

## Edukasi Swamedikasi Pemilihan Obat Batuk Pilek Dalam Upaya Peningkatan Pengetahuan Masyarakat

Viani Anggi<sup>1</sup>, Mariyani<sup>2</sup>, Hana Kenta<sup>1\*</sup>

<sup>1</sup>Fakultas Farmasi, Program Studi D3, Sekolah Tinggi Ilmu Farmasi Pelita Mas, Palu, Indonesia

<sup>2</sup>Fakultas Farmasi, Program Studi D3, Sekolah Tinggi Ilmu Farmasi Pelita Mas, Palu, Indonesia

Email: [viani.anggi@gmail.com](mailto:viani.anggi@gmail.com)

**Abstrak**– Telah dilaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat di Desa Sejahtera Kecamatan Palolo, Kabupaten Sigi Sulawesi Tengah dengan mengangkat tema edukasi swamedikasi. Pada kegiatan Pengabdian masyarakat yang dilakukan ini bertujuan untuk memberikan edukasi kepada masyarakat tentang swamedikasi pemilihan obat batuk pilek sebagai upaya peningkatan pengetahuan masyarakat di Desa Sejahtera. Metode yang digunakan pada kegiatan pengabdian yaitu metode penyuluhan, pemeriksaan kesehatan gratis dan pembagian sembako kepada masyarakat yang terdampak banjir bandang di desa Sejahtera. Adapun hasil yang diperoleh dari kegiatan pengabdian yaitu Masyarakat desa Sejahtera dapat memahami konsep pemilihan obat batuk pilek dalam pengobatan sendiri, dapat dilihat dengan evaluasi tingkat persentase pemahaman masyarakat setelah kegiatan penyuluhan swamedikasi dalam pemilihan obat batuk pilek diperoleh hasil sebesar 90%, yang dimana sebelum dilakukan kegiatan pengabdian hanya didapatkan sebesar 10%, selain itu dilakukan pemeriksaan kesehatan gratis pasca musibah banjir bandang yang dialami oleh masyarakat desa Sejahtera, Kecamatan Palolo Kabupaten Sigi Sulawesi tengah dan selain itu masyarakat juga mendapatkan pembagian sembako diakhir kegiatan pengabdian. Dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan di desa Sejahtera diharapkan masyarakat dapat lebih memahami dalam pemilihan obat terhadap swamedikasi khususnya untuk penyakit batuk pilek yang sering terjadi di era pandemic ini.

**Kata Kunci:** Edukasi1, Swamedikasi2, Pemilihan3, Obat4, Batuk Pilek5

**Abstract**– Community service activities have been carried out in the Prosperous Village, Palolo District, Sigi Regency, Central Sulawesi with the theme of self-medication education. This community service activity aims to provide education to the community about self-medication in the selection of cough and cold medicines as an effort to increase public knowledge in the Sejahtera Village. The methods used in service activities are counseling methods, free health checks and distribution of basic necessities to communities affected by flash floods in Sejahtera village. The results obtained from service activities, namely the Sejahtera village community can understand the concept of choosing cough and cold medicines in self-medication, it can be seen by evaluating the percentage level of community understanding after self-medication counseling activities in the selection of cough and cold medicines obtained results of 90%, which before the activity was carried out service was only obtained by 10%, in addition to that free health checks were carried out after the flash flood disaster experienced by the people of Sejahtera village, Palolo sub-district, Sigi district, Central Sulawesi and besides that the community also received food distribution at the end of the service activity. From the community service activities carried out in the Sejahtera village, it is hoped that the community will be able to better understand the selection of drugs for self-medication, especially for coughs and colds that often occur in this pandemic era.

**Keywords:** Education1, Self-medication2, Selection3, medicines4, Cough and cold5

### 1. PENDAHULUAN

Pasca musibah banjir bandang yang dialami oleh masyarakat di desa Sejahtera Kecamatan Palolo, Kabupaten Sigi Sulawesi Tengah dimana masyarakat mengalami kerugian secara materi dan juga terjadi penurunan kesehatan pada masyarakat yang ada di desa tersebut. Tempat-tempat pengungsian yang menampung warga yang ada di desa Sejahtera menjadi sangat padat dan mengakibatkan terjadinya peningkatan prevalensi penyakit ringan seperti penyakit batuk pilek yang cepat menyebar terutama di masa *pandemic* ini. Peningkat penyakit batuk pilek terjadi cukup tinggi yang diakibatkan oleh faktor perubahan cuaca akibat musibah banjir bandang dan faktor lingkungan di tempat pengungsian menyebabkan terjadinya percepatan penularan penyakit batuk pilek [1]-[3]..

