

## **Gambaran Sosialisasi GeMa CerMat (Gerakan Masyarakat Cerdas Menggunakan Obat) di Kelurahan Cipadung Wetan, Kota Bandung**

Rahmat Santoso<sup>1</sup>, Akhmad Priyadi<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Fakultas Farmasi – Universitas Bhakti Kencana  
Jl. Soekarno Hatta No. 754 Bandung  
E-mail : rahmat.santoso@stfb.ac.id<sup>1</sup>, akhmad.priyadi@stfb.ac.id<sup>2</sup>

### **Abstrak**

Pengetahuan tentang GeMa CerMat (Gerakan Masyarakat Cerdas Menggunakan Obat) di kalangan masyarakat, masih banyak yang belum mengetahui. Gerakan ini tujuannya untuk memberikan sosialisasi kepada masyarakat dalam penggunaan obat yang rasional. Pengetahuan masyarakat tentang pengobatan sendiri (swamedikasi) yang rasional masih sangat kurang. GeMa CerMat agar masyarakat dapat melakukan swamedikasi secara benar, mendapatkan obat dan informasi dengan benar, mengetahui penggunaan obat dengan benar, menyimpan obat sendiri dengan benar dan membuang obat dengan benar. Tujuan dari kegiatan ini untuk meningkatkan pengetahuan terhadap PKK Kelurahan Cipadung Wetan dengan memberikan pelatihan keterampilan memilih obat untuk swamedikasi, sehingga menjadi penggerak mengenai penggunaan obat rasional sebagai wujud dari Program Gema Cermat. Metode yang akan digunakan dalam meningkatkan pengetahuan adalah model pemberdayaan masyarakat partisipatif, yaitu keterlibatan masyarakat dirasakan sangat penting untuk menyelesaikan masalah dengan metode pembekalan dan simulasi Cara Belajar Insan Aktif (CBIA). Hasil dari program kemitraan universitas, adalah meningkatnya pengetahuan PKK Cipadung Wetan, tentang penggolongan obat & bentuk sediaan obat, cara mendapatkan obat, cara penggunaan obat, cara menyimpan dan cara membuang obat yang sudah tidak dipakai agar tidak mencemari lingkungan, serta mampu menerapkan dan mendampingi masyarakat terutama tentang bagaimana Mendapatkan, Menggunakan, Menyimpan dan Membuang Obat (DaGu SiBu) serta 5O (Obat ini apa nama & kandungannya, Obat ini apa khasiat/indikasinya, Obat ini berapa dosisnya, Obat ini bagaimana cara menggunaannya, Obat ini apa efek sampingnya), dengan baik dan benar.

**Keywords:** GeMa CerMat, DaGu SiBu, 5 O, PKK Cipadung Wetan

### **PENDAHULUAN**

Masalah penggunaan obat pada masyarakat masih banyak ditemui antara lain: Pembelian obat bukan pada sarana berizin/resmi, pembelian obat stelan, pembelian antibiotik secara bebas tanpa resep dokter, penggunaan obat bebas

secara berlebihan (over dosis), kejadian efek samping, interaksi obat atau penyalahgunaan obat sering kali terjadi pada masyarakat dan dapat menyebabkan masalah baru dalam kesehatan, masih banyak masyarakat yang belum memahami cara penyimpanan dan membuang/

memusnahkan obat dengan benar. Tim Pengabdian Masyarakat Kampus bersama PKK Kelurahan Cipadung Wetan melakukan swamedikasi (pengobatan sendiri) dalam penanganan pertama pada masyarakat di sekitar kelurahan. Swamedikasi yang benar merupakan sumbangan yang sangat besar bagi pemerintah terutama dalam pemeliharaan kesehatan secara nasional dan menghemat biaya pengobatan. Agar dapat melakukan swamedikasi dengan benar masyarakat harus mendapatkan informasi yang tepat sehingga dapat menentukan jenis dan jumlah obat yang akan digunakan (1). Pemberian informasi yang tepat juga melindungi masyarakat dari bahaya penggunaan obat yang tidak tepat dan tidak benar oleh karena itu perlu dilakukan sosialisasi GeMa Cermat yang mencakup tentang Dagusibu dan tanya 50.

