikonsumsi hingga bagaimana cara membuang obat yang sudah tidak dikonsumsi baik karena sudah kadaluarsa atau masih ada sisa yang tidak akan dikonsumsi lagi seperti obat-obat tetes mata, tetes telinga dan sebagainya.

Gerakan Masyarakat Cerdas Menggunakan Obat atau yang biasa disebut Gema Cermat yang kini sedang banyak dilakukan oleh organisasi kesehatan khususnya Ikatan Apoteker Indonesia menjadi dorongan para tenaga kesehatan untuk lebih banyak memberikan penyuluhan terkait pentingnya DaGuSiBu yaitu Dapatkan, Gunakan, Simpan, Buang obat dengan cara yang benar dan tepat. Karena beberapa hal ini menjadi tolak ukur kesuksesan terapi dari swamediasi yang dilakukan masyarakat yang makin

banyak menerapkan swamedikasi dalam kehidupan sehari-hari khususnya ibu-ibu rumah tangga yang sejak Covid-19 datang di awal tahun 2020, membuat ibu-ibu rumah tangga menjadi lebih berhati-hati dan memilih untuk mengobati anggota keluarga secara mandiri, bahkan menghindari berobat ke dokter dengan alih-alih takut terdiagnosa Covid-19. Hal yang mendasari tersebut membuat makin gencar untuk melakukan penyuluhan tentang edukasi pentingnya swamedikasi dan DaGuSiBu obat yang benar dan tepat.

DaGuSiBu yang merupakan cara kiat kita sebagai masyarakat untuk bagaimana Dapatkan obat yang baik dan tepat itu membeli di Apotek atau Toko Obat yang telah memiliki izin, dimana kita di Apotek bisa bertemu dengan Apoteker atau Tenaga Teknis Kefarmasian yang dapat memberikan edukasi yang benar mengenai obat yang dikonsumsi sesuai keluhan. Gunakan obat dengan cara yang benar dan tepat meliputi cara pakai, aturan minum dan waktu konsumsi. Dimana untuk menggunakan obat bagaimana cara konsumsinya apakah ditelan langsung, dikunyah, di taruh dibawah lidah, di oles atau dimasukkan melalui dubur. Aturan minum pun harus diperhatikan yang mana 1xsehari dikonsumsi tiap 24jam, 2xsehari dikonsumsi tiap 12jam, 3xsehari tiap 8 jam dst. Simpan obat yang benar dan tepat adalah disimpan di lemari atau di kotak P3K yang jauh dari jangkauan anak². Pada sediaan obat tertentu disimpan pada suhu tertentu dan tentu disimpan dalam wadah yang bersih dan tidak campur dengan bahan makanan lain yang dapat menyebabkan kontaminasi silang. Sehingga perlu diperhatikan suhu penyimpanannya. Buang obat maupun wadah obat yang benar juga harus benar dan tepat. Dimana hal ini sangat

berkaitan dengan kesehatan lingkungan agar tidak terjadi pencemaran lingkungan.

Metode

Kegiatan pengabdian ini dilakukan di Aula Kantor Desa Bengkaung yang mana bersamaan dengan kegiatan PKK-Posyandu Desa Wisata Bengkaung pada tanggal 03 Desember 2021, dalam rangka memperingati Hari Kesehatan Nasional yang setiap tahunnya diperingati setiap tanggal 12 November, sehingga sasaran kegiatan ini adalah ibu-ibu Kader PKK-Posyandu Desa Wisata Bengkaung yang di ketuai atau dipimpin oleh Ibu Kepala Desa Wisata Bengkaung yaitu Ibu Ida Wahyuni, S.Pd. Pada kegiatan ini kami memberikan sosialisasi pentingnya edukasi mengenai swamedikasi dan DaGuSiBu pada ibu-ibu Kader PKK-Posyandu. Adapun selama kegiatan berlangsung, disertai penyampaian materi kegiatan sosialisasi yaitu obat-obat yang digunakan untuk swamedikasi, kriteria penyakit yang dapat dilakukan swamedikasi dan apa saja kriteria DaGuSiBu.

Hasil Kegiatan

Kegiatan pengabdian di siswa SMK Darussalam ini dilakukan dengan beberapa tahap yaitu tahap observasi dan koordinasi, dan sosialisasi terkait swamedikasi serta pencapaian sosialisasi dan edukasi DaGuSiBu. Tahap observasi dan koordinasi dengan Kepala Desa Bengkaung merupakan tahap awal yang bertujuan untuk mengetahui permasalahan yang dihadapi oleh ibu-ibu kader PKK-Posyandu dan koordinasi membahas program kegiatan ini. Sehingga keresahan ibu PKK-Posyandu kami peroleh yaitu keresahan dalam menghadapi era *new normal*, yang mana sudah dapat berkegiatan seperti biasa hanya saja kehidupan masih tetap bersinggungan

dengan adanya virus Covid-19 yang makin banyak memiliki varian.