Batuk merupakan salah satu gangguan kesehatan yang dianggap ringan atau suatu refleksi pertahanan tubuh untuk mengeluarkan benda asing dari saluran pernafasan. Batuk juga melindungi paru-paru dari aspirasi asing yaitu masuknya benda asing dari saluran cerna maupun saluran nafas bagian atas. Saluran nafas bagian atas dimulai dari tenggorokan, trakhea, bronkhilioli sampai ke

jaringan paru. Batuk sendiri dibedakan menjadi dua yaitu batuk berdahak dan batuk tidak berdahak (batuk kering). Flu biasa (common-cold), salesma atau batuk pilek adalah infeksi saluran pernapasan akut (ISPA) yang sangat umum diderita oleh masyarakat. Data Riskesdas 2007 menunjukkan bahwa prevalensi ISPA di Indonesia adalah 25,5% (kisaran  $17,5 \pm 41,4\%$ ). flu adalah penyakit yang disebabkan oleh virus, antibiotika masih sering digunakan dan dipreskripsi secara tidak rasional untuk flu, sekalipun belum jelas adanya komplikasi bakterial (misalnya, pneumonia, sinusitis bakterial). Banyaknya obat yang dijual dipasaran dan ketersediaan obat yang melimpah di toko-toko atau warung memudahkan masyarakat untuk melakukan pengobatan sendiri, biaya yang murah relatif lebih cepat, pengaruh informasi dari iklan dan praktis menghemat waktu menjadi alasan memilih pengobatan sendiri, tetapi pada pelaksanaannya pengobatan sendiri dapat terjadinya kesalahan pengobatan karena keterbatasan pengetahuan masyarakat tentang obat dan penggunaannya [4]-[7].

Edukasi untuk peningkatan pengetahuan tentang swamedikasi merupakan tahapan yang dilakukan oleh Apoteker untuk melakukan pengobatan sendiri terhadap penyakit ringan oleh masyarakat atau perawatan penyakit bagi keluarga tanpa pemeriksaan dokter dan tanpa diagnosa. Diharapkan dengan bertambahnya kesadaran mengenai kesehatan dan berkembangnya keinginan masyarakat untuk ikut memikul sebagian tanggung jawab bagi keadaan kesehatannya, pencegahan penyakit dengan cara pengobatan sendiri menjadi hal yang sangat penting dilakukan oleh masyarakat yang ada di desa Sejahtera, Kecamatan Palolo Kabupaten Sigi Sulawesi tengah. Umumnya edukasi swamedikasi dilakukan untuk mengatasi keluhan dan penyakit ringan seperti penyakit batuk pilek. Dari hasil survei yang dilakukan sebelum melakukan kegiatan pengabdian masyarakat di desa Sejahtera, Kecamatan Palolo Kabupaten Sigi Sulawesi tengah, dimana pada umumnya banyak masyarakat belum memahami dengan baik tentang swamedikasi dalam pemilihan obat batuk pilek dengan baik dan tepat.

Untuk itu, salah satu upaya yang dilakukan dalam Tridarma Perguruan Tinggi terhadap peningkatan pengetahuan masyarakat tentang swamedikasi pemilihan obat batuk pilek yaitu dengan melakukan kegiatan pengabdian masyarakat sekaligus dirangkaikan dengan kegiatan amal pembagikan sembako untuk masyarakat desa sejahtera yang mengalami musibah banjir bandang.

## **2. METODE PELAKSANAAN**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan dengan metode sebagai berikut :

1. Melakukan survei lokasi dan berkoordinasi dengan aparat desa Sejahtera untuk mengetahui lokasi pengabdian kepada masyarakat dan jumlah keluarga yang akan diberikan bantuan
2. Melaksanakan pretest sebelum dilakukan kegiatan pengabdian yang merupakan tahapan pertama yang dilakukan dengan memberikan kuesioner pertanyaan-pertanyaan kepada masyarakat di desa Sejahtera sebelum mengikuti penyuluhan edukasi yang bertujuan untuk mengetahui kemampuan tingkat pengetahuan dari peserta.
3. Pemberian penyuluhan merupakan tahapan kedua, dimana pemateri memberikan penjelasan tentang edukasi pemilihan obat batuk pilek dengan baik dan tepat. Pemateri menjelaskan tentang langkah-langkah yang dilakukan dalam tindakan swamedikasi khususnya dalam penyakit batuk pilek. Penyuluhan tentang penggolongan obat batuk seperti : untuk jenis batuk ekspektoran dan batuk antitusif dan perhatian apa saja yang harus dilakukan ketika mengalami menggunakan obat-obat batuk, begitu juga untuk jenis-jenis obat pilek seperti : penggunaan antihistamin dan penggunaan dekongestan serta perhatian apa saja yang harus dilakukan ketika menggunakan obat pilek.
4. Tahapan selanjutnya adalah pemeriksaan kesehatan gratis pasca musibah banjir bandang yang terjadi di desa Sejahtera. Pemeriksaan kesehatan gratis yang dilakukan meliputi pemeriksaan tekanan darah, gula darah, asam urat dan kolesterol yang diakhiri dengan pemberian obat terhadap penyakit-penyakit yang dialami oleh pasien di desa Sejahtera. Pemeriksaan kesehatan gratis ini dilakukan oleh 50 keluarga yang ada di desa Sejahtera.

