



Pengenalan swamedikasi dengan metode CBIA pada kader Fatayat Nahdatul Ulama Kota Mataram

Muhammad Farid Rizki¹, Fatya Kamila Putri¹, Kurnia Solehah¹, Lalu Husnul Hidayat¹, Khairun Nisa¹, Raisya Hasina¹, Iman Surya Pratama¹, Siti Rahmatul Aini^{1*}

¹ Program Studi Farmasi, Fakultas Kedokteran, Universitas Mataram, Mataram, Indonesia.

DOI: <https://doi.org/10.29303/indra.v4i2.227>

Article Info

Received : 07-03-2023

Revised : 19-08-2023

Accepted : 25-09-2023

Abstract: The ability to promote health, prevent disease, maintain health, and deal with illness and disability with or without the assistance of a healthcare provider is known as self-care. Irrational self-medication can have a variety of harmful effects. The government has taken action to reduce the unjustified use of medicine for self-medication. However, The distribution of this program, particularly in Islamic residential schools and religious institutions, needs to be more equitable. As an Islamic youth organization under the Nahdlatul Ulama, Fatayat is expected to assist in helping the community use medicine carefully. The program was held on November 13, 2022, at Musholla Umi Wartiah Sekarbela. Lectures, facilitated discussions, and guidance with worksheet completion made the learning method. Classical methods are used for material provision, and the team provides group coaching. The attendees were engaged in each session, following along closely and actively participating in the discussion. This program's key messages are that multiple drugs can have the same indication/efficacy and that different drug names can have the same active component. This activity aims to make participants aware of how critical it is to check the drug packaging to verify the active components and indications.

Keywords: self-medication, fatayat NU, learning method

Citation: Rizki, M. F., Putri, F. K., Solehah, K., Hidayat, L. H., Nisa, K., Hasina, R., Pratama, I. S., & Aini, S. R. (2023). Pengenalan swamedikasi dengan metode CBIA pada kader Fatayat Nahdatul Ulama Kota Mataram. *INDRA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 85–89. doi: <https://doi.org/10.29303/indra.v4i2.227>

Pendahuluan

Swamedikasi merupakan perilaku dalam mengkonsumsi obat yang didasarkan pada diagnosis gejala atau gangguan yang dirasakan (Brata, 2016). Swamedikasi adalah bagian dari *self-care* atau usaha dalam mencegah, mengatasi ataupun mempertahankan kesehatan (WHO, 2014; FIP, 2022). Menurut Sawalha, (2017) penyakit ringan seperti demam, batuk-pilek, sakit kepala dan tenggorokan hingga nyeri haid dapat diobati secara swamedikasi.

Pada tahun 2017 sejumlah 69,43% penduduk Indonesia melakukan swamedikasi (BPS, 2017). Kesalahan swamedikasi di Indonesia telah diteliti sejak tahun 2010 (Hadi *et al.*, 2010) hingga kini di berbagai daerah dan populasi dengan hasil yang bervariasi.

Sebagai contoh studi yang dilakukan oleh Harahap *et al.* pada tahun 2017 di 3 apotek kota Panyabungan menunjukkan penggunaan obat rasional sebesar 59,4%. Resiko swamedikasi yang salah di negara berkembang seperti Indonesia cukup besar karena populasi yang tinggi disertai dengan tingkat pengetahuan kesehatan yang rendah dapat memperbesar resiko penggunaan obat yang tidak rasional (Ahmed, 2020; Saha *et al.*, 2022).

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan tentang swamedikasi masih rendah (Fuaddah *et al.*, 2015; Suherman *et al.*, 2018). Swamedikasi pada individu dengan pengetahuan obat yang rendah berpotensi menimbulkan resiko seperti swadiagnosis yang tidak tepat, upaya pencarian saran

Email: sitira@unram.ac.id (*Corresponding Author)

tenaga medis tertunda, ketidaktepatan dosis meliputi dosis kurang atau berlebih, durasi penggunaan obat menjadi lebih panjang, interaksi obat, kurangnya perhatian pada peringatan dan perhatian, penyimpanan pada kondisi yang tidak tepat atau waktu simpan yang terlampaui, polifarmasi, pembuangan obat yang tidak tepat dan penyalahgunaan obat (Lee, Chun-Hsien, 2017, Mufarrihah et al., 2023). Hal ini didukung hasil penelitian BNN dan PMB-LIPI tahun 2019, angka prevalensi penyalahgunaan obat tingkat nasional sebanyak 3.419.188 dari 186.616.874 penduduk Indonesia yang berumur 15 sampai 64 tahun (PUSLITDATIN, 2020).