NO.	NAMA	TTD
1.	Idayaturrahmi	[Signature]
2.	Huriani	[Signature]
3.	Susilawati	[Signature]
4.	Nurul Aini	[Signature]
5.	Misrah	[Signature]
7.	Zaharatus	[Signature]
8.	Wahyu Sunani	[Signature]
9.	Hj Aninun Jarrah	[Signature]
10.	Cahaya Setiawati	[Signature]
11.	Asni	[Signature]
12.	Arni Wijayanti	[Signature]
13.	Zahorah	[Signature]
14.	Mirrawati	[Signature]
15.	Rusmi Ati	[Signature]
16.	Nurita Rahayu	[Signature]
17.	Masitah	[Signature]
18.	Marianah	[Signature]
19.	Mariyam	[Signature]
20.	MUSLIMAH	[Signature]

NO.	NAMA	TTD
1.	Ida Wahyuni	[Signature]
2.	Wahyu Sunani	[Signature]
3.	Hj Aninun Jarrah	[Signature]
4.	Zaharatus	[Signature]
5.	Idayaturrahmi	[Signature]
6.	Huriani	[Signature]
7.	Susilawati	[Signature]
8.	Nurul aini	[Signature]
9.	Cahaya Setiawati	[Signature]
10.	Misrah	[Signature]
11.	Asni	[Signature]
12.	Arni wijayanti	[Signature]
13.	Zahorah	[Signature]
14.	Mirrawati	[Signature]
15.	Rusmi Ati	[Signature]
16.	Nurita Rahayu	[Signature]
17.	Masitah	[Signature]
18.	Marianah	[Signature]
19.	Mariyam	[Signature]

Gambar 1. Daftar hadir kegiatan PKM

Tahap kedua yaitu sosialisasi, kegiatan sosialisasi mengenai pentingnya edukasi swamedikasi dan penerapan DaGuSiBu pada Ibu-Ibu Kader PKK-Posyandu di Desa Wisata Bengkaung memanfaatkan kegiatan rutin yang dilaksanakan ibu-ibu Kader PKK-Posyandu tiap bulan, sehingga kami dapat menjalankan kegiatan kami dengan lancar. Tujuan dilakukan kegiatan ini adalah untuk memberikan edukasi terkait bagaimana menerapkan swamedikasi dan DaGuSiBu di rumah tangga, apa saja penyakit yang dapat ditangani dengan swamedikasi, bagaimana

penerapan DaGuSiBu yang baik dan benar di lingkungan rumah tangga secara mandiri.



Gambar 2. Penyampaian Materi

Kegiatan ini didukung dengan pelatihan bagaimana membuat handsanitizer secara mandiri dirumah untuk ibu-ibu Kader PKK-Posyandu, mengingatkan kembali ibu-ibu PKK-Posyandu untuk tetap menerapkan PHBS yang baik sehingga dapat mengaplikasikan pengetahuannya dalam kehidupan sehari-hari guna terhindar dari terinfeksi covid-19 yang mana semakin hari covi-19 makin bervariasi jenisnya.



Gambar 3. Sesi tanya jawab



Gambar 3. Dokumentasi setelah kegiatan selesai dengan Ibu-Ibu Kader PKK-Posyandu dengan warga.

Setelah masa pandemi berangsur-angsur membaik, swamedikasi masih tetap digunakan oleh warga atau masyarakat

bahkan meningkat, dimana hal penerapan yang tepat tersebut membuat penggunaan obat-obatan bebas (*over the counter/OTC*) menjadi makin banyak dicari oleh warga berdasarkan gejala yang dirasakan warga. Obat-obatan OTC ini biasanya tersedia di toko obat, toko retail, dan kios sehingga perlu edukasi yang benar dan tepat. Dimana obat-obatan OTC ini, agar dikonsumsi dengan baik sesuai indikasi diperlukan edukasi tentang swamedikasi yang tepat dan menerapkan DaGuSiBu yang tepat agar tidak ada penggunaan atau penyalahgunaan obat.