5. Posttest adalah tahapan selanjutnya yang dilakukan dengan pemberian kuesioner dari kegiatan yang telah dilakukan, hal ini dilakukan untuk menilai keberhasilan transfer ilmu yang diberikan.
6. Tahapan terakhir dari kegiatan pengabdian ini yaitu pemberian Sembako kepada masyarakat desa Sejahtera, Kecamatan Palolo Kabupaten Sigi Sulawesi Tengah

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

#### 3.1 Mitra

Mitra kegiatan pengabdian ini yaitu masyarakat desa Sejahtera, kecamatan Palolo Kabupaten Sigi Sulawesi Tengah dengan jumlah 50 Keluarga yang terdampak musibah banjir bandang dan diikuti oleh tenaga kesehatan dan didukung oleh PC Ikatan Apoteker Indonesia Sigi, Sulawesi Tengah yang membantu dalam proses pemeriksaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat.

#### 3.2 Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat

Kegiatan pengabdian dilaksanakan di tempat pengungsian desa Sejahtera selama 1 hari pada tanggal 31 Maret 2022. Adapun materi yang diberikan selama penyuluhan yaitu :

- a. Pengetahuan tentang swamedikasi terhadap pengobatan sendiri dan tahapan-tahapan yang dilakukan pada saat pengobatan sendiri.
- b. Menjelaskan kepada masyarakat tentang cara mendapatkan, menggunakan, menyimpan dan membuang obat dengan baik dan tepat.
- c. Menjelaskan kepada masyarakat tentang langkah-langkah yang dilakukan dalam tindakan swamedikasi khususnya dalam penyakit batuk pilek. Penyuluhan ini dilakukan kurang lebih 30 menit dengan pemaparan tentang penggolongan obat batuk seperti : untuk jenis batuk ekspektoran dan batuk antitusif dan perhatian apa saja yang harus dilakukan ketika mengalami menggunakan obat-obat batuk, begitu juga untuk jenis-jenis obat pilek seperti : penggunaan antihistamin dan penggunaan dekongestan serta perhatian apa saja yang harus dilakukan ketika menggunakan obat pilek. Dengan berbagai penjelasan-penjelasan yang diberikan tentang edukasi swamedikasi obat batuk pilek diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat untuk dapat memahami tentang pengobatan yang dapat dilakukan secara mandiri terutama dalam pemilihan obat-obat untuk penyakit ringan seperti penyakit batuk dan pilek. Bahan aktif dalam obat flu sebagian besar adalah kombinasi antihistamin dengan dekongestan. Variasi bahan aktif lainnya yang ada dalam kombinasi-tetap (fixed-dose combination) obat flu adalah analgesik, antitusif, ekspektoran dan stimulan. Variasi dosis komponen bahan aktif dalam kombinasi tetap obat flu masih dalam batas dosis yang direkomendasi, kecuali fenilpropanolamin (dekongestan), tercatat masih ada preparat dengan kekuatan dosis lebih besar dari dosis yang direkomendasi. Beberapa suplemen yang digunakan sebagai komplementer pengobatan flu antara lain vitamin C, zinc, echinaceae, meniran [8]-[10].



Gambar 1. Kegiatan Penyuluhan

- d. Pemeriksaan kesehatan gratis seperti : pemeriksaan tekanan darah, pemeriksa gula darah, pemeriksaan asam urat dan pemeriksaan kolesterol. Pada kegiatan ini masyarakat sangat antusias untuk melakukan pemeriksaan kesehatan pasca musibah banjir bandang yang dialami oleh warga desa Sejahtera, Kecamatan Palolo Kabupaten Sigi Sulawesi Tengah



Gambar 2. Kegiatan Pengabdian Masyarakat

- e. Diakhir kegiatan pengabdian dilakukan pembagian Sembako untuk peserta kegiatan pengabdian masyarakat yang mengalami musibah banjir bandang.



