

Edukasi Pengobatan Batuk Pilek pada Siswa-Siswi Sekolah Kami di Kota Bekasi

Septiani*¹, Dyah Ayuwati Waluyo², Yassmin Athaya Yoelianto³, Vio Eklesia Yulia Rau⁴, Marlen Lisapaly⁵, Hanifa Amalia⁶, Lusi Sulastri⁷, Yuni Ay Yani⁸, M. Ali Akbar⁹, Daffa Mardlotillah¹⁰, Berlian Setya Maghribi¹¹, M. Masum Mundari¹²

^{1,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12}Prodi Teknologi Laboratorium Medis, Universitas Binawan,

²Prodi Farmasi, Universitas Binawan

*e-mail: septiani@binawan.ac.id¹



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)

Abstrak

Flu biasa atau batuk pilek adalah jenis Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA) yang sangat umum di masyarakat. Swamedikasi merupakan upaya pengobatan yang dilakukan sendiri, biasanya dilakukan untuk mengatasi keluhan-keluhan dan penyakit ringan yang banyak dialami masyarakat, seperti demam, nyeri, pusing, batuk, influenza, sakit maag, cacingan, diare, penyakit kulit dan lain-lain. Obat-obatan yang umumnya digunakan untuk swamedikasi dikenal sebagai obat tanpa resep atau obat bebas. Obat bebas ini dapat diperoleh di berbagai tempat seperti warung, apotek, dan supermarket. Sementara itu, obat-obatan yang harus diperoleh melalui resep dokter disebut obat resep. Edukasi kepada masyarakat, khususnya siswa di Sekolah Kami, menjadi sangat penting untuk memastikan mereka memiliki pemahaman yang benar tentang penggunaan obat, mampu menyaring informasi yang valid, dan tidak terpengaruh oleh promosi obat yang menyesatkan. Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian ini adalah penyuluhan, yang bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran siswa-siswi di Sekolah Kami. Peserta kegiatan ini adalah siswa SD kelas 1 sampai SD kelas 6 dan siswa SMP kelas 1 sampai SMP kelas 3. Setelah kegiatan penyuluhan dilakukan, hasil *post-test* menunjukkan peningkatan yang signifikan, dengan rata-rata 91,4% responden berhasil menjawab soal dengan benar. Hasil kegiatan ini memperlihatkan bahwa edukasi dapat berdampak positif pada pengetahuan siswa-siswi tentang kesehatan, terutama dalam mengenali penyakit umum seperti batuk pilek serta meningkatkan literasi kesehatan siswa dan membantu mereka melakukan swamedikasi yang aman.

Kata kunci: Batuk, Flu, Swamedikasi

Abstract

Common flu or cough and cold is a type of Acute Respiratory Infection (ARI) that is very common in society. Self-medication is a self-medication effort, usually done to overcome complaints and minor illnesses that are widely experienced by the community, such as fever, pain, dizziness, cough, influenza, stomach ulcers, worms, diarrhea, skin diseases and others. Medicines that are generally used for self-medication are known as non-prescription drugs or over-the-counter drugs. These over-the-counter drugs can be obtained in various places such as stalls, pharmacies, and supermarkets. Meanwhile, medicines that must be obtained through a doctor's prescription are called prescription drugs. Education for the community, especially students at Our School, is very important to ensure that they have a correct understanding of drug use, are able to filter valid information, and are not influenced by misleading drug promotions. The method used in this community service activity is counseling, which aims to increase the understanding and awareness of students at Our School. Participants in this activity were elementary school students from grades 1 to 6 and junior high school students from grades 1 to 3. After the counseling activity was carried out, the post-test results showed a significant increase, with an average of 91.4% of respondents successfully answering the questions correctly. The results of this activity show that education can have a positive impact on students' knowledge of health, especially in recognizing common diseases such as coughs and colds as well as increasing students' health literacy and helping them carry out safe self-medication.