Faktor utama yang mendasari swamedikasi masih menjadi pilihan masyarakat dewasa ini adalah obat-obatan dan biaya pengobatan yang mahal, kurangnya pendidikan dan pengetahuan dalam bidang kesehatan, obat-obat yang tersedia secara bebas di toko-toko, adanya oknum yang menjual obat-obatan tanpa resep dokter dan kurangnya pengawasan ketat dari pemerintah terkait penyebaran obat, jauhnya fasilitas kesehatan dan angka kemiskinan yang meningkat. Begitupun dengan penerapan Dapatkan, Gunakan, Simpan dan Buang harus benar-benar diberikan edukasi yang tepat agar terciptanya masyarakat yang cerdas dalam menggunakan obat, khususnya ibu-ibu yang menjadi tolak ukur kesehatan di rumah tangga. Sehingga perlu edukasi yang tepat sehingga swamedikasi yang dilakukan warga dapat berjalan beriringan dengan terapi yang rasional dengan tercapainya target terapi.

Keberhasilan kegiatan ini berupa antusiasme ibu-ibu Kader PKK-Posyandu dalam mengajukan beberapa pertanyaan terkait materi yang disampaikan. Selain itu para ibu Kader meminta kegiatan untuk tetap dilaksanakan secara rutin untuk meningkatkan pengetahuan ibu Kader PKK-

Posyandu terkait obat-obatan dan penerapan DaGuSiBu kedepannya.

Kesimpulan dan Rekomendasi

Setelah kegiatan pengabdian masyarakat “ Pentingnya Edukasi Swamedikasi dan DaGuSiBu pada Ibu-Ibu Kader PKK-Posyandu di Desa Wisata Bengkaung diperoleh kesimpulan bahwa :

1. Ibu-Ibu Kader PKK-Posyandu mengerti pentingnya mengetahui penyakit dan obat apa saja yang dapat ditangani dengan swamedikasi.
2. Ibu-Ibu Kader PKK-Posyandu mampu menerapkan konsep ibu harus menjadi ibu yang cerdas dalam menggunakan obat sehingga mampu menerapkan DaGuSiBu dalam kegiatan berumah tangga dan sekitarnya.

Referensi

- Ahmed, S. M., Sundby, J., Aragaw, Y. A., & Abebe, F. (2020). Self-medication and safety profile of medicines used among pregnant women in a tertiary teaching hospital in jimma, ethiopia: A cross-sectional study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(11).
- Amaha, M. H., Alemu, B. M., & Atomsa, G. E. (2019). Self-medication practice and associated factors among adult community members of Jigjiga town, Eastern Ethiopia. *PLoS ONE*, 14(6), 1–14.
- Atmadani, R. N., Nkoka, O., Yunita, S. L., & Chen, Y. H. (2020). Self-medication and knowledge among pregnant women attending primary healthcare services in Malang, Indonesia: A cross-sectional study. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 20(1), 1–11. *BMC Pregnancy and Childbirth*.
- Benítez, J. (1991). Preparing a personal formulary as part of a course in clinical pharmacology. *Clinical Pharmacology and Therapeutics*, 49(6), 606–608.
- Brata, C., Fisher, C., Marjadi, B., Schneider, C. R., & Clifford, R. M. (2016). Factors influencing the current practice of self-medication consultations in Eastern Indonesian community pharmacies: A qualitative study. *BMC Health Services Research*, 16(1), 1–10. *BMC Health Services Research* Retrieved from <http://dx.doi.org/10.1186/s12913-016-1425-3>
- Ha, T. Van, Nguyen, A. M. T., & Nguyen, H. S. T. (2019). Self-medication practices among Vietnamese residents in highland provinces. *Journal of Multidisciplinary Healthcare*, 12, 493–502.
- Helal, R. M., & Abou-Elwafa, H. S. (2017). Self-medication in university students from the city of mansoura, Egypt. *Journal of Environmental and Public Health*, 2017. Hindawi.
- Kemenkes RI.(2017). Buku Panduan Agent of Change (AOC) Gema Cermat “Cara Cerdas Gunakan Obat”. 2017
- Khan, A. (2018). Health Complications Associated with Self-Medication. *Journal of Physical Fitness, Medicine & Treatment in Sports*, 1(4), 2–5.
- Lei, X., Jiang, H., Liu, C., Ferrier, A., & Mugavin, J. (2018). Self-medication practice and associated factors among residents in Wuhan, China.

International Journal of Environmental
Research and Public Health, 15(1).

Ministry of Health Republic of Indonesia.
(2016). 2015 Indonesia Health Profile.
Retrieved from
[http://www.depkes.go.id/resources/do
wnload/pusdatin/profil
kesehatanindonesia/indonesian health
profile 2015.pdf](http://www.depkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil_kesehatanindonesia/indonesian_health_profile_2015.pdf)

WHO. (2014). The Role of the Pharmacist in
Self-Care and Self-Medication
Contents. Who,1–11. .