



OPTIMALISASI PERAN TENAGA TEKNIK KEFARMASIAN (TTK) PADA PELAKSANAAN SWAMEDIKASI VITAMIN SEBAGAI PENGUAT SISTEM IMUN DIMASA PANDEMI COVID-19

Ika Kurnia Sukmawati¹

¹Universitas Bhakti Kencana Bandung

E-mail: ika.kurnia@bku.ac.id

Ida Lisni²

²Universitas Bhakti Kencana Bandung

E-mail: ida.lisni@bku.ac.id

Ni Nyoman Sri Mas Hartini³

³Universitas Bhakti Kencana Bandung

E-mail: ni.nyoman@bku.ac.id

Akhmad Pryadi⁴

⁴Universitas Bhakti Kencana Bandung

E-mail: akhmad.pryadi@bku.ac.id

Ed Yunisa⁵

⁵Universitas Bhakti Kencana Bandung

E-mail: edyunisa.megapasha@bku.ac.id

Article History:

Submitted: 2020-12-06

Revised: 2021-01-222

Accepted: 2021-01-23

Abstract : *Many people do self-medication to deal with complaints or symptoms of disease by buying drugs at a pharmacy or drug store. Such treatment needs to be carried out appropriately, so that people need clear information in determining the type and amount of drugs to be used rationally and how to use them properly. To be able to increase the understanding of Pharmaceutical Technical Workers in providing self-medicating vitamins as a booster for the immune system during the Covid 19 pandemic, community service was carried out by holding online webinars about vitamin giving material and its classification and characteristics of vitamins, as well as reminding about dosages, indications, side effects and the dangers of overuse of vitamins. In addition,*



an example video is provided for the provision of vitamin information to help technical understanding of pharmaceutical technical workers in providing drug information services to patients / the public. The webinar was held in two meetings, namely on 19 and 26 September 2020 with presenters being lecturers at the Faculty of Pharmacy, Bhakti Kencana University, to Pharmaceutical Engineering Workers who are members of the JABAR Indonesian Pharmacists Association (PAFI) organization. Community Service Activities through Webinars and screening of vitamin self-medication videos can increase understanding of Pharmaceutical Technical Staff in providing self-medicated vitamins as a booster for the immune system during the Covid 19 pandemic.

Keywords : Webinar, Self-medication, Vitamin.

Pendahuluan

Swamedikasi

Swamedikasi adalah kegiatan atau tindakan mengobati diri sendiri dengan obat tanpa resep secara tepat dan bertanggung jawab (rasional). Makna swamedikasi adalah bahwa penderita sendiri yang memilih obat tanpa resep untuk mengatasi penyakit yang dideritanya. (Djunarko dan Hendrawati, 2011).

Swamedikasi berarti mengobati segala keluhan pada diri sendiri dengan obat-obatan sederhana yang dibeli bebas di apotik atau toko obat, atas inisiatif sendiri tanpa nasihat dokter. Dewasa ini masyarakat sudah lebih menyadari kesehatan diri dan keluarganya sehingga dirasakan adanya kebutuhan informasi yang jelas dan tepat mengenai penggunaan obat-obat yang dapat dibeli bebas di apotik atau toko obat secara aman dan tepat guna pengobatan sendiri (Tjay dan Rahardja, 2010).



Definisi swamedikasi adalah pemilihan dan penggunaan obat modern, herbal, maupun obat tradisional oleh seorang individu untuk mengatasi penyakit atau gejala penyakit. Termasuk juga pemilihan dan penggunaan obat herbal dan tradisional, oleh individu untuk merawat diri sendiri dari penyakit atau gejala penyakit. Swamedikasi biasanya dilakukan untuk mengatasi keluhan-keluhan dan penyakit ringan yang sering dialami masyarakat, seperti demam, nyeri, pusing, batuk, influenza, sakit maag, kecacingan, diare, penyakit kulit dan lain-lain. Obat-obat golongan obat bebas dan obat bebas terbatas merupakan obat yang relatif aman digunakan untuk swamedikasi. Jadi, swamedikasi adalah upaya awal yang dilakukan sendiri dalam mengurangi/mengobati penyakit-penyakit ringan menggunakan obat-obatan dari golongan obat bebas dan bebas terbatas. (WHO, 2010)