Gambar 3. Kegiatan Pembagian sembako

### 3.3 Evaluasi kegiatan pengabdian

Sebelum pelatihan dilakukan maka dilakukan kegiatan pretest. Pertanyaan yang diberikan mengenai pemilihan obat batuk pilek yang sering digunakan oleh masyarakat, hal ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan masyarakat tentang pemilihan obat batuk pilek yang tepat. Pertanyaan pertama yang diberikan kepada peserta adalah apakah masyarakat desa Sejahtera sudah sering melakukan pengobatan sendiri jika terkena penyakit ringan seperti batuk dan pilek? Presentasi jawaban dapat dilihat pada tabel 1. Dibawah ini :

Tabel 1. Tingkat Pengetahuan masyarakat tentang Pemilihan obat batuk pilek

No.	Jawaban	Jumlah	Presentasi (%)
1.	Sangat sering	10	10
2.	Sering	25	25
3.	Cukup sering	30	30
4.	Tidak pernah	35	35
<b>Total</b>		100	100

**Sumber** : Kuesioner pretes, 2022

Pada tabel 1. menunjukkan bahwa peserta penyuluhan mengetahui dan biasa melakukan pengobatan sendiri khususnya untuk penyakit ringan seperti batuk pilek.

Selain itu pertanyaan yang terakhir diberikan kepada peserta yaitu apakah kegiatan ini meningkatkan pengetahuan masyarakat desa Sejahtera selama kegiatan pengabdian? Jawaban pada pertanyaan ini dapat dilihat pada tabel 2. Dibawah ini

Tabel 2. Peningkatan pengetahuan masyarakat setelah dilaksanakan kegiatan pengabdian

No.	Jawaban	Jumlah	Presentasi (%)
1.	Ya	100	90
2.	Tidak	10	10
<b>Total</b>		90	100

Sumber : Kuesioner postes, 2022

Berdasarkan tabel 2, peserta mengalami peningkatan pengetahuan tentang edukasi swamedikasi dalam pemilihan obat batuk pilek yang dilaksanakan di desa Sejahtera, Kecamatan Palolo Kabupaten Sigi Sulawesi Tengah.

#### 4. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian ini dilakukan oleh pemateri Dosen STIFA Pelita Mas Palu yang bekerjasama dengan masyarakat desa Sejahtera sebagai mitra pengabdian masyarakat. Peserta yang mengikuti kegiatan ini berjumlah 50 keluarga yang mengalami musibah banjir bandang. Output yang didapatkan dari kegiatan pengabdian ini yaitu peserta pengabdian memahami tentang edukasi swamedikasi pemilihan obat batuk pilek dengan baik dan tepat. Peserta sangat antusias dalam mengikuti kegiatan pengabdian ini serta melakukan pemeriksaan kesehatan gratis dan diakhir kegiatan seluruh keluarga peserta pengabdian sangat antusias dalam menerima paket sembako yang dibagikan pada akhir kegiatan pengabdian. Adapun rekomendasi dan tindak lanjut dari hasil kegiatan pengabdian ini yaitu dimana lembaga penelitian dan pengabdian Stifa pelita mas bekerja sama dengan penandatanganan MOU dengan kepala Desa Sejahtera sebagai salah satu desa binaan.

#### UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Yayasan Pelita Mas Palu yang telah memberikan dana kegiatan pengabdian kepada masyarakat dan dukungan moral tenaga kesehatan yang telah membantu proses pemeriksaan kesehatan di desa Sejahtera dan PC Ikatan Apoteker Indonesia wilayah Sigi, Sulawesi Tengah yang telah membantu dalam proses pengurusan SKP dan pada saat kegiatan dilokasi pengabdian.

#### REFERENCES

- Djunarko, Ipang, dan Dian Yosephine Hendrawati. 2011. *Swamedikasi yang Baik dan Benar*. Yogyakarta: PT Citra aji Parama.
- Kartajaya, H, 2011 *Self Mediication*, PT MarkPlus Indonesia, Jakarta Selatan
- Manan, El. 2014. *Buku Pintar SWamedikasi Tips Penanganan Dini Masalah- Masalah Kesehatan*. Jogjakarta: Saufa.
- Tjay, T.H. Dan Rahardja, K., 2007. *Swamedikasi*. Jakarta: PT. Elex Media Komputindo
- Fahey T, Stocks N, Thomas T. Systematic review of the treatment of upper respiratory tract infection. Arch Dis Child. 1998;79:225-30.
- Van Straten M, Josling P. Preventing the common cold with a vitamin C supplement: a double-blind, placebo-controlled survey. Adv Ther. 2002 MayJun;19(3):151-9

CDC. Adult treatment guidelines: upper respiratory tract infections - nonspecific upper respiratory tract infection. diakses 12 April 2022. <http://www.cdc.gov/getsmart/campaignmaterials/info-sheets/adult-nurti.pdf>.

Barrett B. Medicinal properties of Echinacea: a critical review. *Phytomedicine*. 2003 Jan;10(1):66- 86.

Turner RB, Bauer R, Woelkart K, Hulsey TC, Gangemi JD. An evaluation of Echinacea angustifolia in experimental rhinovirus infections. *N Engl J Med*. 2005;353:341-8.

Heikkinen T, Jarvinen A. The common cold. *Lancet*. 2003;361:51-9.