Keywords: Cough, Flu, Self-medication

1. PENDAHULUAN

Flu biasa atau batuk pilek adalah jenis Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA) yang sangat umum di masyarakat. Masyarakat umumnya dapat mengenali sendiri gejala khas flu, salesma atau batuk-pilek yang khas seperti pilek atau hidung berair (*rhinorrhoea*), hidung tersumbat, sakit tenggorokan, dan sakit kepala. Pada tahap awal infeksi, gejala flu seringkali disertai demam ringan, nyeri otot, dan kelelahan. Sebagian besar kasus flu atau batuk pilek (90%) disebabkan oleh virus saluran pernapasan, terutama *rhinovirus*, dan gejala ini umumnya akan mereda sendiri seiring waktu, bergantung pada daya tahan tubuh penderitanya (Gitawati, 2014). Pengobatan batuk meliputi terapi non farmakologi dan farmakologi. Terapi non farmakologi meliputi terapi minum banyak cairan seperti air, sari buah, menghentikan kebiasaan merokok, menghindari makanan yang mengiritasi tenggorokan, madu dan tablet hisap pelega, menghirup uap air panas, dan mengonsumsi obat-obatan yang terbuat dari tanaman herbal (Sari et al., 2022). Pemberian obat batuk digunakan untuk meredakan sementara gejala infeksi saluran pernapasan termasuk pilek, hidung tersumbat, batuk dan demam (Hari et al., 2024).

Swamedikasi adalah upaya pengobatan yang dilakukan sendiri, biasanya dilakukan untuk mengatasi keluhan dan penyakit ringan yang umum terjadi di masyarakat, seperti demam, nyeri, pusing, batuk, influenza, sakit maag, cacingan, diare, penyakit kulit dan lain-lain. *World Health Organization* (WHO) menjelaskan bahwa praktik swamedikasi dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti: faktor sosial ekonomi, gaya hidup, kemudahan memperoleh produk obat, faktor kesehatan lingkungan, dan ketersediaan produk (Subashini & Udayanga, 2020). Beberapa alasan mengapa swamedikasi dipilih antara lain karena biaya konsultasi ke dokter yang cukup tinggi dan terbatasnya fasilitas kesehatan, terutama di daerah terpencil. Pengobatan mandiri untuk penyakit ringan umumnya melibatkan penggunaan obat bebas, obat bebas terbatas, hingga obat tradisional, tanpa intervensi dari tenaga medis (Maharani et al., 2024).

Obat-obatan adalah komponen penting dalam upaya perawatan kesehatan untuk menghilangkan gejala suatu penyakit, mencegah timbulnya penyakit, dan menyembuhkan penyakit. Pengobatan sendiri adalah penggunaan obat oleh masyarakat untuk tujuan pengobatan sakit ringan (*minor illnesses*), tanpa memerlukan resep dokter (Restiyono, 2016). Obat-obatan yang biasanya digunakan dalam swamedikasi dikenal sebagai obat bebas atau obat yang tidak memerlukan resep dokter. Obat bebas ini dapat diperoleh di berbagai tempat seperti warung, apotek, dan supermarket. Sementara itu, obat-obatan yang harus diperoleh melalui resep dokter disebut obat resep (Efayanti et al., 2019).

Masyarakat Indonesia seringkali dalam melakukan swamedikasi tidak hanya menggunakan obat bebas tetapi juga menggunakan obat keras yang seharusnya diresepkan oleh dokter. Jika swamedikasi dilakukan secara tidak tepat dan tanpa informasi yang memadai, hal ini berisiko mengakibatkan tujuan pengobatan tidak akan tercapai. Oleh karena itu, swamedikasi idealnya dilakukan di bawah pengawasan supervise dan pembinaan dari tenaga kefarmasian (Kemenkes RI, 2020).

Praktik swamedikasi memiliki sejumlah keuntungan, diantaranya adalah keamanan jika obat digunakan sesuai aturan, dapat meredakan keluhan secara efektif, penghematan biaya dan waktu, serta berperan penting dalam pengambilan keputusan terapi. Sebaliknya, swamedikasi juga memiliki kerugian, terutama jika pengguna tidak mematuhi aturan penggunaan obat yang dapat berdampak buruk dan membahayakan kesehatan. Swamedikasi dapat dilaksanakan secara aman, efektif, terjangkau, dan rasional, masyarakat harus meningkatkan pengetahuan dan keterampilan dalam melakukan edukasi pengobatan swamedikasi (Manihuruk et al., 2024).