Untuk melakukan swamedikasi dengan benar, masyarakat perlu mengetahui informasi yang jelas dan terpercaya mengenai obat-obat yang digunakan. Apabila swamedikasi tidak dilakukan dengan benar maka dapat berisiko munculnya keluhan lain karena penggunaan obat yang tidak tepat. Swamedikasi yang tidak tepat diantaranya ditimbulkan oleh salah mengenali gejala yang muncul, salah memilih obat, salah cara penggunaan, salah dosis, dan keterlambatan dalam mencari nasihat/saran tenaga kesehatan bila keluhan berlanjut. Selain itu, juga ada potensi risiko melakukan swamedikasi misal efek samping yang jarang muncul namun parah, interaksi obat yang berbahaya, dosis tidak tepat, dan pilihan terapi yang salah. (BPOM, 2014)

Sebelum melakukan swamedikasi harus memperhatikan kondisi orang yang akan diobati. Beberapa kondisi yang harus diperhatikan adalah kehamilan, berencana untuk hamil, menyusui, umur (balita atau lansia), sedang dalam diet khusus seperti misalnya diet gula, sedang atau baru saja berhenti mengkonsumsi obat lain atau suplemen makanan, serta mempunyai masalah kesehatan baru selain penyakit yang selama ini diderita dan sudah mendapatkan pengobatan dari doktersebelum melakukan swamedikasi perlu diperhatikan kondisi yang sedang dialami sehingga tidak terjadi efek yang tidak diinginkan. Membaca peringatan/perhatian yang tertera pada label atau brosur obat juga menjadi hal yang perlu dilakukan, karena di dalamnya tertulis hal – hal yang harus diperhatikan sebelum



atau setelah mengkonsumsi obat yang dimaksud. Dengan swamedikasi akan ada kemungkinan interaksi obat. Banyak obat dapat berinteraksi dengan obat lainnya atau berinteraksi dengan makanan dan minuman. Kenali nama obat atau nama zat berkhasiat yang terkandung dalam obat yang sedang anda konsumsi atau hendak digunakan sebagai swamedikasi. (BPOM, 2014)

Tidak semua obat dapat digunakan untuk swamedikasi. Telah dijelaskan diatas bahwa obat yang digunakan untuk swamedikasi adalah obat yang relatif aman, yaitu obat golongan obat bebas dan obat bebas terbatas. Obat bebas adalah obat yang dapat dibeli tanpa resep dokter. Tanda khusus pada kemasan dan etiket obat bebas adalah lingkaran hijau dengan garis tepi berwarna hitam. Obat bebas terbatas adalah obat yang sebenarnya termasuk obat keras tetapi masih dapat dibeli tanpa resep dokter. Obat ini biasa disertai dengan tanda peringatan. Tanda khusus pada kemasan dan etiket obat bebas terbatas adalah lingkaran biru dengan garis tepi berwarna hitam. (Ditjen Binfar dan alkes, 2006)

Selain dapat mengatasi penyakit/gejala penyakit, obat juga dapat menyebabkan efek yang tidak diinginkan. Efek samping yang terjadi tidak selalu memerlukan tindakan medis untuk mengatasinya, namun demikian beberapa efek samping mungkin memerlukan perhatian lebih dalam penanganannya. Efek samping yang mungkin timbul antara lain reaksi alergi, gatal-gatal, ruam, mengantuk, mual dan lain-lain (BPOM, 2014)

