
Penyuluhan Swamedikasi Batuk Serta Obat Herbal yang dapat Mengatasi Batuk di Desa Wisata Krebet Kalurahan Sendangsari, Kapanewon Pajangan, Kabupaten Bantul

Laiza Nurannisa Fauziah^{1*}, Sri Ayu An-nisa², Febri Septio³, Desy Safitri Monoarfa¹,
Desfi Putri Barumun Hasibuan¹, Tiara Anggraeni¹, Eka Ina Aulia³, Rio Bagor Jaya³ Hermia Mujiyasari³,
Septi Rosalina³, Adhi Gunawan¹

¹Program Studi S1 Farmasi, Universitas Alma Ata,

²Program Studi S1 Administrasi Rumah Sakit, Universitas Alma Ata,

³Program Studi S1 Sistem Informasi, Universitas Alma Ata

*e-mail: 210500367@almaata.ac.id

Abstrak

Swamedikasi dan penggunaan obat herbal telah menjadi langkah awal yang umum dilakukan oleh masyarakat dalam mengatasi masalah kesehatan ringan, termasuk batuk. Namun, minimnya pengetahuan tentang obat-obatan dan kurangnya kesadaran terhadap risiko pengobatan mandiri dapat menyebabkan medication error. Oleh karena itu, penyuluhan mengenai swamedikasi batuk dan penggunaan obat herbal menjadi penting untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran masyarakat. Metode penyuluhan yang dilakukan meliputi penyampaian informasi melalui media PPT dan leaflet, serta sesi tanya jawab untuk memperjelas pemahaman. Hasilnya menunjukkan peningkatan signifikan dalam pemahaman masyarakat tentang jenis-jenis batuk, obat-obatan herbal yang efektif, dan etika batuk yang benar. Meskipun demikian, tantangan dalam mempertahankan perubahan perilaku masih ada, sehingga diperlukan pemantauan dan evaluasi berkelanjutan. Kegiatan penyuluhan ini diharapkan dapat memberikan kontribusi yang signifikan terhadap kesehatan masyarakat secara keseluruhan.

Kata kunci: swamedikasi; obat herbal; batuk; penyuluhan; kesadaran masyarakat

Abstract

Self-medication and the use of herbal remedies have become common initial steps taken by the community to address mild health issues, including cough. However, limited knowledge about medications and a lack of awareness regarding the risks associated with self-treatment can lead to medication errors. Therefore, education on cough self-medication and the use of herbal remedies is crucial to enhance public understanding and awareness. The educational method employed includes information dissemination through PowerPoint presentations and leaflets, along with a question-and-answer session to clarify understanding. The results indicate a significant improvement in the community's understanding of the types of cough, effective herbal remedies, and proper cough etiquette. Nonetheless, challenges in maintaining behavioral changes persist, necessitating continuous monitoring and evaluation. This educational intervention is expected to make a significant contribution to the overall health of the community.

Keywords: self-medication; herbal medicine; cough; education; community awareness

1. PENDAHULUAN

Kesehatan adalah suatu kebutuhan yang menjadi pokok dalam kehidupan manusia. Contoh upaya Kesehatan yang biasa dilakukan dialah swamedikasi. Swamedikasi (*Self Medication*) sendiri sudah menjadi sebuah upaya atau langkah awal yang dilakukan oleh masyarakat umum. Pada tahun

2014 dilakukan SUSENAS atau Survei Sosial Ekonomi dan disebutkan bahwa ada 61,05% masyarakat Indonesia yang telah menggunakan swamedikasi ini untuk menjadi Langkah awal mengatasi gangguan kesehatan yang dialami (1). Edukasi swamedikasi guna untuk meningkatkan pengetahuan swamedikasi dan merupakan tahapan awal yang dilakukan para Apoteker untuk dilakukannya pengobatan sendiri pada penyakit ringan atau yang bisa diobati dengan obat-obatan yang dijual bebas (2).

Masyarakat sebagian besar masih minim pengetahuannya terkait obat-obatan. Penyebab dari kurangnya pemahaman tentang pengetahuan terkait obat sendiri adalah kurangnya kesadaran masyarakat tentang obat-obatan atau sediaan farmasi lainnya. Maka dari terjadi suatu *medication error*, dan diperlukannya upaya guna menurunkan angka *medication error* yang akan terjadi dengan upaya swamedikasi batuk kepada masyarakat setempat (3).

Pada sesi ini, memberikan pemahaman terkait swamedikasi secara farmakologis atau dengan obat supaya masyarakat juga lebih paham terhadap obat-obat yang dijual secara bebas tanpa resep di apotek yang dapat digunakan untuk penyakit batuk. Juga dilakukan sedikit penjelasan terkait swamedikasi tradisional atau tata cara penggunaan obat tradisional untuk batuk. Dilakukan edukasi swamedikasi tradisional juga dapat sebagai alternatif bagi para lansia supaya mengurangi efek samping yang ditimbulkan oleh obat-obatan sintetik yang bisa memperparah kesehatan para lansia RT 05 Desa Wisata Krebet, Sendangsari, Pajangan, Kabupaten Bantul, yang mana efek samping obat akan lebih meningkat jika dilihat dari faktor umur (3).

Batuk merupakan respons tubuh untuk melindungi paru-paru terhadap rangsangan. Batuk juga merupakan gejala yang paling sering ditemukan untuk mengidentifikasi penyakit saluran pernapasan dan sering dijumpai dalam kehidupan sehari-hari. Selain edukasi mengenai swamedikasi batuk, juga dilakukan praktik etika batuk yang baik dan benar. Salah satu dari etika batuk tersebut yaitu menutup hidung/mulut secara bersamaan menggunakan tisu/sapu tangan dan selalu menggunakan masker sebagai pelindung dan supaya tidak menyebar (4).

Pada pelaksanaan kegiatan ini juga harus didukung oleh pemahaman dan kesadaran itu sendiri dari masyarakat setempat. Maka dari itu kesadaran tentang gaya hidup sehat bisa menimbulkan akibat yaitu masyarakat bisa lebih *concern* terhadap kesehatannya dan supaya menjaga kesehatan juga, karena lebih baik menjaga daripada mengobati (5).

2.METODE

Pada kegiatan yang dilakukan penyuluhan dengan tema yang akan dibahas yaitu, "Penyuluhan Swamedikasi Batuk serta Obat Herbal yang Dapat Mengatasi Batuk". Kegiatan ini merupakan salah satu dari program kerja Kuliah Kerja Nyata Tematik yang dilaksanakan pada tanggal 25 Februari 2024 di Kelompok Dasa Wisma RT 05 Desa Wisata Krebet, Sendangsari, Pajangan, Bantul. Metode yang digunakan berbasis penyuluhan ini tentang swamedikasi batuk, penggunaan obat bebas/bebas terbatas dan tradisional serta etika batuk yang baik dan benar. Penyampaian ini juga menggunakan media PPT dan dibagikan leaflet swamedikasi batuk serta tambahan apa saja obat tradisional yang

bisa digunakan untuk mengatasi batuk. Kemudian akan dilakukan sesi tanya-jawab pada akhir penyuluhan.

Adapun langkah-langkah yang dipersiapkan menjelang pelaksanaan penyuluhan swamedikasi ini, diantaranya:

- a. Langkah 1: Melakukan survey ke kader kesehatan, penyakit ringan apa yang paling sering terjadi
- b. Langkah 2: Tim KKN melakukan proses perizinan dan koordinasi dengan Ketua RT 05 selaku pemilik rumah
- c. Langkah 3: Tim KKN melakukan koordinasi terkait jumlah sasaran dan waktu kegiatan
- d. Langkah 4: Tim KKN melakukan kegiatan Penyuluhan Swamedikasi kepada Kelompok Dasawisma RT 05 pada tanggal 25 Februari 2024
- e. Langkah 5: Tim KKN melakukan sesi tanya-jawab dengan Kelompok Dasawisma RT 05
- f. Langkah 6: Pemberian motivasi serta evaluasi
- g. Langkah 7: Penutup

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil kegiatan Penyuluhan Swamedikasi Batuk ini secara garis besar mencakup beberapa komponen sebagai berikut:

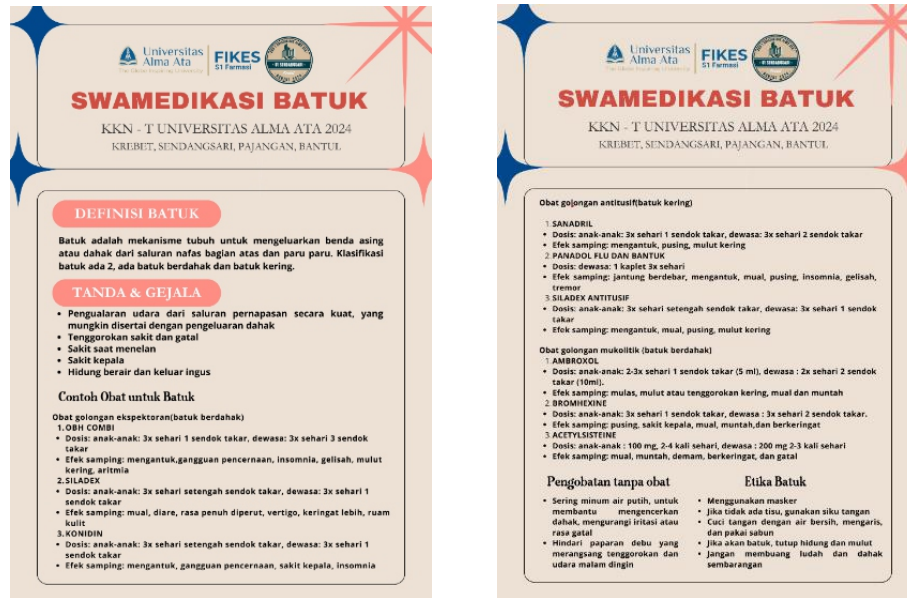
- a. Keberhasilan target jumlah peserta penyuluhan swamedikasi batuk.
- b. Ketercapaian tujuan kegiatan edukasi kepada masyarakat RT 05 Desa Wisata Kreet
- c. Ketercapaian target materi yang telah direncanakan.
- d. Kemampuan peserta kegiatan dalam memahami dan mempraktikkan materi edukasi.

Swamedikasi sering diterapkan oleh masyarakat secara luas, karena digunakan untuk menangani masalah kesehatan yang ringan dan gejala penyakit yang tidak serius (Gambar 1). Pengobatan swamedikasi umumnya melibatkan pengobatan sendiri untuk kondisi seperti demam, nyeri, sakit kepala, batuk, flu, gangguan pencernaan, masalah cacangan, diare, gangguan kulit, dan sebagainya (6).

Setelah dilakukan kegiatan penyuluhan oleh tim Kelompok Kerja Nyata Tematik (KKNT) Universitas Alma Ata 2024 di Desa Wisata Kreet, Kelurahan Sendangsari, Kapanewon Pajangan, Kabupaten Bantul, terdapat hasil yang signifikan (Gambar 2). Masyarakat menunjukkan peningkatan yang mencolok dalam pemahaman mereka tentang jenis-jenis batuk, penyebabnya, serta tanda-tanda bahaya yang perlu diwaspadai. Mereka juga mulai memahami perbedaan antara obat-obatan herbal dan modern, serta mempertimbangkan dengan lebih hati-hati manfaat dan risiko dari keduanya. Sebelumnya, kebiasaan menggunakan obat-obatan tanpa resep atau konsultasi dokter sangat umum, namun setelah kegiatan penyuluhan, masyarakat mulai menyadari risiko yang terkait dengan swamedikasi yang tidak terkontrol (7).

Mereka kini lebih cenderung berkonsultasi dengan tenaga medis sebelum menggunakan obat-obatan tertentu. Selain itu, pemahaman masyarakat tentang jenis-jenis obat herbal yang efektif

dalam mengatasi batuk juga meningkat, bersamaan dengan pengetahuan tentang cara memperoleh obat herbal yang berkualitas dan aman. Perubahan praktik pengobatan pun terjadi, dengan masyarakat lebih memilih obat-obatan herbal yang direkomendasikan oleh tenaga medis atau telah terbukti secara empiris (8).



Gambar 1. Brosur swamedikasi batuk



Gambar 2. Kegiatan penyuluhan

Berdasarkan Tabel 1 di bawah terdapat beberapa tanaman yang dapat digunakan untuk mengatasi batuk. Tanaman-tanaman tersebut merupakan contoh dari beragam jenis tumbuhan yang memiliki potensi dalam mengatasi batuk secara alami. Penggunaan tanaman-tanaman tersebut sebagai obat batuk telah diterapkan secara tradisional dan masih digunakan hingga kini karena khasiatnya yang terbukti efektif (6).