Swamedikasi harus dilakukan sesuai dengan jenis penyakit yang dialami dengan memenuhi prinsip-prinsip penggunaan obat yang rasional. Hal ini mencakup ketepatan dalam indikasi, petunjuk penggunaan obat, pemilihan obat, dan dosis obat yang diberikan. Perlu memperhatikan waspada efek samping, tidak adanya kontraindikasi, tidak adanya interaksi obat, dan tidak adanya polifarmasi. Kenyataannya, masih sering terjadi kesalahan dalam swamedikasi, terutama dalam penggunaan obat dan dosis obat yang tidak akurat. Jika kesalahan ini berlangsung dalam jangka waktu yang lama, dikhawatirkan akan menimbulkan risiko kesehatan (Wulandari & Ahmad, 2020).

Swamedikasi yang tepat dapat memberikan manfaat yang signifikan dalam mendukung upaya menjaga kesehatan, tetapi jika dilakukan secara tidak tepat tindakan ini berisiko menimbulkan sejumlah masalah, seperti efek samping dari obat yang dikonsumsi, kegagalan dalam menyembuhkan

penyakit, munculnya penyakit baru, atau terjadinya kesalahan dalam penggunaan obat (*medication error*). Kesalahan-kesalahan tersebut umumnya disebabkan karena keterbatasan pengetahuan masyarakat mengenai obat dan cara penggunaannya (Kemenkes RI, 2020).

Banyaknya iklan obat yang beredar di televisi, seringkali tidak memenuhi ketentuan periklanan, berpotensi menimbulkan kesalahpahaman di masyarakat mengenai penggunaan obat dalam tindakan swamedikasi (Adawiyah et al., 2017). Masyarakat mendapatkan informasi tentang obat dari berbagai sumber tetapi informasi tersebut tidak selalu akurat atau netral. Kondisi ini semakin mengkhawatirkan karena kurangnya literasi kesehatan di masyarakat, terutama di kalangan remaja dan pelajar yang menjadi bagian dari generasi penerus bangsa.

Edukasi kepada masyarakat, khususnya siswa di Sekolah Kami, menjadi sangat penting untuk memastikan mereka memiliki pemahaman yang benar tentang penggunaan obat, mampu menyaring informasi yang valid, dan tidak terpengaruh oleh promosi obat yang menyesatkan. Lingkungan sekolah merupakan tempat strategis untuk memberikan edukasi, karena siswa tidak hanya dapat mengaplikasikan ilmu tersebut untuk dirinya sendiri tetapi juga berperan sebagai agen perubahan di tengah keluarga dan komunitasnya. Dengan memberikan informasi yang benar melalui pendampingan oleh tenaga kesehatan dan sumber terpercaya, kegiatan pengabdian ini diharapkan dapat membentuk generasi muda yang lebih cerdas dan kritis dalam memahami pengobatan mandiri yang aman dan efektif.

2. METODE

Tempat pelaksanaan kegiatan akan dilakukan di Sekolah Kami, yang berlokasi di Kelurahan Bintara Jaya, Kecamatan Bekasi Barat, Kota Bekasi, Jawa Barat. Kegiatan berlangsung pada hari Senin, 6 November 2023 pukul 07.00-12.00 WIB. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan melalui penyuluhan yang dilaksanakan secara langsung kepada siswa-siswi dan guru Sekolah Kami. Pelaksanaan kegiatan terbagi menjadi beberapa tahapan yang dirancang untuk memastikan keberhasilan penyuluhan. Tahap pertama adalah *pre-test*, bertujuan untuk mengukur tingkat pengetahuan siswa-siswi Sekolah Kami mengenai materi yang akan disampaikan, yaitu terkait batuk pilek dan penggolongan obat. *Pre-test* ini dilakukan sebelum dimulainya sesi penyuluhan. Jumlah soal dalam kuesioner *pre-test* ini berjumlah 5 soal yang mencakup poin-poin penting dari materi yang akan dijelaskan selama kegiatan. Tahap kedua adalah pelaksanaan penyuluhan yang diberikan oleh tim penyuluh yang terdiri dari dosen Program Studi Farmasi, Universitas Binawan. Penyuluhan ini mencakup pemaparan materi tentang batuk pilek dan informasi mengenai penggolongan obat yang dapat digunakan dalam swamedikasi. Tahap terakhir adalah *post-test*, yang dilakukan setelah penyuluhan selesai dengan tujuan untuk mengevaluasi sejauh mana tingkat pemahaman siswa-siswi tentang batuk pilek dan penggolongan obat. Jumlah soal dalam kuesioner *post-test* ini sama-sama berjumlah 5 soal dengan soal yang sama pada soal *pre-test*, dan berisikan materi yang telah disampaikan oleh tim penyuluh.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan edukasi kesehatan tentang swamedikasi batuk pilek mendapatkan tanggapan yang positif dari peserta, yang berasal dari berbagai jenjang pendidikan dan rentang usia. Hal ini menunjukkan bahwa penggunaan metode yang menarik seperti video animasi dan presentasi PowerPoint mampu menjangkau audiens yang heterogen. Video animasi memberikan visualisasi yang jelas dan sederhana, sehingga peserta, terutama siswa SD kelas rendah, lebih mudah memahami materi yang disampaikan. Sedangkan presentasi PowerPoint mendukung penjelasan yang lebih terstruktur dan sistematis, sehingga relevan bagi siswa SMP yang lebih mampu memahami konsep yang kompleks.

Peserta kegiatan ini berasal dari jenjang pendidikan yang beragam, yaitu siswa SD kelas 1 sampai SD kelas 6 dan siswa SMP kelas 1 sampai SMP kelas 3, dengan usia rata-rata berkisar antara 7 hingga 15 tahun. Rentang usia ini memberikan tantangan tersendiri dalam penyampaian materi, sehingga penggunaan media seperti video animasi dan presentasi *power point* dirancang agar relevan dan menarik bagi semua kelompok usia tersebut. Pemberian edukasi kesehatan melalui penggunaan video telah terbukti sebagai cara efektif dalam meningkatkan pengetahuan (Surtimanah et al., 2020).

Edukasi merupakan proses memberikan pengetahuan dan keterampilan melalui pembelajaran, sehingga sasaran memperoleh pemahaman dan dapat bertindak sesuai harapan. Edukasi bertujuan untuk mengubah dari tidak mengerti menjadi memahami, serta mampu menangani kesehatan diri secara mandiri (Pambudi, 2022).

Edukasi diberikan dengan tujuan meningkatkan pengetahuan peserta dan membantu mereka tetap tenang saat menghadapi batuk pilek. Peserta memberikan respon yang positif terhadap kegiatan edukasi ini, dengan menunjukkan keaktifan dalam diskusi karena batuk pilek merupakan penyakit yang sering dialami oleh anak-anak. Selain itu, ada juga siswa yang berbagi pengalaman pribadi, seperti jenis obat yang pernah mereka gunakan saat mengalami gejala flu. Respons positif ini menunjukkan bahwa siswa tidak hanya mendengarkan tetapi juga terlibat aktif dalam memahami materi edukasi. Evaluasi dilakukan kepada peserta dengan mengkonfirmasi pemahaman mereka mengenai edukasi swamedikasi batuk pilek, baik sebelum maupun setelah pelaksanaan edukasi.

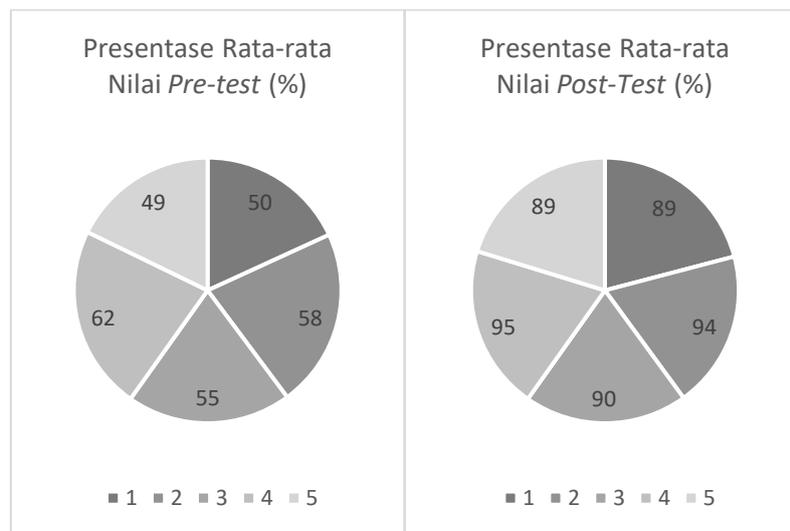
Dari segi partisipasi, siswa menunjukkan keaktifan dalam diskusi, yang mengindikasikan bahwa materi yang disampaikan relevan dengan pengalaman keseharian mereka. Batuk pilek sebagai topik yang dekat dengan kehidupan sehari-hari anak-anak mempermudah peserta untuk menghubungkan materi edukasi dengan pengalaman pribadi mereka. Beberapa siswa bahkan berbagi informasi mengenai pengobatan yang pernah digunakan, yang memperlihatkan tingkat kesadaran awal mereka tentang kesehatan.