Cara Belajar Ibu Aktif (CBIA) merupakan suatu metode pemberdayaan masyarakat untuk swamedikasi yang dikembangkan oleh Prof. Sri Suryawati sejak tahun 1995. Metode intervensi ini berdasarkan pada proses belajar mandiri, yaitu terdiri dari fasilitator, narasumber dan para peserta. CBIA telah efektif sebagai intervensi baik pada peningkatan pengetahuan, keterampilan, maupun sikap di berbagai kasus di antaranya swamedikasi secara umum, antibiotik untuk diare, obat pilek, antidiabetes dan narkoba (Dharma dan Suryawati, 2010; Mahardika et al., 2015; Kumala dan Suryawati, 2016; Mafruhah et al., 2016; Rachmawati et al., 2018; Yanti, 2019). CBIA menjadi inspirasi bagi program yang dirilis oleh IAI tahun 2014 yaitu DAGUSIBU (Dapatkan, Gunakan Simpan dan Buang obat dengan benar).

Dalam modul Pelatihan Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan Memilih Obat bagi Tenaga Kesehatan dan Kader Kesehatan serta Masyarakat dinyatakan bahwa sasaran pelatihan metode CBIA di antaranya termasuk organisasi dengan melibatkan komunitas mikro. Berdasarkan kajian, sasaran pelatihan masih terbatas pada masyarakat umum seperti remaja, ibu-ibu PKK, kelompok Bina Keluarga Balita, pasien, dan orang tua (Mahardika et al., 2015; Rachmawati et al., 2018; Yanti, 2019; Oktarlina et al., 2022), sementara pada organisasi masih terbatas.

Fatayat NU merupakan salah satu badan otonom dari Nahdlatul Ulama (NU) yang dibentuk untuk kalangan perempuan muda pada 7 Rajab 1369 H/24 April 1950 M di Surabaya. Selain dalam bidang keagamaan, Fatayat NU diharapkan berkontribusi pada isu nasional meliputi pemberdayaan ekonomi, sumber daya manusia, perlindungan perempuan dan anak, kewirausahaan, dan kesehatan. Untuk wilayah NTB kegiatan yang telah dilakukan berupa penyuluhan dan pemeriksaan kesehatan bagi lansia, seminar tentang reproduksi remaja, penyuluhan pasangan usia subur, sehat dan bahagia. Dengan demikian, Fatayat NU di NTB terutama pada komunitas mikro

salahsatunya di Mataram menjadi target potensial untuk memperoleh intervensi CBIA.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan dan keterampilan kader Fatayat NU dalam beberapa aspek swamedikasi menggunakan metode CBIA. Kegiatan ini diharapkan sebagai kolaborasi akademisi yang diwakili oleh tim pengabdian masyarakat Program Studi Farmasi Fakultas Kedokteran Universitas Mataram. dalam rangka meningkatkan penggunaan obat secara rasional di masyarakat melalui kader Fatayat NU Kota Mataram.

Metode

Kegiatan ini diselenggarakan pada 26 November 2022 di Pondok Nurul Islam Sekarbela. Setiap pertemuan berlangsung selama \pm 2 jam. Materi disampaikan oleh apoteker tim pengabdian Program Studi Farmasi Fakultas Kedokteran UNRAM sebagai narasumber dan dibantu oleh 5 orang mahasiswa dan alumni (PharmaCal) selaku fasilitator. Peserta dalam kegiatan ini adalah anggota Fatayat NU Kota Mataram. Pengabdian dilakukan menggunakan metode CBIA dengan tema "Pengenal Obat Swamedikasi".

Metode pelatihan dalam setiap pertemuan dibagi menjadi beberapa sesi di antaranya yaitu ceramah, praktik, diskusi dan tanya jawab, serta *posttest*. Pada sesi ceramah narasumber menyampaikan secara interaktif materi mengenai jenis, kegunaan, aspek penggunaan, dan cara membaca kemasan obat. Pada sesi praktik peserta dibagi menjadi beberapa kelompok kecil yang terdiri dari 3-4 orang. Setiap kelompok didampingi oleh fasilitator, kemudian diberikan lembar kerja kelompok sesuai dengan tema pertemuan.

Setiap kelompok berdiskusi untuk mengisi berbagai aspek di lembar kerja. Misal pertemuan pertama berisi tentang bahan, zat aktif, nama dagang, dan nama generik. Hasil diskusi dari masing-masing kelompok kemudian dipresentasikan, kemudian diberikan masukan oleh narasumber. Peserta lain dapat mengajukan pendapat dan pertanyaan kepada kelompok lain dan narasumber. Narasumber mengulas kembali poin-poin penting seputar materi yang diperoleh. Akhir sesi, peserta mengisi *posttest* dan evaluasi pengabdian.

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pelatihan dilaksanakan secara berseri dengan topik yang berkelanjutan. Pelaksanaan seri pertama berlangsung pada tanggal 13 November 2022 dan dihadiri 15 kader. Kegiatan dilakukan dalam tiga sesi. Sesi pertama berupa penyampaian materi (**Gambar 1**) tentang konsep sehat sakit, pengenalan swamedikasi (pengobatan mandiri), nama obat (nama

dagang/merk dan nama generik) dan kandungan obat (bahan aktif obat). Setelah materi konsep sehat sakit dipaparkan, peserta ditanya mengenai upaya apa yang dilakukan pertama kali ketika merasakan keluhan kesehatan. Jawaban yang diperoleh beragam, mulai dari memilih untuk beristirahat saja tanpa berobat, memeriksakan diri ke dokter hingga mengobati diri sendiri dengan obat-obatan yang peserta ketahui.



Gambar 1. Penyampaian Materi

Swamedikasi merupakan upaya yang paling banyak dilakukan masyarakat untuk mengatasi keluhan/gejala penyakit, sebelum memutuskan mencari pertolongan ke pusat pelayanan kesehatan/petugas kesehatan. Swamedikasi biasanya diterapkan pada penyakit ringan seperti demam, batuk-pilek, sakit kepala dan tenggorokan hingga nyeri haid. Setelah penyampaian tentang definisi swamedikasi, peserta kembali ditanya terkait langkah apa yang dilakukan jika merasa tidak ada perbaikan kondisi kesehatan setelah mengkonsumsi obat yang digunakan secara swamedikasi. Jawaban yang diperoleh beragam mulai dari mengganti obat, menaikkan jumlah/takaran obat, hingga memutuskan untuk memeriksakan diri ke pusat pelayanan kesehatan/petugas kesehatan (dokter).

Materi berikutnya adalah nama obat, yang dibagi menjadi obat paten, obat generik bermerek dan obat generik berlogo. Selanjutnya, beberapa contoh obat ditampilkan untuk melihat persamaan kandungan/bahan aktif obat walaupun nama obatnya berbeda (**Gambar 2**).



Gambar 2. Obat-obatan yang memiliki kandungan bahan aktif yang sama

Setelah melihat beberapa contoh obat, peserta mulai menyadari bahwa dalam mengobati diri sendiri (swamedikasi), peserta sering bergonta-ganti obat karena merasa obatnya tidak mempan, padahal tanpa disadari (keterbatasan informasi atau tidak memperhatikan kemasan obat), obat-obatan pengganti yang dikonsumsi ternyata memiliki kandungan yang sama (nama obat bisa berbeda, namun kandungannya sama sehingga indikasinya pun menjadi sama).

Sesi kedua berupa diskusi terbimbing, dimana peserta dibagi menjadi 3 kelompok (**Gambar 3, 4 dan 5**). Setiap kelompok mendapatkan 2 jenis lembar kerja dan paket obat. Lembar kerja pertama merupakan lembar obat dengan kandungan bahan aktif yang sama, dan lembar kerja kedua merupakan lembar obat dengan indikasi yang sama.

Pada lembar kerja pertama, peserta diminta untuk mengamati kemasan obat-obatan dalam paket obat yang diterima, lalu mengisi informasi obat pada kolom bahan/zat aktif dan nama obat. Walaupun kegiatan ini dilakukan dalam kelompok, namun tiap peserta harus mencatat untuk diri masing-masing. Sambil mencatat informasi, peserta sekaligus dapat menelaah secara sederhana, kelengkapan dan kejelasan informasi yang disajikan pada tiap kemasan. Setiap kelompok didampingi oleh satu anggota tim pengabdian yang bertugas mengarahkan serta menjawab pertanyaan peserta selama proses pengisian. Pada lembar kerja kedua, peserta diminta untuk mengisi kolom indikasi dan nama obat. Paket obat yang diterima peserta berisi obat-obatan yang digunakan untuk swamedikasi pada kondisi demam, batuk flu pilek, gangguan saluran cerna dan vitamin.



Gambar 3. Diskusi terbimbing kelompok 1



Gambar 4. Diskusi terbimbing kelompok 2



Gambar 5. Diskusi terbimbing kelompok 3

Sesi ketiga diisi dengan presentasi masing-masing kelompok terkait dengan isian lembar kerjanya (Gambar 6).



Gambar 6. Presentasi isian lembar kerja kelompok

Seluruh sesi berjalan lancar dan peserta sangat aktif mengikuti dan bertanya pada setiap sesi. Pertanyaan tidak hanya seputar materi yang disampaikan namun berlanjut juga pada topik lain, sehingga harus dibatasi oleh tim, mengingat topik tersebut akan disampaikan pada seri kedua dan ketiga. Pesan yang ingin disampaikan melalui pelatihan ini adalah **“nama obat yang berbeda dapat memiliki kandungan bahan aktif yang sama”** dan **“produk**

yang berbeda dapat memiliki indikasi/khasiat yang sama”. Melalui kegiatan ini diharapkan peserta menyadari pentingnya mengamati kemasan obat yang diterima, untuk memastikan kandungan aktifnya dan indikasinya. Dengan mengetahui hal tersebut, maka diharapkan peserta lebih rasional dalam melakukan swamedikasi.

Pelaksanaan pelatihan seri pertama terkendala pada waktu pelaksanaan. Setelah berkoordinasi dengan pengurus Fatayat NU Kota Mataram, dipilihlah waktu sore hari setelah sholat Asar sampai menjelang waktu Magrib, sehingga dalam pelaksanaan kegiatan banyak dilakukan modifikasi untuk menyiasati waktu yang terbatas. Hal ini menjadi bahan evaluasi untuk pelaksanaan pelatihan seri kedua dan seri ketiga.

Simpulan

Berdasarkan pengabdian yang telah dilakukan, Kader Fatayat NU Kota Mataram mampu menguasai salah satu aspek swamedikasi (jenis, cara memperoleh, dasar penggunaan, dan informasi dalam kemasan) melalui metode CBIA. Kebutuhan akan modul sebagai pegangan mandiri bagi kader perlu diinisiasi. Berdasarkan masukan dari peserta, pelatihan perlu dilanjutkan dengan tema yang beragam.

Ucapan Terima Kasih

Terima kasih kepada Ketua Fatayat NU Kota Mataram atas kesempatan yang diberikan untuk terselenggaranya pengabdian dan apoteker penanggungjawab Apotek Langko dalam penyediaan kit obat untuk simulasi menggunakan metode CBIA.

Daftar Pustaka

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).

Badan Pusat Statistik. (2017). Indikator Kesehatan 1995-2017. Diakses dari: <http://www.bps.go.id/> pada 26 September 2022.

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.

- Ikatan Apoteker Indonesia. (2014). Pedoman Pelaksanaan Gerakan Keluarga Sadar Obat, Ikatan Apoteker Indonesia, Jakarta.
- International Pharmaceutical Federation. (2022). Empowering self-care: A handbook for pharmacists. The Netherlands.
- Krisnawati, M., Izza, N., & Annisa, M. (2019). Peningkatan Pengetahuan Melalui Penyuluhan Kesehatan Pengelolaan Obat "Dagusibu" Paud Bunnaya ICBB Bantul. *Jurnal Abdimas Madani*, 1(1).
- Pusat Penelitian Data dan Informasi. (2020). Survei Prevalensi Penyalahgunaan Narkoba Tahun 2019. Jakarta: Badan Narkotika Nasional RI.
- Saha A, Marma KKS, Rashid A, Tarannum N, Das S, Chowdhury T, *et al.* (2022) Risk factors associated with self-medication among the indigenous communities of Chittagong Hill Tracts, Bangladesh. *PLoS ONE*, 17(6)
- Sawalha, A. F. (2017). Assessment of Self-Medication Practice among University Students in Palestine: Therapeutic and Toxicity Implications. *The Islamic University Journal*, 15(2), 67-82.
- World Health Organization. (2014). The Role of the Pharmacist in Self-Care and Self-Medication Contents. World Health Organization, 1-11