

MEMASYARAKATKAN TANYA LIMA O DI TAMAN UDAYANA KOTA MATARAM

Baiq Leny Nopitasari¹⁾, Nurul Qiyaam¹⁾, Anna Pradiningsih¹⁾, Cyntiya Rahmawati¹⁾,
Baiq Lenysia Puspita Anjani¹⁾, Safwan¹⁾, Wirawan Adikusuma¹⁾

¹⁾Program Studi Farmasi, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Mataram, Mataram, NTB

Corresponding author : Baiq Leny Nopitasari

Email : baiqleny.nopitasari@gmail.com

Diterima 30 Maret 2023, Direvisi 05 April 2023 , Disetujui 05 April 2023

ABSTRAK

“Tanya Lima O” merupakan salah satu program dari Kementerian Kesehatan RI dan Dinas Kesehatan Provinsi dan Kota yaitu GeMa CerMat (Gerakan Masyarakat Cerdas Menggunakan Obat). Melalui *tagline* ini diharapkan masyarakat dapat lebih aktif lagi dalam mencari informasi tentang obat, tidak hanya pada tenaga kesehatan, namun juga dapat diperoleh dari sumber lain yang valid dan dapat dipercaya. Demi tercapainya penggunaan obat yang bermutu dan aman, keterlibatan masyarakat secara aktif sangat diharapkan. Pada kegiatan ini yang menjadi target sasaran adalah masyarakat yang sedang mengikuti kegiatan *car free day* di Taman Udayana Mataram. Metodenya berupa penyuluhan interaktif dengan para peserta, diskusi dan tanya jawab dibantu dengan kuesioner. Rata-rata pengetahuan masyarakat yang didapatkan setelah dilakukan pengukuran sebesar 69,21% yang termasuk kategori tingkat pengetahuan cukup. Hal ini menunjukkan bahwa penyuluhan masih harus sering dilakukan karena penyuluhan yang dilakukan terbukti efektif untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat. Setelah kegiatan program pengabdian kepada masyarakat pada masyarakat ini terlaksana, masyarakat menjadi mengerti dan paham tentang penggunaan obat sejak dini (Tanya Lima O) dengan metode demonstrasi dan tanya jawab. Penting untuk disadari bahwa obat merupakan substansi yang tidak hanya dapat memberikan manfaat, tetapi juga bahaya. Obat hanya akan memberikan manfaat jika digunakan dalam cara pakai yang benar. Dengan pengetahuan yang benar, masyarakat akan dapat memperoleh manfaat maksimal dari obat dan dapat meminimalkan segala hal yang tidak diinginkan yang dapat terjadi akibat pemakaian suatu obat.

Kata kunci: Tanya Lima O; GeMa CerMat; masyarakat; pengetahuan.

ABSTRACT

“Tanya Lima O” is one of the programs of the Indonesian Ministry of Health and the Provincial and City Health Offices, namely GeMa CerMat (Gerakan Masyarakat Cerdas Menggunakan Obat). Through this *tagline*, it is hoped that the public will be more active in seeking information about drugs, not only from health workers, but also from other valid and reliable sources. In order to achieve the use of quality and safe medicines, active community involvement is highly expected. In this activity the target audience is the community who are participating in *car free day* activities at Taman Udayana Mataram. The method is in the form of interactive counseling with participants, discussions and questions and answers assisted by questionnaires. The average knowledge of the community that was obtained after measurements were 69.21% which was included in the category of sufficient level of knowledge. This shows that counseling must still be carried out frequently because the counseling that has been carried out has proven to be effective in increasing public knowledge. After the community service program activities for the community were carried out, the community became aware and understood about the use of drugs from an early age (Tanya Lima O) with demonstration and question and answer methods. It is important to realize that medication is a substance that can not only provide benefits, but also harm. Drugs will only provide benefits if used in the correct way of use. With the right knowledge, the public will be able to get the maximum benefit from the drug and can minimize all unwanted things that can occur due to the use of a drug.

Keywords: Tanya Lima O; GeMa CerMat; public; knowledge.