Gambar 1. Dokumentasi Kegiatan

Kegiatan ini juga melibatkan pengukuran tingkat pengetahuan siswa sebelum dan sesudah edukasi melalui *pre-test* dan *post-test*. Hasil pengukuran pada Gambar 2 menunjukkan bahwa rata-rata 54,8% responden mampu menjawab soal *pre-test* dengan benar, yang mencerminkan bahwa pemahaman awal mereka terhadap materi masih memerlukan peningkatan. Namun, setelah pelaksanaan penyuluhan, hasil *post-test* menunjukkan peningkatan yang sangat signifikan, dengan rata-rata 91,4% responden berhasil menjawab soal dengan benar. Peningkatan ini mengindikasikan keberhasilan kegiatan edukasi dalam meningkatkan pengetahuan siswa-siswi secara efektif, sekaligus menunjukkan bahwa pendekatan yang digunakan dalam kegiatan ini relevan dan efisien untuk meningkatkan literasi kesehatan peserta.

Proses evaluasi yang dilakukan sebelum dan setelah pelaksanaan edukasi menunjukkan adanya peningkatan pemahaman peserta terhadap swamedikasi batuk pilek. Sebelum edukasi, sebagian besar peserta memiliki pemahaman yang terbatas tentang cara menangani gejala batuk pilek secara mandiri. Setelah edukasi, peserta mampu menjelaskan langkah-langkah yang benar dalam swamedikasi, termasuk penggunaan obat-obatan bebas sesuai aturan, pentingnya menjaga asupan cairan, serta kapan harus berkonsultasi ke dokter jika gejala memburuk.



Gambar 2. Hasil Presentase Rata-Rata *Pre-Test* dan *Post-Test*

Secara keseluruhan, kegiatan ini berhasil meningkatkan kesadaran dan pengetahuan peserta mengenai pentingnya swamedikasi yang tepat untuk batuk pilek, serta memupuk kepercayaan diri mereka dalam menjaga kesehatan diri secara mandiri. Hasil ini mendukung pentingnya pengembangan materi edukasi yang relevan dan menggunakan media pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik peserta.

4. KESIMPULAN

Kegiatan edukasi tentang pengobatan batuk pilek dan swamedikasi di Sekolah Kami berhasil meningkatkan pengetahuan siswa, terlihat dari peningkatan skor *pre-test* (54,8%) menjadi (91,4%) pada *post-test*. Edukasi yang menggunakan media video animasi dan presentasi *power point* efektif dalam menjangkau berbagai jenjang usia siswa. Siswa menunjukkan antusiasme tinggi dan aktif berdiskusi, membuktikan bahwa mereka tidak hanya memahami, tetapi juga mengaplikasikan pengetahuan yang diberikan. Kegiatan ini penting untuk meningkatkan literasi kesehatan siswa dan membantu mereka melakukan swamedikasi yang aman.

5. UCAPAN TERIMA KASIH

Tim pengabdian masyarakat menyampaikan ucapan terima kasih kepada pihak Sekolah Kami atas dukungan serta kerja sama yang diberikan dalam mendukung keberhasilan kegiatan ini. Ucapan terima kasih juga kepada seluruh anggota tim pengabdian masyarakat yang telah bekerja keras, berdedikasi, dan berkolaborasi dengan baik dari tahap perencanaan hingga pelaksanaan kegiatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Adawiyah, S., Cahaya, N., & Intannisa, D. (2017). Hubungan Persepsi Terhadap Iklan Obat Laksatif di Televisi dengan Perilaku Swamedikasi Masyarakat di Kelurahan Sungai Besar Kecamatan Banjarbaru Selatan. *Jurnal Pharmacy*, 14(01), 108–126. <https://jurnalnasional.ump.ac.id/index.php/PHARMACY/article/view/1466>
- Efayanti, E., Susilowati, T., & Nur, I. (2019). Hubungan Motivasi dengan Perilaku Swamedikasi. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 1(1), 21–32. <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPPP>
- Gitawati, R. (2014). Bahan Aktif Dalam Kombinasi Obat Flu dan Batuk-Pilek, dan Pemilihan Obat Flu yang Rasional. *Jurnal Media Libangkes*, 24(1), 10–18.

- <https://www.neliti.com/id/publications/20690/bahan-aktif-dalam-kombinasi-obat-flu-dan-batuk-pilek-dan-pemilihan-obat-flu-yang>
- Hari, S., Hasuna, N., Jesika, N., Ariq, M., Anggun, S., Paskah, R., Praysi, W., Rena, F., RIda, L., Septia, P., & Diana, L. R. (2024). Edukasi Pengobatan Swamedika Batuk Pilek dan Demam. *Jurnal BERDIKARI*, 7(1). <https://journal.uta45jakarta.ac.id/index.php/berdikari/article/view/7598>
- Kemendes RI. (2020). *Pedoman Pelaksanaan Program Gerakan Masyarakat Cerdas Menggunakan Obat*. Kementerian Kesehatan. <https://repository.kemkes.go.id/book/880>
- Maharani, D., Puspita, E. L., Ruswanti, R. E., & Kustiawan, P. M. (2024). Edukasi Kepada Ibu PKK RT 46, Kelurahan Lempake Mengenai Swamedikasi Penyakit Flu, Batuk, dan Demam Pada Anak. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), 225–230.
- Manihuruk, A. C., Handini, C. M., Sinaga, T. R., Wandra, T., & Sinaga, L. R. V. (2024). Swamedikasi Obat: Studi Kualitatif Pelaksanaan Pelayanan Swamedika Di Apotek Kecamatan Doloksanggul, Kabupaten Humbang Hasundutan Tahun 2023. *PREPOTIF: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(1), 301–329. <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/prepotif/article/view/25836>
- Pambudi, R. S. (2022). Edukasi Pengobatan Swamedikasi Batuk Flu Pada Anak. *JOMPA ABDI: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(2), 66–70. <https://jurnal.jomparmd.com/index.php/jpabdi>
- Restiyono, A. (2016). Analisis Faktor yang Berpengaruh dalam Swamedikasi Antibiotik pada Ibu Rumah Tangga di Kelurahan Kajen Kabupaten Pekalongan. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 11(1), 14–27. <https://ejournal.undip.ac.id/index.php/jpki/article/view/18982>
- Sari, D. P., Pramushinta, I., & Purbosari, I. (2022). Edukasi Pengobatan Batuk Secara Mandiri “Swamedikasi” Di Kampung Herbal Nginden Surabaya. *Jurnal Kanigara*, II(2), 373–375. www.pharmacytimes.com/publications/issue/2016/november2016/proper-
- Subashini, N., & Udayanga, L. (2020). Demographic, socio-economic and other associated risk factors for self-medication behaviour among university students of Sri Lanka: A cross sectional study. *BMC Public Health*, 20(1). <https://doi.org/10.1186/s12889-020-08622-8>
- Surtimanah, T., Sjamsuddin, I. N., Hana, M., & Mardiatul, G. (2020). Model Intervensi Penyuluhan Kesehatan Gigi dan Mata Pada Anak Sekolah Dasar Negeri Arcamik Bandung. *Jurnal Kajian Dan Pengembangan Kesehatan Masyarakat*, 01(01), 1–14. <https://jurnal.umj.ac.id/index.php/AN-NUR>
- Wulandari, A. S., & Ahmad, N. F. S. (2020). Hubungan Faktor Sosiodemografi Terhadap Tingkat Pengetahuan Swamedikasi di Beberapa Apotek Wilayah Purworejo. *INPHARMED Journal*, 4(1), 33–43. <https://doi.org/10.21927/inpharmed.v%vi%oi.1253>