Pada saat akan membeli obat, pertimbangkan bentuk sediaan (tablet, sirup, kapsul, krim, dll) dan pastikan bahwa kemasan tidak rusak. Lihatlah dengan teliti kemasan luar maupun kemasan dalam produk obat. Jangan mengambil obat yang menunjukkan adanya kerusakan walaupun kecil. Selain kemasan, perhatikan juga bentuk fisik sediaan. Perhatikan juga penyimpanan obat di tempat penjualannya, jika obat disimpan di tempat yang terpapar cahaya matahari langsung maka sebaiknya beli obat di tempat lain yang kondisi penyimpanannya lebih baik. Lebih baik membeli obat di sarana distribusi yang resmi, seperti misalnya apotek dan toko obat berijin. Obat yang anda minum harus sudah memiliki nomor izin edar karena ini berarti obat tersebut telah memenuhi persyaratan keamanan, khasiat dan mutu yang ditetapkan oleh Badan POM. Hal lain yang harus diperhatikan adalah



tanggal kedaluwarsa, tanggal ini menandakan bahwa sebelum tanggal Sajian Utama tersebut obat masih memenuhi persyaratan dan aman untuk digunakan. Penggunaan obat yang sudah kedaluwarsa dapat membahayakan karena pada obat tersebut dapat terjadi perubahan bentuk atau perubahan menjadi zat lain yang berbahaya. Oleh karena itu, tidak boleh menggunakan obat yang sudah melewati batas kedaluwarsa (BPOM, 2014)

Bacalah aturan pakai obat sesuai dengan petunjuk yang tertera pada label. Obat yang digunakan sesuai dengan petunjuk penggunaan, pada saat yang tepat dan jangka waktu terapi sesuai anjuran akan memberikan efek yang baik. Jangan membuang label ataupun bagian kemasan yang memberikan informasi mengenai penggunaan obat tersebut agar tidak terjadi kesalahan bila menggunakan obat itu kembali. Apabila merasa obat yang sedang digunakan tidak memberikan efek yang diinginkan setelah jangka waktu penggunaan yang dianjurkan, maka segeralah untuk berkonsultasi dengan dokter atau tenaga kesehatan lainnya. (BPOM, 2014)

Peran TTK dalam Swamedikasi

Menurut Peraturan Pemerintah R I no.51 Tahun 2009 tentang pekerjaan kefarmasian. Tenaga Teknis Kefarmasian adalah tenaga yang membantu apoteker dalam menjalani pekerjaan kefarmasian. Terdiri dari : Sarjana Farmasi, Ahli Madya Farmasi, Analis Farmasi dan Tenaga menengah Farmasi atau Asisten Apoteker. Tugas TTK adalah melayani resep dokter sesuai dengan tanggung jawab dan standar profesinya yang dilandasi pada kepentingan masyarakat serta melayani penjualan obat yang dapat dibeli tanpa resep dokter atau swamedikasi.(Permenkes, 2014)

Peran tenaga kefarmasian didalam swamedikasi sangatlah penting yaitu tidak hanya sekedar menjual obat tetapi harus mampu berperan klinis dengan memberikan asuhan kefarmasian (pharmaceutical care), salah satunya dengan cara menjelaskan tentang informasi kepada pasien mengenai obat yang akan mereka konsumsi dengan kemampuannya yang dapat menggali informasi seperti : Untuk siapa obatnya, keluhan/symptom, berapa lama keluhan timbul, apakah ada penyakit lain, apakah sedang hamil, tindakan untuk meredakan keluhan dan apakah ada obat lain yang sedang diminum.



Jenis obat yang digunakan dalam swamedikasi meliputi: Obat Bebas, Obat Bebas Terbatas, dan OWA (Obat Wajib Apotek). Penggunaan obat bebas dan obat bebas terbatas, yang sesuai dengan aturan dan kondisi penderita akan mendukung penggunaan obat yang rasional. (Mediastini E, 2019)

Vitamin merupakan obat yang termasuk kedalam golongan obat bebas yang sering digunakan untuk memperkuat sistem imun, terutama untuk masa pandemi ini masyarakat banyak membeli dan mengonsumsi vitamin dengan alasan untuk memperkuat sistem imun sehingga bisa terhindar dari infeksi virus corona yang telah menginfeksi ratusan ribu orang di seluruh dunia. Memperkuat sistem imun tubuh merupakan salah satu cara yang bisa dilakukan untuk menangkal penularan virus ini. Tidak hanya virus Corona, sistem imun tubuh yang kuat juga dapat melindungi tubuh dari berbagai penyakit lainnya. Untuk mencegah infeksi virus Corona, juga dapat mempertimbangkan konsumsi suplemen yang dapat memperkuat daya tahan tubuh. Kandungan vitamin dan mineral dalam suplemen, seperti vitamin C (sodium ascorbate), vitamin B3 (nicotinamide), vitamin B5 (dexpantenol), vitamin B6 (pyridoxine hcl), vitamin E (alpha tocopheryl), zinc picolinate, dan sodium selenite, dapat meningkatkan kinerja sistem imun dalam melawan infeksi yang disebabkan oleh virus maupun bakteri, termasuk infeksi virus Corona. Di sisi lain, vitamin B3, B5, dan B6 dapat memperbaiki sel-sel tubuh yang rusak akibat sakit. Sebagian masyarakat beranggapan bahwa suplemen bisa mencegah virus Corona hal ini tidak sepenuhnya benar. Suplemen memang bisa memberikan asupan nutrisi yang dibutuhkan untuk menunjang kesehatan dan daya tahan tubuh. Namun, ini tidak serta-merta bisa mencegah penularan virus secara langsung. (Triana, 2006)

Pada saat mengonsumsi vitamin harus memastikan penggunaannya sesuai anjuran dokter, apalagi jika sedang hamil atau menderita penyakit tertentu. Vitamin juga bisa menyebabkan efek samping jika dikonsumsi secara berlebihan. Penggunaan obat di sarana kesehatan umumnya belum rasional. Penggunaan obat yang tidak tepat ini di antaranya adalah akibat swamedikasi yang tidak tepat. Dalam penggunaan obat bebas dan obat bebas terbatas, termasuk vitamin Selain Apoteker, Tenaga Teknis Kefarmasian juga memiliki dua



peran yang sangat penting, yaitu menyediakan produk obat yang sudah terbukti keamanan, khasiat dan kualitasnya serta memberikan informasi yang dibutuhkan atau melakukan konseling kepada pasien dan keluarganya, agar obat digunakan secara aman, tepat dan rasional sehingga pasien mendapatkan pengobatan yang efektif dan aman. (Triana, 2006)

Metode

Rincian 1

Untuk dapat meningkatkan pemahaman para Tenaga Teknis Kefarmasian dalam memberikan swamedikasi vitamin sebagai penguat sistem imun di masa pandemic Covid 19 maka dilakukan Pengabdian masyarakat dengan mengadakan webinar Online tentang materi pemberian Vitamin dan penggolongannya serta karakteristik vitamin, juga mengingatkan kembali tentang dosis, indikasi, efek samping dan bahaya penggunaan vitamin jika digunakan berlebihan. Selain itu diberikan video contoh untuk Pemberian Informasi Obat Vitamin untuk membantu pemahaman teknis TTK dalam bekerja memberikan Pelayanan Informasi Obat kepada pasien/masyarakat.

Metode pelaksanaan kegiatan Pengabdian Masyarakat ini dilakukan dengan beberapa tahapan dimana yang terlibat adalah dosen Fakultas Farmasi Universitas Bhakti Kencana dibantu oleh mahasiswa prodi D3 Farmasi dan objek pelaksanaan pengabdian Masyarakat yaitu Tenaga Teknis Kefarmasian yang berdomisili di Kota Bandung dan terdaftar sebagai anggota PAFI (Persatuan Ahli Farmasi Indonesia).

Kegiatan ini dilakukan dengan tahapan pelaksanaan sebagai berikut:

1. Membuat poster pengumuman webinar dengan tema Optimalisasi Peran TTK dalam swamedikasi vitamin di masa pandemic COVID 19 yang dilaksanakan di PAFI Kota Bandung.
2. Pembuatan Video PIO tentang penggunaan Vitamin oleh mahasiswa dan dosen yang terlibat.
3. Memberikan materi lewat webinar yang sebelumnya di informasikan lewat Pengurus PAFI ke anggotanya di kota Bandung. Materi yang diberikan adalah tentang



pengetahuan Vitamin mengenai golongan vitamin, karakteristiknya, indikasi, efek samping, dosis yang dibutuhkan oleh tubuh.

4. Pelatihan PIO dengan pemutaran video edukasi cara swamedikasi Vitamin .
5. Untuk mengetahui pemahaman peserta dilakukan pengisian kuis sebelum dan setelah diberikan materi.

Dari kegiatan tersebut diharapkan meningkatnya pengetahuan TTK tentang vitamin dan kegunaannya di masyarakat sebagai penguat sistem imun agar terhindar dari infeksi Corona dan Mikroorganisme lainnya, sehingga pasien dan masyarakat akan mendapatkan informasi yang benar tentang kegunaan Vitamin sehingga masyarakat dapat mengonsumsi vitamin dengan bijak, tidak berlebihan sehingga malah menimbulkan efek yang tidak diharapkan.

Untuk menjaga agar program terus berlanjut maka pemberian PIO sebagai proses swamedikasi vitamin ke pasien dan masyarakat sebaiknya dibuat SOP dan diterapkan di tempat-tempat pelayanan seperti apotek, klinik dan Rumah sakit.

Evaluasi dilakukan dengan membuat kuesioner berkala yang berisi pertanyaan tentang sudah pahamkah pasien dan masyarakat terhadap cara penggunaan vitamin yang baik dan benar sesuai dengan yang diharapkan, sehingga bisa meningkatkan sistem imun tubuh.

Hasil dan Diskusi

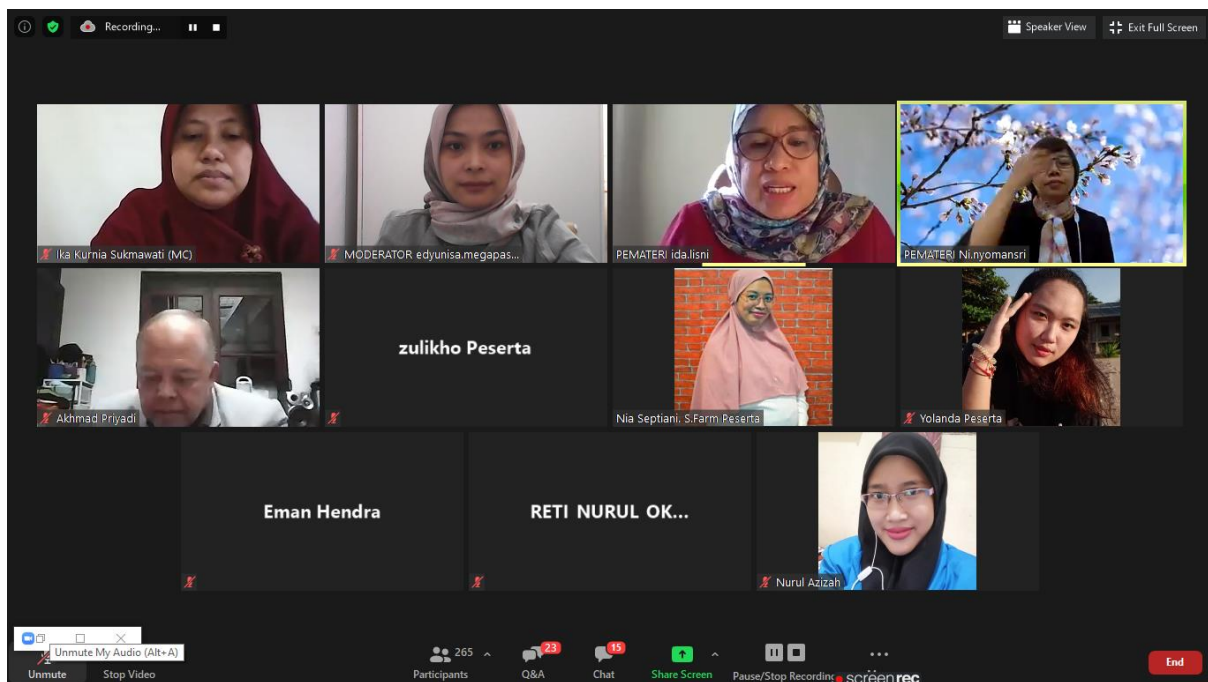
Rincian 1

Berdasarkan informatorium obat COVID-19 di Indonesia yang diterbitkan oleh Badan Pengawas Obat dan Makanan RI, terdapat 2 jenis vitamin yang masuk dalam daftar obat untuk pasien COVID-19, yaitu asam askorbat (vitamin C) dan alfa tokoferol asetat (vitamin E)¹. Oleh karena itu Tenaga Teknik Kefarmasian yang merupakan sumber informasi Obat di apotek atau pun toko obat memerlukan pemahaman yang baik dan benar dalam memahami fungsi Vitamin sebagai penguat sistem imun dalam rangka memutus rantai penyebaran covid-19. (BPOM, 2020)



Webinar ini dilaksanakan atas kerja sama dengan organisasi Profesi PAFI yang mewadahi Tenaga Teknis Kefarmasian khususnya di Profinsi Jawa Barat. Tenaga teknis kefarmasian sangat membutuhkan informasi dan update pengetahuan salah satunya mengenai pentingnya swamedikasi vitamin terhadap pasien untuk memperkuat system imun di masa pandemic covid ini. Hal ini dibuktikan dengan banyaknya pendaftar webinar ke link panitia ketika pengumuman poster di share. Jumlah Pendaftar kurang lebih 700 orang. Walaupun targetnya adalah para Tenaga Teknis Kefarmasian di Jawa Barat tetapi para pendaftar banyak yang dari luar jawa barat seperti dari aceh, lampung, jawa tengah, jawa timur dll.

Pelaksanaan Webinar dilakukan secara Online lewat video convrence yaitu Zoom dengan kapasitas 500 orang, hal ini sangat efektif di masa pandemic covid dikarenakan para peserta bisa mengikuti acara tersebut dari rumah atau dari tempat kerja. Hal inilah yang diharapkan sehingga walaupun tetap dirumah tetapi para peserta bisa melakukan update keilmuan. Webinar pertama dilaksanakan pada tanggal 19 september 2020 dimana materi yang diberikan adalah tentang vitamin dan swamedikasi yaitu oleh apt Dra. Ida Lisni M.Si dan apt. Ni Nyoman Sri Mas Hartini MAB. Dan pelaksanaan webinar kedua pada tanggal 26 september 2020 oleh apt. Ika Kurnia Sukmawati M.Si dengan apt. Drs Ahmad Priyadi MM dengan materi yang sama. Para peserta sangat antusias menyimak sehingga banyak sekali pertanyaan yag diajukan kepada pemateri pada saat acara. Selain pemberian materi, juga dilaksanakan pemutaran video tentang swamedikasi vitamin yang memberikan contoh bagaimana swamedikasi dilakukan oleh para TTK kepada pasien di toko obat ataupun di apotek. Video tersebut berdurasi kurang lebih 3 menit yang diperankan oleh mahasiswa prodi Diploma 3 Farmasi Fakultas Farmasi Universitas Bhakti Kencana yang memerankan TTK sedang bekerja diapotek didatangi oleh pasien yang ingin mencari vitamin untuk meningkatkan system imun. Kemudian TTK tersebut memberikan pilihan vitamin dan menjelaskan tentang fugsi vitamin tersebut terutama vitamin C.



Gambar 1. Pelaksanaan webinar

Untuk mengukur pemahaman tentang swamedikasi dan vitamin dilaksanakan pretes dan postes, dan pretest. Dari table 1 menunjukkan adanya peningkatan pemahaman dari para peserta tentang materi swamedikasi dan vitamin.

No	Nilai	Pre tes (orang)	Pos tes (orang)
1	100	130	172
2	90	59	48
3	80	45	19
4	70	36	9
5	60	24	1
6	50	4	1



Total	298	250
-------	-----	-----

Tabel 1. Hasil Nilai Pre tes dan Pos tes Peserta Webinar

Hasil peningkatan pemahaman para peserta dapat terlihat dari meningkatnya jumlah peserta yang mendapatkan nilai 100, dan tidak adanya lagi peserta yang mendapat nilai 50 dan 60 untuk hasil pos test, walaupun peserta yang mendapatkan nilai 70 sd 90 masih lebih banyak di pretest. Meningkatnya pemahaman TTK tentang materi swamedikasi dan vitamin inilah yang diharapkan sehingga para TTK bisa mengaplikasikannya di tempat kerja kepada pasien, dan pasien akan mendapatkan Informasi yang benar tentang penggunaan vitamin, sehingga bisa bijak menggunakan vitamin di masa pandemi covid ini. Peserta Webinar yang hadir mengisi persensi dan mengerjakan pretest dan postes mendapatkan e sertifikat dengan angka kredit 2 skp PAFI. Setelah pelaksanaan webinar ini terdapat grup telegram peserta webinar yang kedepannya akan tetap dikelola untuk memberikan informasi lain terkait dengan informasi Kegiatan kefarmasian.

Kesimpulan

Kegiatan Pengabdian Masyarakat melalui Webinar dan pemutaran Video swamedikasi vitamin ini dapat meningkatkan pemahaman pada Tenaga Teknis Kefarmasian dalam memberikan swamedikasi vitamin sebagai penguat sistim imun di masa pandemic Covid 19.

Ucapan Terimakasih

Terimakasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas Bhakti Kencana yang telah memberikan pendanaan sehingga kegiatan ini bias berjalan dengan lancar, dan kepada Persatuan Ahli farmasi Indonesia (PAFI) yang telah bersedia menjadi mitra pengabdian masyarakat.

Daftar Pustaka

- Djunarko, I & Hendrawati, Y., 2011, Swamedikasi yang Baik dan Benar. Yogyakarta: Citra Aji Parama
- Tjay, T.H., dan Rahardja, K.. (2010). Obat-Obat Penting, Elex Media Komputindo, Jakarta



WHO. 1998. The World Health Organization Quality of Life Assesment (WHOQOL): Development and General Psychometric Properties. Soc. Sci. Med Vol. 46, No 12, pp 1569-1585. Great Britain

Vivi Triana (2006) MACAM-MACAM VITAMIN DAN FUNGSINYA DALAM TUBUH MANUSIA, Jurnal Kesehatan Masyarakat, , I (1)

BPOM (2014).MENUJU SWAMEDIKASI YANG AMAN, Badan Pengawas Obat dan Makanan Republik Indonesia, InfoPOM - Vol. 15 No. 1.

<https://www.pom.go.id/new/view/more/berita/18186/Peluncuran-Publikasi-di-Bidang-Obat-Untuk-Penanggulangan-Covid-19.html>

Esti Mediastini, 2019. GAMBARAN PENGETAHUAN TENAGA TEKNIK KEFARMASIAN TENTANG PENGOBATAN INFLUENZA SECARA SWAMEDIKASI BERDASARKAN TEMPAT BEKERJA, Jurnal Farmasetis Volume 8 No 1, Mei 2019, STIKES KENDAL Hal 1 - 8

Peraturan Mentreri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 35 Tahun 2014 TENTANG STANDAR PELAYANAN KEFARMASIAN DI APOTEK