Hasil survei pendahuluan tentang penggunaan obat, masyarakat pada umumnya mengatasi penyakitnya dengan mengobati sendiri karena pengaruh iklan atau meniru teman, keluarga atau tetangga. Penggunaan obat di masyarakat banyak yang belum sesuai misalnya pada penggunaan obat yang seharusnya 3 x sehari banyak masyarakat yang belum memperhatikan waktu minumnya. Jadi minum obatnya pagi setelah sarapan sekitar jam 09.00, siang jam 13.00 dan sore jam 16.00. Hal ini belum sesuai dengan aturan minum obat yang benar yaitu untuk 3 x sehari berarti selang waktu antar minum obatnya adalah 8 jam. Waktu minum obat yang tepat untuk penggunaan obat 3x sehari adalah pagi jam 06.00, siang jam 14.00 dan malam jam 22.00. Dalam pengelolaan obat di rumah masih banyak

masyarakat yang belum mengerti bagaimana cara menyimpan dan membuang obat yang benar. Masyarakat kebanyakan menyimpan obat sirup di kulkas dengan harapan obatnya menjadi awet padahal penyimpanan ini tidak tepat. Tujuan dari kegiatan ini adalah GeMa Cermat (Gerakan Masyarakat Cerdas Menggunakan Obat) untuk meningkatkan pengetahuan Guru Sekolah Dasar tentang penggunaan obat dan mampu menerapkan Dagusibu (Dapatkan, Gunakan, Simpan dan Buang) Obat dengan Baik dan Benar dalam kehidupan sehari-hari serta mampu mendampingi masyarakat dalam mengelola obat di rumah dan mengajarkan Tanya 50 dalam mendapatkan obat.

## **METODE**

Metode kegiatan pengabdian ini adalah metode pemberdayaan masyarakat partisipatif dengan model Particatory Rural Appraisal (PRA) yaitu metode yang menekankan keterlibatan masyarakat dalam semua kegiatan yang dilakukan, serta Cara Belajar Insan Aktif (CBIA) dengan model simulasi. Tahapan metode ini yaitu : 1. Pengenalan masalah Identifikasi masalah yang dihadapi mitra terkait dengan obat. Tim pelaksana kegiatan melakukan survei awal 2. Perumusan masalah Masalah yang dihadapi masih kurangnya pengetahuan tentang penggunaan obat, pemilihan obat, penyimpanan obat, dan pengelolaan obat sampai pada tahap membuang obat yang benar 3. Identifikasi pemecahan masalah Tim pelaksana kegiatan melakukan diskusi dengan mitra (PKK Kelurahan Cipadung) untuk penyelesaian masalah. 4. Pemilihan pemecahan masalah Tim pelaksana melaksanakan pemecahan masalah yang di

hadapi oleh mitra dengan memberikan penyuluhan DaGuSiBu, penggunaan antibiotik yang rasional dan pelatihan dengan program GeMa CerMat tentang obat dan kandungannya, dosisnya, khasiatnya, cara penggunaan, efek samping.

5. Perencanaan penerapan Perencanaan dilakukan oleh tim pengabdian masyarakat bersama dengan PKK Kelurahan Cipadung Wetan

6. Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan setelah semua perijinan dari Dinas Kesehatan & Kantor Kelurahan dan persiapan sarana dan prasarana Gema Cermat sudah disiapkan. Kegiatan penyuluhan dilaksanakan di Aula lantai 2, Kantor Kelurahan Cipadung Wetan. Pemantauan dan pengarahan kegiatan pemantauan dilakukan agar kegiatan terus terarah dan mencapai target yang optimal.

8. Evaluasi dan rencana tindak lanjut Evaluasi ini bertujuan untuk melihat perkembangan program yang sudah dilaksanakan dan mengevaluasi pemahaman peserta terkait 5 O dan DaGuSiBu program GeMa CerMat dengan membandingkan hasil pretest dengan posttest. Tindak lanjut dari kegiatan ini adalah pendampingan kepada ibu-ibu PKK Kelurahan Cipadung Wetan untuk mensosialisasikan tentang Tanya 5 O dan DaGuSiBu ini kepada masyarakat sekitar, agar tercapai program Gerakan Masyarakat Cerdas Menggunakan Obat dengan benar, sehingga terwujud pengobatan yang rasional.



