

## Literasi Penggunaan Obat Dengan “Tanya Lima O”

Ihsanul Irfan<sup>1</sup>, Deddy Rakhmad Hidayat<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Pendidikan Dokter, FK UPR

<sup>2</sup>Program Studi Manajemen, FEB UPR

e-mail: [ihsanulirfan@med.upr.ac.id](mailto:ihsanulirfan@med.upr.ac.id) dan [drhidayatse@yahoo.com](mailto:drhidayatse@yahoo.com)

### Abstrak

Penggunaan obat yang tidak rasional kerap dilakukan oleh masyarakat yang melakukan diagnosis dan pengobatan sendiri (swamedikasi) sehingga perlu dilakukannya literasi penggunaan obat. Tujuan dari kegiatan ini adalah GeMa CerMat (Gerakan Masyarakat Cerdas Menggunakan Obat) yang memberikan solusi yakni Cerdas Gunakan Obat dengan “Tanya Lima O” untuk meminimalisir pengobatan yang tidak rasional. Metode yang dilakukan oleh tim yakni persiapan untuk mencari tahu permasalahan mitra dan menyiapkan alat maupun media yang diperlukan. Pada pelaksanaan dilakukan *pre-test*, *post-test*, penyuluhan penggunaan obat, dan konsultasi obat. Pada evaluasi dilakukan dengan cara membandingkan hasil *pre-test* dan *post-test* serta evaluasi dari seluruh rangkaian acara. Hasil evaluasi menggunakan *pre-test* dan *post-test* menggunakan soal yang sama, sebanyak 10 soal, diketahui bahwa pada pretest tidak ada satu peserta yang mencapai nilai diatas 60, namun pada saat posttest ada 8 peserta (61,54%) yang mencapai diatas 60. Secara keseluruhan 12 peserta (92,31%) mengalami peningkatan pengetahuan tentang penggunaan obat yang baik dan benar.

Kata kunci : *Penggunaan obat, GeMa Cermat, Cerdas Gunakan Obat dengan “Tanya Lima O”*

### 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.

Kemenkes RI bersama dengan Dinas Kesehatan tiap Provinsi dan Kabupaten/Kota saat ini semakin gencar

melaksanakan program GeMa CerMat (Gerakan Masyarakat Cerdas Menggunakan Obat). Berbagai upaya telah dilakukan, termasuk penyebaran informasi melalui tentang penggunaan obat di media cetak maupun elektronik. Namun upaya yang dilakukan tersebut masih belum dirasa cukup. Informasi tentang penggunaan obat masih terbatas. Maka dari itu, Kemenkes mempromosikan *tagline* “Tanya Lima O”. Pertama, obat ini apa nama dan kandungannya? Kedua, Obat ini apa khasiat/indikasinya? Ketiga, Obat ini berapa dosisnya? Keempat, Obat ini bagaimana cara menggunakannya? Kelima, Obat ini apa efek sampingnya?

Hasil survey awal dengan mewawancari masyarakat di sekitar area posyandu lansia tentang penggunaan obat, masyarakat umumnya mengatasi penyakit yang diderita dengan bertanya kepada saudara dan teman yang pernah mengalami penyakit yang sama atau melakukan diagnosis sendiri dan membeli obat langsung di warung. Penggunaan obat juga

kebanyakan tidak sesuai indikasi, misalnya bila merasa panas badan 1 hari obat yang digunakan adalah paracetamol (obat bebas) dan antibiotik yakni ampisilin (obat keras). Penggunaan obat tablet yang diminum 3x sehari juga salah persepsi, yakni obat diminum saat pagi, siang, dan malam. Padahal seharusnya obat digunakan 1 tablet/8 jam.

Berdasarkan masalah yang dihadapi yaitu masyarakat belum terlalu memahami cara penggunaan obat yang baik dan benar dikarenakan informasi dan pengetahuan yang kurang, sehingga tujuan dari kegiatan ini adalah GeMa CerMat (Gerakan Masyarakat Cerdas Menggunakan Obat) yang memberikan solusi yakni Cerdas Gunakan Obat dengan “Tanya Lima O”.

### Metode

Adapun metode pelaksanaan kegiatan ini menggunakan metode ceramah dan praktik. Tahapannya adalah sebagai berikut :

#### a. Tahap Persiapan

Pada tahap ini tim melakukan observasi terhadap peserta posyandu lansia mengenai sejauh mana informasi yang dimiliki tentang penggunaan obat dan diskusi dengan tenaga kesehatan PKM Kalamangan mengenai pengetahuan peserta Posyandu lansia. Hal ini dilakukan untuk mengetahui kondisi Posyandu Lansia PKM Kalamangan dan masalah yang dialami.

Pada tahap ini juga tim mengusul menyiapkan materi dalam bentuk *Microsoft Power point, leaflet* dan *x-banner*.

#### b. Tahap Pelaksanaan

Pada tahap ini dilakukan pemberian soal *pre-test* dan *post-test* untuk mengukur pengetahuan peserta, penyuluhan yaitu pemaparan materi secara terstruktur diikuti dengan sesi tanya-jawab kemudian dilakukan konsultasi gratis penggunaan obat.

#### c. Tahap Evaluasi

Pada tahap ini dilakukan evaluasi terhadap tahap-tahap kegiatan yang telah dilakukan. Dilakukan pula evaluasi pemahaman peserta posyandu lansia dengan menilai hasil pretest dan posttest.

### Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian ini dimulai dengan koordinasi dengan Dinas Kesehatan Kota Palangka Raya. Setelah mendapatkan ijin tim kegiatan berkoordinasi dengan Kepala Puskesmas Kalamangan dan ketua Posyandu Lansia untuk menentukan jadwal dan lokasi penyuluhan. Dari hasil diskusi lokasi yang tersedia adalah Posyandu Larasati (Posyandu Lansia) yang berlokasi di Jalan Kakuripan. Setelah itu dilakukannya peninjauan lokasi dan survey awal di sekitar posyandu.

Peserta dalam kegiatan penyuluhan berjumlah 13 orang. Sebelum memulai penyuluhan peserta yang datang diberikan absen terlebih dahulu. Kemudian peserta wajib mengisi *Pre Test* mengenai penggunaan obat: 1) Obat Paten adalah, 2) Kandungan obat/komposisi terdiri atas, 3) Berdasarkan penandaan kemasan obat Amoxicillin merupakan, 4) Obat bebas merupakan obat yang dibeli tanpa resep dokter memiliki ciri, 5) Indikasi Obat adalah, 6) Khasiat obat berasal dari, 7) Dosis obat diberikan oleh dokter berdasarkan, 8) Cara menggunakan obat 3x sehari berarti, 9) Obat yang paling baik diminum malam hari adalah, 10) Kontra Indikasi Obat adalah.

Setelah *Pre Test* dilakukannya pembagian leaflet dan pemaparan materi Apa itu GeMa CerMat, mengapa ada GeMa CerMat, Dasar Hukum GeMa CerMat, dan tujuan penyuluhan. Kemudian memasuki materi Tanya Lima O obat ini apa nama dan kandungannya? Kedua, Obat ini apa khasiat/indikasinya? Ketiga, Obat ini berapa dosisnya? Keempat, Obat ini bagaimana cara menggunakannya? Kelima,

Obat ini apa efek sampingnya? Selain itu dibahas juga Penandaan kemasan pada obat, peringatan pada obat bebas terbatas, informasi pada kemasan obat, dan informasi media sosial untuk mengakses GeMa CerMat.

Narasumber juga mempraktikkan bagaimana menggunakan cara menggunakan obat yang baik dan benar, seperti menggunakan obat tetes mata harus mencuci tangan sebelum memakai obat, membuka tutup botol lalu menarik kelopak mata bagian bawah kemudian meneteskan obat mata 1 tetes di area tersebut lalu didiamkan sejenak. Obat keras yang memiliki lambang K berwarna hitam dengan lingkaran merah seperti antibiotik harus dihabiskan dan hanya boleh didapat dengan resep dokter untuk mencegah terjadinya resistensi. Penggunaan obat salep kulit yang bila pemakaiannya 1 FTU (*Finger Tip Unit*) untuk lesi seluas dua telapak tangan dan dioles tipis bila les kecil. Obat krim analgesik yang dioleskan hanya pada bagian yang sakit. Penggunaan sirup dengan takaran 1 sendok teh yang setara dengan 5 ml. penggunaan obat maag yang dikonsumsi sebelum makan dan lainnya.

Setelah selesai penyuluhan, dilakukan konsultasi mengenai obat-obatan. Pertanyaan peserta berupa penggunaan obat herbal, cara penyimpanan obat seperti obat tetes mata, cara mengkonsumsi obat untuk menurunkan kadar gula darah, obat-obatan yang tidak boleh digunakan secara bersamaan seperti obat untuk menurunkan kolesterol dan trigliserida, obat asam urat yang tidak boleh dikonsumsi ketika nyeri muncul dan sebagainya. Kemudian setelah konsultasi dilakukan *Post Test*

Hasil evaluasi menggunakan pretest dan posttest menggunakan soal yang sama, sebanyak 10 soal, diketahui bahwa pada pretest tidak ada satu peserta yang mencapai nilai diatas 60, namun pada saat posttest ada 8 peserta (61,54%) yang mencapai diatas 60. Secara keseluruhan 12

peserta (92,31%) mengalami peningkatan pengetahuan tentang penggunaan obat yang baik dan benar.

### **Kesimpulan**

Kegiatan yang diikuti oleh 13 peserta dari Posyandu Lansia PKM Kalampangan ini berjalan cukup baik. Para peserta antusias mengikuti penyuluhan penggunaan obat dengan "Tanya Lima O". Kegiatan ini menambah pengetahuan dan keterampilan peserta cara memilih obat, mengetahui khasiat dan efek samping, menggunakan obat, dan informasi seputar obat-obat yang dapat diakses melalui media sosial GeMa CerMat. Peserta diharapkan dapat memberikan informasi yang didapat kepada lingkungan sekitarnya.

### **Daftar Pustaka**

Direktorat Bina Penggunaan Obat Rasional. 2011. Modul I: Materi Pelatihan Peningkatan Pengetahuan Dan Keterampilan Memilih Obat Bagi Tenaga Kesehatan. Jakarta: Direktorat Jenderal Bina Kefarmasian dan Alat Kesehatan, Departemen Kesehatan Republik Indonesia

Kementrian Kesehatan RI. (2017). Memasyarakatkan Tanya Lima O. (Online). Diakses pada tanggal 9 September 2019, dari: <http://farmalkes.kemkes.go.id/2017/09/memasyarakatkan-tanya-lima-o/>