PENDAHULUAN

Penggunaan obat yang tidak rasional kerap dilakukan oleh masyarakat yang melakukan diagnosis dan pengobatan sendiri

(swamedikasi). Hal ini kerap dilakukan sebelum mereka memutuskan untuk pergi ke fasilitas kesehatan. Bila pengobatan dilakukan dengan benar, maka akan mengurangi beban

pemerintah, terutama terkait pemeliharaan kesehatan. Diagnosis dan pengobatan sendiri memang terkadang berhasil dengan cara yang benar atau cara yang salah. Terutama di era revolusi industri 4.0 perkembangan teknologi memudahkan seseorang untuk melakukan swamedikasi menggunakan sistem online. Penggunaan obat yang tidak rasional juga terjadi bila pasien tidak bertanya mengenai penggunaan obat yang didapatkan ketika berobat ke fasilitas kesehatan atau praktek dokter dan hanya menggunakan obat tersebut sesuai asumsi sendiri (Aritonang, 2018) (Aswad et al., 2019).

Kejadian salah pengobatan seringkali terjadi pada masyarakat disebabkan karena kurang mendapatkan informasi terkait penggunaan obat yang tepat. Dewasa ini, masyarakat sudah mulai berupaya untuk memberikan pengobatan terhadap dirinya sendiri. Upaya ini biasanya disebut dengan swamedikasi. Swamedikasi merupakan suatu upaya yang dilakukan individu dengan memilih dan menggunakan obat untuk mengobati penyakit atau gejala suatu penyakit. Swamedikasi menjadi pilihan awal masyarakat untuk menanggulangi gejala atau keluhan penyakit sebelum ke pelayanan kesehatan. Masyarakat melakukan swamedikasi bertujuan untuk mengatasi masalah kesehatan yang mereka alami. Jika dilakukan dengan tepat dan benar, maka swamedikasi dapat meningkatkan pemeliharaan kesehatan dan keterjangkauan pengobatan. Namun, swamedikasi juga dapat memberikan dampak negatif berupa timbulnya permasalahan kesehatan yang dapat berakibat timbulnya penyakit baru, efek yang diinginkan tidak tercapai, timbul efek samping yang tidak diinginkan, dan overdosis. Akibatnya, swamedikasi dapat menjadi sumber terjadinya kesalahan dalam pengobatan. Kesalahan ini seringkali terjadi akibat kurangnya informasi tentang cara penggunaan obat yang tepat (Ihsan et al., 2017) (Nining & Yeni, 2019).

Pendekatan secara promotif dalam upaya untuk melakukan pengobatan sendiri termasuk dalam sistem kesehatan yang dilaksanakan pada beberapa negara di Eropa. Faktor sosial menjadi pertimbangan masyarakat untuk melakukan pengobatan sendiri karena dapat meningkatkan jangkauan masyarakat akan pelayanan Kesehatan (Nining & Yeni, 2019). Dalam hal ini, masyarakat memiliki peluang untuk dapat berperan dalam mewujudkan perlindungan diri dari berbagai dampak negatif yang dapat timbul akibat penggunaan obat yang tidak tepat atau tidak memenuhi persyaratan. Penyampaian informasi dan penyebarluasan terkait hal tersebut sangat perlu dilakukan

dalam rangka meningkatkan dan mendayagunakan kemampuan yang dimiliki masyarakat dalam rangka penggunaan obat yang rasional. Hal ini juga dapat digunakan untuk meningkatkan peran serta masyarakat (Suryani et al., 2020).

Masyarakat masih banyak yang belum terpapar menyangkut penggunaan obat yang tepat dan benar. Banyak obat yang beredar yang kemudian di konsumsi masyarakat sebagai upaya penyembuhan penyakit yang diderita. Menurut data *World Health Organization* (WHO), lebih dari 50% obat di dunia diresepkan dan digunakan secara tidak tepat. Kesalahpahaman penggunaan obat tanpa petunjuk yang tepat, dapat mengakibatkan terapi atau pengobatan yang dijalani kurang efektif dan efisien. Ketidaktepatan dalam penggunaan obat dapat berupa penggunaan obat secara berlebihan (*overuse*), penggunaan obat yang kurang (*underuse*) dan penggunaan obat tidak tepat indikasi, dosis, cara dan lama pemakaian (*misuse*), adalah penyebab utama timbulnya persoalan lain seperti kekebalan bakteri lain dari obat akibat kesalahan penggunaan antibiotik tanpa petunjuk dokter. Untuk itu agar tidak terjadi kesalahan dalam penggunaan obat mari mengenal konsep Lima O, Cara Cerdas Mengonsumsi Obat. Konsep Lima O ini digaungkan oleh Kementerian Kesehatan RI dimana seluruh fasilitas kesehatan diharapkan mengkampanyekan konsep lima O ini kepada masyarakat (Lalo et al., 2018).

Masih kurangnya pengetahuan masyarakat tentang penggunaan obat yang tepat tentu saja memerlukan adanya peran serta dan kerjasama dari pemerintah pusat, daerah, dan masyarakat untuk melaksanakan kegiatan dalam rangka meningkatkan pengetahuan, pemahaman, dan kesadaran dalam menggunakan obat dengan baik (Supardi et al., 2019). Pemerintah pusat, dalam hal ini Kementerian Kesehatan, telah bekerja sama dengan Dinas Kesehatan di provinsi dan kota saat ini semakin gencar melaksanakan program GeMa Cermat. GeMa Cermat merupakan suatu gerakan yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, pemahaman, dan kesadaran akan penggunaan obat secara baik dan benar (Lalo et al., 2018).

Berbagai upaya telah dilakukan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat akan kesehatan, termasuk melalui penyebaran informasi pada berbagai media. Penyebarluasan informasi melalui penyuluhan dan pemberdayaan masyarakat terkait GeMa Cermat diharapkan mampu meningkatkan penggunaan obat rasional pada masyarakat.

Hal lain yang perlu diketahui adalah melalui GeMa Cermat maka dapat meningkatkan kemandirian masyarakat sehingga dapat memilih, memperoleh, menggunakan, menyimpan, dan memusnahkan obat secara baik dan benar sehingga penggunaan obat secara rasional di masyarakat dapat mengalami peningkatan (Suryani et al., 2020). Salah satu program dalam GeMa CerMat adalah melalui promosi dengan tagline "Tanya Lima O". "Tanya Lima O" merupakan 5 (lima) pertanyaan minimal yang harus terjawab sebelum mengonsumsi obat, yaitu: (1) Obat ini apa nama dan kandungannya?; (2) Obat ini apa khasiat/indikasinya?; (3) Obat ini berapa dosisnya? (4) Obat ini bagaimana cara menggunakannya?; dan (5) Obat ini apa efek sampingnya?. Melalui tagline ini diharapkan masyarakat dapat lebih aktif dalam mencari informasi tentang obat, dari sumber informasi yang valid dan terpercaya.

Selain lima pertanyaan pada Tanya Lima O ini, masyarakat diharapkan dapat bertanya hal lain yang diperlukan terkait dengan obat yang akan dan sedang dikonsumsi. Pada obat bebas yang dapat diperoleh tanpa resep dokter, semua informasi tersebut tercantum dengan jelas pada kemasan obat. Sedangkan pada obat keras yang diperoleh dengan resep dokter, masyarakat dapat bertanya pada dokter yang meresepkan atau pada apoteker pada saat menebus resep. Dalam GeMa CerMat, keterlibatan masyarakat secara aktif sangatlah diharapkan (Supardi et al., 2019).

Berdasarkan analisis situasi di masyarakat pada saat *Car Free Day* (CFD) di taman udayana banyaknya masyarakat menggunakan obat tidak tepat. Penggunaan obat tidak tepat dapat mengakibatkan terapi atau pengobatan yang dijalani kurang efektif dan efisien. Hal ini disebabkan karena kurangnya tingkat pengetahuan masyarakat mengenai penggunaan obat yang tepat. Oleh karena itu, edukasi pentingnya tanya lima O pada masyarakat diharapkan mampu membantu masyarakat untuk memahami penggunaan obat yang baik dan benar sehingga tujuan pengobatan dapat tercapai dan kualitas hidup masyarakat akan lebih baik.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berupa penyuluhan interaktif yang dilaksanakan di Taman Udayana Kota Mataram di hari Minggu pagi pada saat kegiatan *Car Free Day* berlangsung. Kegiatan ini terbagi dalam 3 tahap yaitu:

1. Tahap Persiapan

Pada tahap ini tim melakukan observasi terhadap masyarakat yang sedang mengikuti kegiatan CFD di Taman Udayana mengenai sejauh mana informasi yang dimiliki tentang penggunaan obat. Hal ini dilakukan untuk mengetahui masyarakat dan masalah yang dialami. Pada tahap ini juga tim pengusul menyiapkan materi dalam bentuk *Microsoft Power point, leaflet, dan x-banner*.

2. Tahap Pelaksanaan

Pada tahap ini, diberikan penjelasan tentang kegiatan yang dilaksanakan, kemudian dilanjutkan dengan penyuluhan interaktif serta diskusi dan tanya jawab.

3. Tahap Evaluasi

Evaluasi yang dilakukan yaitu dengan memberikan *posttest* dan *pretest* kepada peserta terhadap materi yang disampaikan.

Populasi dalam kegiatan ini adalah seluruh masyarakat yang berkunjung pada kegiatan CFD di Taman Udayana Kota Mataram dan bersedia menerima penjelasan tentang Tanya Lima O. Teknik pengambilan sampel adalah dengan metode *accidental sampling*. Data yang digunakan merupakan data primer yang dikumpulkan dengan melakukan pengisian kuesioner.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil yang didapatkan dari pelaksanaan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat berupa terlaksananya kegiatan penyuluhan tanya Lima O di masyarakat. Pengabdian masyarakat ini merupakan salah satu bentuk promosi GeMa Cermat. Untuk melakukan promosi GeMa Cermat berbagai upaya telah dilakukan, antara lain penyebaran informasi melalui berbagai media. Salah satu program dalam GeMa CerMat adalah mempromosikan tagline "Tanya Lima O". Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dalam memperoleh informasi tentang obat bagi masyarakat.



Gambar 1. Pembagian leaflet
"Tanya Lima O"



Gambar 3. Pengisian kuesioner
pengetahuan Tanya Lima O



Gambar 2. Penjelasan tentang
Tanya Lima O

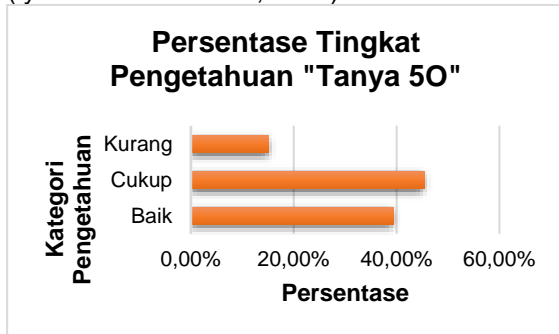


Gambar 4. Kegiatan penyuluhan
"Tanya Lima O"

Pada kegiatan ini yang menjadi target sasaran adalah Masyarakat yang sedang mengikuti kegiatan *Car Free Day* ditaman Udayana Mataram. Metode kegiatan berupa penyuluhan interaktif dengan para masyarakat kemudian diskusi dan tanya jawab. Setelah melaksanakan penyuluhan dilakukan pengisian kuesioner untuk mengukur tingkat pengetahuan masyarakat tentang Tanya Lima O. Kegiatan penyuluhan dapat dilihat pada gambar 1-4. Berdasarkan tes tersebut maka diperoleh hasil nilai pengetahuan dari masyarakat setelah menjawab soal tes yang diberikan. Tingkat pengetahuan dapat dikategorikan menjadi 3 yaitu kategori pengetahuan Baik jika nilainya $\geq 76-100$, kategori pengetahuan Cukup jika nilainya 60-75 dan kategori pengetahuan Kurang jika nilainya < 60 .

Rata-rata pengetahuan masyarakat yang didapatkan setelah dilakukan pengukuran

sebesar 69,21% yang termasuk kategori tingkat pengetahuan cukup dapat dilihat pada gambar 5. Hal ini menunjukkan bahwa penyuluhan masih harus sering dilakukan karena penyuluhan yang dilakukan terbukti efektif untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat. Berbagai penelitian menunjukkan dampak yang signifikan terhadap pengetahuan sebelum dan setelah diberikan penyuluhan (Iyeye & Festus Dafe, 2016).



Gambar 5. Grafik tingkat pengetahuan masyarakat tentang Tanya Lima O

Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk perilaku seseorang (Aritonang, 2018). Kurangnya pengetahuan tentang penggunaan obat dapat meningkatkan kerentanan terhadap masalah yang ditimbulkan akibat penggunaan obat (Syofyan et al., 2017). Melalui kegiatan penyuluhan dalam rangka peningkatan pengetahuan diharapkan dapat memberikan pengaruh terhadap perilaku. Perilaku yang didasari oleh adanya pengetahuan akan dapat lebih konsisten untuk dilaksanakan dibandingkan perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan (Aritonang et al., 2020).

Penyuluhan dapat memberikan pengaruh pada peningkatan pengetahuan, baik kepada individu ataupun kelompok. Adanya media yang digunakan untuk mendukung pelaksanaan kegiatan penyuluhan merupakan salah satu komponen terpenting dalam kegiatan (Johariyah & Mariati, 2018). Dalam kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan penyuluhan dengan metode ceramah menggunakan alat bantu leaflet. Leaflet merupakan suatu bentuk penyampaian informasi atau pesan-pesan kesehatan melalui lembaran yang dilipat. Leaflet merupakan salah satu media edukasi yang sederhana dan mudah dibuat. Isi informasi dapat dibuat dalam bentuk kalimat, gambar, maupun gabungan keduanya (Alifiar, 2016). Leaflet bisa efektif dalam meningkatkan tingkat pengetahuan orang tua. Bahasa sederhana yang digunakan dalam leaflet dapat dipahami oleh berbagai tingkat Pendidikan (Suryani et al., 2020).

Kegiatan ini juga mendapatkan sambutan yang positif dari pihak masyarakat serta diikuti dengan sangat antusias oleh seluruh masyarakat. Kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan citra positif profesi apoteker di masyarakat sehingga tercipta suasana lingkungan yang menyehatkan bagi semua orang.

Tahap terakhir dari pelaksanaan pengabdian yakni pencarian literatur yang mendukung materi tentang Tanya Lima O dan setelah itu dibuatkan laporan kegiatan pengabdian dilakukan secara tertulis dan akan dilaporkan kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) Universitas Muhammadiyah Mataram.

SIMPULAN DAN SARAN

Setelah kegiatan program pengabdian kepada masyarakat pada masyarakat ini terlaksana, masyarakat menjadi mengerti dan paham tentang penggunaan obat sejak dini (Tanya Lima O) dengan metode demonstrasi dan tanya jawab.

Penting untuk disadari bahwa obat merupakan substansi yang tidak hanya dapat memberikan manfaat, tetapi juga bahaya. Obat hanya akan memberikan manfaat jika digunakan dalam cara pakai yang benar. Dengan pengetahuan yang benar, masyarakat akan dapat memperoleh manfaat maksimal dari obat dan dapat meminimalkan segala hal yang tidak diinginkan yang dapat terjadi akibat pemakaian suatu obat.

UCAPAN TERIMAKASIH

Tim Pengabdian mengucapkan terimakasih kepada tim pengabdian dari Program Studi S1 Farmasi Fakultas Ilmu Kesehatan UMMAT yang bersedia membantu proses pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini. Tidak lupa pula ucapan terimakasih disampaikan kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) Universitas Muhammadiyah Mataram yang telah membiayai kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

DAFTAR RUJUKAN

- Alifiar, I. (2016). GAMBARAN POTENSI INTERAKSI OBAT DENGAN MAKANAN PADA PASIEN HEPAR YANG DIRAWATDI SEBUAH RUMAH SAKIT DI KOTA TASEMALARAYA. *Jurnal Surya Medika*, 2(1), 47–52.
- Aritonang, J. (2018). PENINGKATAN PENGETAHUAN IBU TENTANG IMUNISASI PENTABIO LANJUTAN SETELAH PEMBERIAN PENDIDIKAN

- KESEHATAN DI PUSKESMAS LAMPASEH ACEH. *Jurnal Riset Kesehatan Nasional*, 2(2), 173–179.
- Aritonang, J., Nugraeny, L., Sumiatik, & Siregar, R. N. (2020). Peningkatan Pemahaman Kesehatan pada Ibu hamil dalam Upaya Pencegahan COVID-19. *Jurnal SOLMA*, 9(2), 261–269. <https://doi.org/10.22236/solma.v9i2.5522>
- Aswad, P. A., Kharisma, Y., Andriane, Y., Respati, T., & Nurhayati, E. (2019). Pengetahuan dan Perilaku Swamedikasi oleh Ibu-Ibu di Kelurahan Tamansari Kota Bandung. *Jurnal Integrasi Kesehatan & Sains*, 1(2), 107–113. <http://ejournal.unisba.ac.id/index.php/jiks>
- Ihsan, S., Leorita, M., Sitti Zaenab Syukriadi, A., & Ibrahim, M. H. (2017). Evaluasi Rasionalitas Penggunaan Obat Ditinjau dari Indikator Peresepan Menurut World Health Organization (WHO) di Seluruh Puskesmas Kota Kendari Tahun 2016. *MEDULA (JURNAL ILMIAH FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS HALU OLEO)*, 5(1), 402–409.
- Iyeke, P., & Festus Dafe, O. (2016). Knowledge of Hazards of Self-Medication among Secondary School Students in Ethiopia East Local Government Area of Delta State. *Journal of Education and Practice*, 7(5), 105–115. www.iiste.org
- Johariyah, A., & Mariati, T. (2018). Efektivitas Penyuluhan Kesehatan Reproduksi Remaja Dengan Pemberian Modul Terhadap Perubahan Pengetahuan Remaja. *Jurnal Manajemen Kesehatan*, 4(1), 38–46.
- Lalo, A., Saadah Daud, N., Nurhikmah, E., Yusuf, M., Jabbar, A., Malik, F., Bina Husada Kendari, P., Studi D-III Akademi Farmasi, P., Kota Kendari, B., & Studi D-III Analis Kesehatan, P. (2018). PEMBERDAYAAN MASYARAKAT TENTANG SWAMEDIKASI MELALUI EDUKASI GEMA CERMAT DENGAN METODE CBIA. *Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(Juni), 106–112.
- Nining, N., & Yeni, Y. (2019). Edukasi dan Sosialisasi Gerakan masyarakat Cerdas Menggunakan Obat (Gema Cermat). *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat (Indonesian Journal of Community Engagement)*, 5(1), 36. <https://doi.org/10.22146/jpkm.32434>
- Supardi, S., Susyanti, A. L., & Herdarwan, H. (2019). Kajian Kebijakan tentang Informasi dan Pelayanan Obat yang Mendukung Pengobatan Sendiri di Masyarakat. *Media Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan*, 29(2), 161–170. <https://doi.org/10.22435/mpk.v29i2.481>
- Suryani, H., Fitrawan, L. O. M., Arsyad, W. S., Andriani, R., & Hamsidi, R. (2020). DARMABAKTI CENDEKIA: Journal of Community Service and Engagements GEMA CERMAT (GERAKAN MASYARAKAT CERDAS MENGGUNAKAN OBAT) FOR STUDENT IN THE CITY OF KENDARI SOUTHEAST SULAWESI GEMA CERMAT (GERAKAN MASYARAKAT CERDAS MENGGUNAKAN OBAT) PADA PELAJAR DI KOTA KENDARI SULAWESI TENGGARA. *Darmabakti Cendekia: Journal of Community Service and Engagements*, 02, 4–8. <https://doi.org/10.20473/dc.v2i1.2020.4-8>
- Syofyan, S., Ghiffari, H. D., & Zaini, E. (2017). Persepsi, Pengetahuan, dan Sikap tentang Obat pada Siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) di Kota Pariaman, Sumatera Barat. *Jurnal Sains Farmasi & Klinis*, 4(1), 83. <https://doi.org/10.29208/jsfk.2017.4.1.202>