**Karakteristik metode CBIA**

- Bersifat interaktif/ diskusi kelompok kecil
- Proses belajar mandiri (*self-learning process*)
- Memanfaatkan forum yang ada dalam masyarakat (arisan, pengajian, perkumpulan, dll)
- Tutor/fasilitator berfungsi sebagai pemicu diskusi, menunjukkan cara/jalan mendapatkan jawaban atas suatu masalah, tidak mendominasi diskusi
- Tutor/fasilitator dapat direkrut dari masyarakat, setelah ditraining

Gambar 1. Karakteristik Metode CBIA

Tujuan cara belajar insan aktif (CBIA), adalah peserta sosialisasi gerakan masyarakat cerdas menggunakan obat, mau dan mampu sebagai berikut:

- Memahami informasi obat yang dapat diperoleh dari kemasan/ package insertnya
- Mengenali berbagai nama dagang obat, yang sebenarnya mempunyai kandungan yang sama atau hampir sama.
- Mencari informasi mengenai kandungan bahan aktif, indikasi, cara pemakaian, efek samping, dan kontraindikasi
- Menelaah informasi obat secara kritis



Gambar 2. Perbedaan Metode CBIA dengan Penyuluhan Konvensional

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Program pengabdian ini tidak lepas dari salah satu program pemerintah pencanangannya melalui SK Menkes No. 427/2015 tentang Gerakan Masyarakat Cerdas Menggunakan Obat. Tujuan Gema CerMat ini untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran masyarakat tentang pentingnya penggunaan obat secara benar, meningkatkan kemandirian dan perubahan perilaku masyarakat dalam penggunaan obat secara benar, meningkatkan penggunaan obat rasional. Kegiatan GeMa CerMat ini juga merupakan salah satu program yang dijalankan oleh Dinas Kesehatan dibawah Kementerian Kesehatan dan Ikatan Apoteker Indonesia (IAI). Kegiatan pengabdian ini dimulai dengan koordinasi dengan dinas kesehatan dan kantor kelurahan setempat. Setelah mendapatkan ijin tim pengabdian masyarakat berkoordinasi dengan ketua

PKK Kelurahan Cipadung Wetan. Kemudian menentukan permasalahan yang dihadapi mengenai obat dan cara penggunaannya. Kegiatan untuk menyelesaikan permasalahan dimulai dengan kegiatan penyuluhan yang dilaksanakan di aula lantai 2 Kantor Kelurahan Cipadung Wetan. Tim Pengabdian Masyarakat, memberikan sosialisasi tentang GeMa CerMat, kebijakan penggunaan obat yang rasional. Peserta dalam kegiatan ini diikuti oleh 63 ibu-ibu PKK Kelurahan Cipadung Wetan.

Sebelum kegiatan dimulai, peserta terlebih dahulu diwajibkan mengisi Pre Test tentang pengetahuannya tentang program GeMa CerMat dan Obat : 1) GeMa CerMat merupakan singkatan, 2) Sasaran utama dari GeMa CerMat, 3) Tanya Lima O merupakan 5 (lima) hal yang minimal harus diketahui sebelum menggunakan obat, 4) pengetahuan tentang obat paten, 5) pengetahuan tentang obat bebas terbatas, 6) Obat yang hanya dapat dibeli dengan resep dokter, pada kemasan diberi tanda lingkaran merah dengan garis tepi berwarna hitam dan huruf K di tengah yang menyentuh garis tepi, 7) Cara minum obat yang benar jika 3 kali sehari, 8) Cara penggunaan antibiotik yang benar, 9) Cara penyimpanan obat dalam bentuk sirup, dan 10) Cara penyimpanan obat yang benar. 10) Cara membuang obat sisa/kedaluwarsa/rusak sesuai program ayo buang sampah BPOM. Setelah selesai dilakukan pretest lalu dimulai dengan sosialisasi kebijakan tentang GeMa CerMat (Gerakan Masyarakat Cerdas Menggunakan Obat), Tanya 5 O (Lima O) dilanjutkan penyuluhan tentang DaGuSiBu dimulai dari definisi obat dan penggolongannya yaitu

obat bebas, obat bebas terbatas, obat keras, obat narkotik dan psikotropik. Ibu-ibu PKK Kelurahan Cipadung Wetan diharapkan memahami penggolongan obat ini dan tahu bagaimana cara mendapatkannya. Penjelasan macam sediaan obat dan cara penggunaannya.