Tabel 1. Jenis tumbuhan yang dimanfaatkan untuk mengatasi batuk

No	Nama Ilmiah	Nama Lokal	Bagian yang digunakan
1	<i>Zingiber officinale</i>	Jahe	Rimpang jahe
2	<i>Curcuma domestica</i>	Kunyit	Rimpang kunyit
3	<i>Kaempferiagalanga</i>	Kencur	Rimpang kencur
4	<i>Cymbopogon</i>	Serai	Daun serai
5	<i>Citrus aurantifolia</i>	Jeruk nipis	Sari buah
6	<i>Cinnamomum verum</i>	Kayu manis	Rimpang kayu manis



Gambar 3. Praktik Etika Batuk

Ketika praktik tentang etika batuk (Gambar 3), masyarakat yang berpartisipasi dalam penyuluhan swamedikasi ini juga sangat antusias dan dapat mempraktikkannya kembali. Dengan adanya praktik etika batuk, diharapkan kepada masyarakat agar tetap menggunakan etika batuk saat mengalami flu/batuk/pilek, guna untuk mencegah terjadinya penularan batuk yang semakin luas (9). Selama sesi diskusi dan tanya jawab, masyarakat juga aktif berpartisipasi dengan bertanya tentang berbagai aspek terkait swamedikasi dan penggunaan obat herbal, serta berbagi pengalaman pribadi mereka. Meskipun demikian, tantangan dalam menjaga kelangsungan perubahan positif ini tetap ada, sehingga diperlukan pemantauan dan evaluasi yang berkelanjutan untuk memastikan bahwa pengetahuan dan perilaku yang telah diperbaiki dapat dipertahankan dalam jangka panjang. Dengan demikian, kegiatan penyuluhan ini diharapkan memberikan kontribusi yang signifikan dalam meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan masyarakat Desa Wisata Kreet secara keseluruhan, dapat dilihat pada Gambar 2.

Kegiatan penyuluhan swamedikasi batuk di RT 05 Desa Wisata Kreet telah berhasil mencapai kesuksesan yang signifikan dalam meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai kesehatan dan manajemen penyakit secara mandiri (Gambar 4). Peserta menunjukkan antusiasme yang tinggi sepanjang acara, dan kegiatan tersebut berjalan lancar tanpa hambatan berarti, menandakan adanya

koordinasi yang baik antara penyelenggara dan peserta. Selama sesi tanya jawab, peserta secara aktif terlibat dengan bertanya mengenai berbagai aspek terkait swamedikasi batuk, menunjukkan minat yang besar terhadap topik yang dibahas. Hal ini mencerminkan ketertarikan mereka untuk memperdalam pengetahuan tentang kesehatan serta cara mengelola penyakit secara mandiri (10).



Gambar 4. Foto bersama Ibu-ibu Desa Wisata Krebet

Selain itu, terdapat perubahan perilaku positif pada peserta setelah penyuluhan ini. Masyarakat menjadi lebih menyadari risiko yang terkait dengan swamedikasi yang tidak terkontrol, dan mulai lebih cenderung untuk berkonsultasi dengan tenaga medis sebelum menggunakan obat-obatan tertentu. Perubahan ini menunjukkan upaya yang baik dalam mengelola kesehatan secara bijaksana dan bertanggung jawab.

4.KESIMPULAN

Peserta berhasil memahami materi yang disampaikan dengan baik, menunjukkan keefektifan metode penyampaian informasi yang digunakan dalam kegiatan penyuluhan tersebut. Dengan demikian, kegiatan penyuluhan ini tidak hanya meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai swamedikasi batuk, tetapi juga memberikan kesempatan bagi mereka untuk berpartisipasi aktif dalam upaya meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan komunitas secara keseluruhan.

Dengan demikian, kegiatan penyuluhan swamedikasi batuk di RT 05 Desa Wisata Krebet memberikan dampak positif yang signifikan dalam meningkatkan pemahaman dan kesadaran masyarakat mengenai kesehatan serta manajemen penyakit secara mandiri.

UCAPAN TERIMA KASIH

Selaku penulis, kami mengucapkan puji syukur kepada Allah SWT yang telah melimpahkan seluruh rahmat dan karunia-Nya, sehingga terlaksananya kegiatan Penyuluhan Swamedikasi Batuk ini. Tidak lupa juga kami sampaikan terima kasih yang setulus-tulusnya kepada para pihak yang berkenan hadir, juga tentunya kepada Dosen Pembimbing Lapangan, Bapak Apt. Adhi Gunawan, M.Farm., yang telah memberikan dukungan serta semangat kepada Tim KKN T Universitas Alma Ata

2024 sehingga kegiatan ini berjalan dengan baik. Selanjutnya untuk almamater kami Universitas Alma Ata, juga kami ucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya atas dukungan finansial dan selalu memotivasi kami agar terlaksananya program kerja kami. Yang terakhir, untuk Tim KKN T Universitas Alma Ata Kelompok 01 Sendangsari yang telah memberikan waktu serta sudah berdedikasi tinggi sehingga berjalannya kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] E. A. Widyaningrum, F. D. Rilawati, L. W. Astuti, And R. N. M. Aviantara, "Profil Swamedikasi Pada Mahasiswa S1 Farmasi Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata," *J. Pharma Bhakta*, Vol. 2, No. 1, Jun. 2022, Accessed: Sep. 04, 2024. (Online). Available: <https://www.jurnalpharmabhakta.lik.ac.id/index.php/jpb/article/view/19>
- [2] V. Anggi And H. Kenta, "Edukasi Swamedikasi Pemilihan Obat Batuk Pilek Dalam Upaya Peningkatan Pengetahuan Masyarakat," *Amma J. Pengabdi. ...*, Vol. 1, No. 06, Pp. 658–663, 2022, (Online). Available: <https://journal.mediapublikasi.id/index.php/amma/article/view/652>
- [3] E. Rosalia, E. Reihana, E. Mutiara, R. Delvina, And L. E. Chandra, "Penyuluhan Swamedikasi Batuk Dan Pilek Secara Farmakologi Dan Tradisional Di Puskesmas Wates Gading Rejo Kabupaten Pringsewu," *J. Pengabdi. Farm. Malahayati*, Vol. 4, No. 1, Pp. 25–30, 2021.
- [4] S. N. Hasina, N. F. Andhini, M. Ramdan, M. Lukman, And H. Platini, "Pencegahan Penyebaran Tuberkulosis Paru Dengan (Beeb) Batuk Efektif Dan Etika Batuk Di Rw . Vi," *Holistik J. Kesehat.*, Vol. 14, No. 9, Pp. 232–239, 2020.
- [5] D. Saryanti And T. D. Anggraini, "Edukasi Pemilihan Obat Dalam Swamedikasi Penyakit Flu Dan Batuk Pada Anak," *E-Dimas J. Pengabdi. Kpd. Masy.*, Vol. 9, No. 2, P. 220, 2018, Doi: 10.26877/E-Dimas.V9i2.1804.
- [6] R. Setianto, B. A. Dewi, And F. Rosita, "Counseling On Herbal Medicine Self-Medication In Family Welfare Empowerment Od Dander Distric, Bojonegoro Regency," *J. Pengabdi. Kesehat.*, Vol. 4, No. 1, Pp. 85–93, 2021.
- [7] F. Yeremias And S. M. Simanjuntak, "Efikasi Diri Dalam Praktek Swamedikasi Oleh Anggota Masyarakat," *Media Karya Kesehat.*, Vol. 5, No. 1, Pp. 32–45, 2022, Doi: 10.24198/Mkk.V5i1.36736.
- [8] A. Manihuruk, M. Handini, T. Sinaga, T. Wandra, And L. Sinaga, "Swamedikasi Obat: Studi Kualitatif Pelaksanaan Pelayanan Swamedikasi Di Apotek Kecamatan Doloksanggul, Kabupaten Humbang Hasundutan Tahun 2023," *Prepotif J. Kesehat. Masy.*, Vol. 8, No. 1, Pp. 301–329, 2024.
- [9] M. Ramdan, M. Lukman, And H. Platini, "Pengetahuan, Sikap Dan Etika Batuk Pada Penderita Tuberkulosis Paru," *Holistik J. Kesehat.*, Vol. 14, No. 2, Pp. 232–239, 2020, Doi: 10.33024/Hjk.V14i2.2395.
- [10] N. Ariani And A. Wahyuni, "Peningkatan Pengetahuan Ibu-Ibu Pkk Desa Tatah Layap Terhadap Penggunaan Obat Batuk Dan Pilek Di Masa Pandemi Covid-19," *J. Bakti Untuk Negeri*, Vol. 1, No. April, Pp. 13–17, 2021.