Tim pelaksana mempraktikkan bagaimana penggunaan obat pada bentuk sediaan khusus seperti salep mata, tetes mata, tetes hidung, inhalasi dan injeksi insulin. Juga dijelaskan bagaimana penggunaan suppositoria ovula. Cara penggunaan obat ini penting karena sering terjadi kesalahan cara penggunaan obat karena kurangnya informasi yang disampaikan petugas kesehatan saat menyerahkan obat. Materi penyuluhan berikutnya yaitu tentang cara menyimpan dan membuang obat yang baik dan benar. Penyimpanan merupakan hal yang harus diperhatikan karena kualitas produk bisa rusak jika penyimpanannya tidak tepat. Penyimpanan obat yang tepat adalah pada suhu kamar kecuali dinyatakan khusus misalnya untuk suppositoria atau ovula harus disimpan pada suhu tertentu dan dalam kemasan biasanya sudah dituliskan cara penyimpanannya. Sebaiknya untuk obat ini disimpan di kotak obat yang terlindung dari sinar matahari langsung dan tidak bisa dijangkau oleh anak – anak. cara pembuangan obat yang benar.

Obat yang sudah kadaluarsa atau rusak harus segera dibuang. Cara pembuangan obat ini tidak boleh sembarangan karena dikhawatirkan akan disalahgunakan oleh orang lain. Pembuangan obat yang benar adalah dengan ditimbun di tanah atau dibuang ke saluran air. Cara membuang kemasan obat jika wadah berupa botol atau

pot plastik terlebih dahulu lepaskan etiket obat dan tutup botol kemudian tidak dibuang di tempat sampah, tetapi diserahkan ke apotek terdekat. Untuk boks/ dus/ tube digunting dahulu baru dibuangobat. Apotek yang menerima obat yang dibuang masyarakat, menyimpannya dalam drop box khusus (standar BPOM) kemudian mengisi dokumen serah terima obat kembalian, kedaluwarsa, rusak, dsb. Kegiatan sosialisasi diakhiri dengan sesi diskusi dan tanya jawab seputar obat. Peserta antusias mengikuti kegiatan ini ditandai dengan banyaknya pertanyaan terkait penggunaan dan pengelolaan obat. Kegiatan berikutnya adalah evaluasi dari sosialisasi yang sudah diberikan.

Tabel 1. Format Pre-test & Post-test CBIA

KEGIATAN CBIA DALAM PROGRAM  
PEMBERDAYAAN MASYARAKAT  
LEMBAR TEST PENGETAHUAN TENTANG  
OBAT YANG DIGUNAKAN UNTUK  
SWAMEDIKASI

Nama Peserta:

Instansi/Organisasi:

PRE-TEST: tanggal \_\_\_\_\_

A. Nama obat yang paling sering digunakan untuk diri sendiri atau keluarga:

1. Sebutkan apa saja kandungan/komposisinya:

2. Jelaskan untuk indikasi apa:

3. Jelaskan dosis dan lama penggunaannya:

4. Sebutkan kontraindikasi obat tersebut:

5. Sebutkan efek samping yang dapat terjadi:

B. Sebutkan berapa banyak merek obat yang dibeli dalam sebulan terakhir:

C. Berapa rupiah yang digunakan untuk membeli obat dalam satu bulan terakhir: Rp.

POST-TEST: tanggal \_\_\_\_\_

D. Nama obat yang paling sering digunakan untuk diri sendiri atau keluarga:

6. Sebutkan apa saja kandungan/komposisinya:

7. Jelaskan untuk indikasi apa:

8. Jelaskan dosis dan lama penggunaannya:

9. Sebutkan kontraindikasi obat tersebut:

10. Sebutkan efek samping yang dapat terjadi:

Setelah berselang satu bulan dari pelaksanaan kegiatan CBIA:

E. Sebutkan berapa banyak merek obat yang dibeli dalam sebulan terakhir:

F. Berapa rupiah yang digunakan untuk membeli obat dalam satu bulan terakhir: Rp.

Hasil post test menunjukkan peningkatan pemahaman peserta terhadap materi yang sudah disampaikan sebelumnya. Kegiatan selanjutnya ibu-ibu PKK Kelurahan Cipadung Wetan, mendapatkan penyuluhan dan pelatihan, kemudian mempraktikkan sebagai mentor kepada peserta sosialisasi Gema Cermat. Ibu PKK sebagai mentor didampingi oleh Tim Pengabdian Masyarakat kegiatan melaksanakan praktik dengan masyarakat sekitar di Kantor Kelurahan Cipadung Wetan. Praktik dimulai dari memperkenalkan golongan obat, identitas obat (zat aktif, dosis, kegunaan/manfaat, efek samping, nomor batch, tanggal kedaluwarsa) dan membedakan obat ilegal dengan obat yang sebenarnya.



**PRE-TEST DAN POST-TEST** 

- Pengetahuan tentang obat yang paling sering digunakan
  - Nama kandungan/komposisi
  - Indikasi
  - Dosis dan lama pemberian
  - Kontraindikasi
  - Efek samping
- Jumlah merek obat yang dibeli sebulan terakhir
- Belanja obat dalam sebulan terakhir



## KESIMPULAN

Kegiatan yang diikuti oleh 63 ibu-ibu PKK Kelurahan Cipadung Wetan berjalan dengan baik. Para peserta kegiatan antusias mengikuti dari mulai penyuluhan, pelatihan dan praktik menjadi mentor, melalui CBIA. Kegiatan GeMa CerMat ini menambah pengetahuan peserta tentang bagaimana mengelola obat dengan baik, menggunakan dan memilih obat dengan benar, dan atau cara melihat khasiat dan efek sampingnya. Peserta diharapkan dapat menyalurkan informasi kepada keluarga, dan masyarakat umum di lingkungannya masing-masing.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ariyani, H., & Rahayu, S. (2017). Gerakan Bucer “Ibu Cerdas” Melalui Metode Cara Belajar Insan Aktif (CBIA) Sebagai Sarana Mewujudkan Pemilihan dan Penggunaan Obat Yang Rasional di Kelurahan Sungai Andai Banjarmasin, Kalimantan Selatan. *UNES Journal of Community Service*, 2(2), 105–112.
- Bela, A., Suryawati, S., & Rustamaji. (2016). Intervensi CBIA untuk Meningkatkan Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Penggunaan Antibiotik yang Rasional pada Anggota Bina Keluarga Balita CBIA. *Jurnal Kedokteran Brawijaya*, 29(2), 165– 169.
- Direktorat Bina Penggunaan Obat Rasional. 2013. Modul II: Materi Pelatihan Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan Memilih Obat Bagi Kader. Jakarta: Direktorat Jenderal Bina Kefarmasian dan Alat Kesehatan, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
- Kementerian Kesehatan RI. 2015. Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor HK.02.02/MENKES/427/2015 Tentang Gerakan Masyarakat Cerdas Menggunakan Obat, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
- Kementerian Kesehatan RI. 2015. Cara Penggunaan Obat. Jakarta: Direktorat Jenderal Bina Kefarmasian dan Alat Kesehatan, Direktorat Pelayanan Kefarmasian, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
- Lathifah, M. A., Ilham, M., & Wibowo, A. (2015). Perbandingan Metode CBIA dan FGD dalam Peningkatan Pengetahuan dan Ketepatan Caregiver dalam Upaya Swamedikasi Demam pada Anak Abstrak. *Pharm Sci Res*, 2(2), 89–100
- Riskesdas. (2013). Riset Kesehatan Dasar 2013. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia