

Jurnal Pengabdian Masyarakat Putri Hijau	Vol. 6 No. 3	Edition: Juni 2026 – September 2026
	<a href="http://ejournal.delihusada.ac.id/index.php/JMPH">http://ejournal.delihusada.ac.id/index.php/JMPH</a>	
Received : 18 Juni 2026	Revised: 20 Juni 2026	Accepted: 23 Juni 2026

## **STOP SELF-MEDICATION SEMBARANGAN: BIJAK MENGGUNAKAN OBAT SEJAK REMAJA**

**Putri Anggita<sup>1</sup>, Masria Phetheresia Sianipar<sup>2</sup>, Nurul Dahlia Harahap<sup>3</sup>, Nina Irmayani Harahap<sup>4</sup>, Elysa<sup>5</sup>**

Institut Kesehatan Deli Husada Deli Tua

Email: [putrianggita2311@gmail.com](mailto:putrianggita2311@gmail.com) , [masriasianipar3@gmail.com](mailto:masriasianipar3@gmail.com) ,  
[nurulharahap291@gmail.com](mailto:nurulharahap291@gmail.com) , [nina@delihusada.ac.id](mailto:nina@delihusada.ac.id) , [elysa.anggara@gmail.com](mailto:elysa.anggara@gmail.com)

### ***Abstract***

*Irrational self-medication, including the misuse of antibiotics and corticosteroids, is a serious health problem among adolescents that may lead to antimicrobial resistance, adverse effects, and delayed diagnosis. A Community Service Program (PKM) titled “Stop Self-Medication Sembarangan: Bijak Menggunakan Obat Sejak Remaja” was carried out by pharmacy professional students of Deli Husada Health Institute on May 23, 2026, at SMA ISTIQLAL Deli Tua. The program aimed to improve health literacy among Grade 11 students regarding rational drug use, the risks of unprescribed antibiotic and corticosteroid use, and the role of pharmacists. An interactive school-based counseling method was used with leaflets, brochures, and educational videos, accompanied by pre-test and post-test evaluations. The activity was attended by 70 students with high enthusiasm. Evaluation results showed a significant improvement in knowledge, from an average pre-test score of 30% to a post-test score of 90%. A total of 10 questions were raised during the discussion session, with a 100% participation rate. In conclusion, school-based health education is effective in improving adolescent health literacy, and pharmacists play a key role as agents of change in fostering rational medication behavior among youth.*

**Keywords:** *self-medication, adolescents, pharmacist, rational drug education, corticosteroid*

## **I. PENDAHULUAN**

Swamedikasi atau pengobatan mandiri banyak dilakukan masyarakat untuk mengatasi keluhan kesehatan ringan. Namun, praktik yang tidak tepat dapat menimbulkan berbagai risiko serius seperti efek samping obat, reaksi alergi, toksisitas, hingga tertundanya diagnosis penyakit yang membutuhkan penanganan medis lebih lanjut. Salah satu bahaya terbesar adalah penggunaan antibiotik secara sembarangan yang berkontribusi langsung terhadap meningkatnya resistensi antimikroba. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) telah menyatakan bahwa resistensi antibiotik merupakan ancaman kesehatan global karena dapat menyebabkan kegagalan terapi infeksi serta meningkatkan angka kesakitan dan kematian. (Gashaw et al., 2025).

Di Indonesia, perilaku pengobatan mandiri, khususnya penggunaan antibiotik tanpa resep, masih sangat tinggi. Sebuah penelitian di Medan menemukan bahwa 65,09% responden membeli antibiotik untuk diri sendiri tanpa konsultasi dengan tenaga kesehatan, dengan amoksisilin sebagai jenis antibiotik yang paling sering dibeli dari apotek. Fenomena serupa juga terjadi di lingkungan akademik, di mana ditemukan hubungan langsung antara swamedikasi antibiotik dengan peningkatan risiko resistensi bakteri. Hal ini menunjukkan masih adanya kesenjangan literasi kesehatan masyarakat Indonesia terkait penggunaan obat yang rasional dan aman. (Sianturi et al., 2021)

Generasi muda, terutama remaja SMA, cenderung menginginkan cara cepat dalam mengatasi keluhan kesehatan seperti nyeri kepala, nyeri otot, atau demam ringan. Alih-alih menggunakan analgesik lini pertama seperti parasetamol atau ibuprofen, banyak remaja justru memilih kortikosteroid (misalnya deksametason) karena dianggap lebih kuat dan bekerja lebih cepat, tanpa menyadari bahwa obat tersebut termasuk golongan obat keras yang seharusnya hanya diperoleh dengan resep dokter. Penggunaan kortikosteroid jangka panjang tanpa indikasi tepat dapat memicu dampak serius pada tubuh remaja yang masih dalam masa tumbuh kembang, seperti supresi aksis HPA, penurunan imunitas, osteoporosis, hiperglikemia, hingga sindrom Cushing. Penelitian menunjukkan lebih dari 50% responden berusia 17–25 tahun menggunakan analgesik secara tidak rasional, dan rentang usia ini mencakup siswa SMA. (Budiawan & Lagaga, 2023)

Kemudahan akses terhadap obat-obatan keras di apotek tanpa pengawasan ketat memperparah kondisi ini. Oleh karena itu, diperlukan langkah promosi kesehatan yang efektif untuk memperkuat pengetahuan dan kesadaran remaja tentang penggunaan obat yang rasional dan aman. Dalam konteks ini, profesi apoteker memiliki peran strategis tidak hanya sebagai penyedia obat tetapi juga sebagai konselor kesehatan dan pendidik masyarakat. Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) dengan judul “Stop Self-Medication Sembarangan: Bijak Menggunakan Obat Sejak Remaja” menjadi upaya strategis berbasis komunitas untuk menanamkan pemahaman tentang hierarki penggunaan obat sejak dini, terutama pada siswa SMA sebagai kelompok paling rentan terhadap perilaku swamedikasi yang tidak tepat.

## **II. METODE**

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) ini dilaksanakan melalui serangkaian tahapan yang sistematis. Langkah pertama adalah menetapkan tujuan pelaksanaan penyuluhan secara jelas, kemudian menentukan sasaran materi yang akan disampaikan kepada siswa.

Setelah itu, tim penyusun menyiapkan materi penyuluhan dan memilih metode penyampaian yang paling tepat agar pesan dapat diterima dengan baik oleh audiens.

Sebelum pelaksanaan, tim melakukan survei awal untuk mengidentifikasi kondisi lokasi kegiatan. Survei ini bertujuan menilai lingkungan sekolah, termasuk ketersediaan fasilitas pendukung serta tingkat kesesuaian lokasi dengan tema penyuluhan. Berdasarkan hasil survei, ditetapkan bahwa lokasi pelaksanaan adalah SMA ISTIQLAL Deli Tua, dan tim mempersiapkan berbagai kebutuhan seperti fasilitas, undangan, penyusunan materi, serta kesepakatan waktu pelaksanaan dengan pihak sekolah.

Kegiatan dilaksanakan pada hari Sabtu, 23 Mei 2026, bertempat di SMA ISTIQLAL Deli Tua, dengan peserta sebanyak 70 siswa kelas XI. Metode yang digunakan adalah penyuluhan kesehatan masyarakat secara interaktif, meliputi pemberian materi singkat, diskusi kelompok, dan simulasi penggunaan obat yang benar. Penyuluhan disampaikan oleh mahasiswa apoteker yang didukung oleh dosen pembimbing.

Evaluasi dilakukan melalui pre-test sebelum penyuluhan dan post-test setelah penyuluhan, untuk mengukur peningkatan pengetahuan peserta secara kuantitatif. Media edukasi yang digunakan meliputi leaflet, brosur, dan video edukasi. Susunan acara mencakup pembukaan, doa, sambutan, penyampaian materi, ice breaking, sesi tanya jawab, pemberian cinderamata, dan penutupan.

### III. HASIL

Kegiatan PKM “Stop Self-Medication Sembarangan” telah dilaksanakan pada Sabtu, 23 Mei 2026 di SMA ISTIQLAL Deli Tua dan dihadiri oleh 70 siswa kelas XI. Seluruh peserta hadir dan mengikuti rangkaian kegiatan dari awal hingga akhir, mencerminkan tingkat partisipasi 100%.

Sebelum penyuluhan dimulai, seluruh peserta mengerjakan pre-test untuk mengukur pengetahuan awal. Hasil pre-test menunjukkan rata-rata pengetahuan peserta sangat rendah, yakni 30%, mengindikasikan bahwa sebagian besar siswa belum memiliki pemahaman yang memadai mengenai penggunaan obat rasional, bahaya antibiotik dan kortikosteroid tanpa resep, serta peran apoteker. Setelah penyuluhan interaktif dilakukan, peserta mengerjakan post-test dan hasilnya menunjukkan peningkatan signifikan dengan rata-rata 90%.

**Tabel 1. Hasil Evaluasi Pre-Test dan Post-Test Peserta PKM**

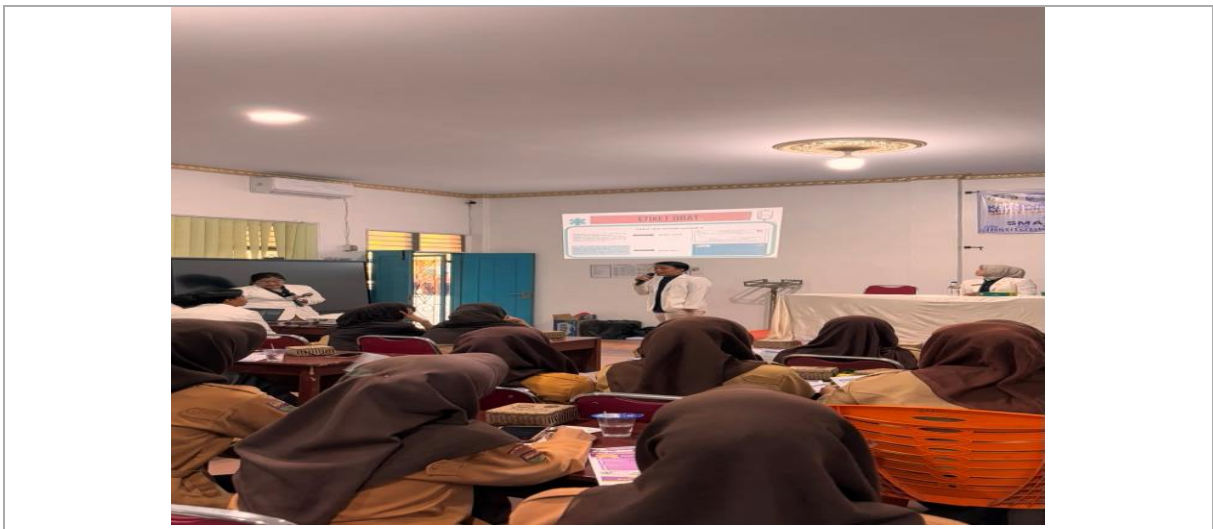
<b>Parameter Penilaian</b>	<b>Pre-Test (%)</b>	<b>Post-Test (%)</b>
Pengetahuan tentang penggunaan antibiotik yang rasional	30%	90%
Pemahaman bahaya swamedikasi kortikosteroid tanpa resep	30%	90%
Pengetahuan peran apoteker dalam pelayanan kesehatan	30%	90%
Pengenalan klasifikasi golongan obat	30%	90%
Rata-rata Keseluruhan	30%	90%

*Sumber: Data primer kegiatan PKM, 23 Mei 2026*

Selama sesi tanya jawab, antusiasme peserta sangat tinggi. Tercatat sebanyak 10 pertanyaan aktif diajukan oleh peserta, antara lain:

- “Apa saja jenjang pendidikan untuk menjadi apoteker?”
- “Apakah apoteker bisa bekerja di industri selain apotek?”
- “Bagaimana cara membedakan obat bebas dan obat keras di apotek?”
- “Apa bahaya mengonsumsi deksametason tanpa resep dokter untuk nyeri?”
- “Apakah antibiotik boleh dihentikan sebelum habis jika sudah merasa sembuh?”

Peserta juga aktif dalam diskusi kelompok dan ice breaking. Leaflet yang dibagikan kepada seluruh peserta mendapat respons positif dan banyak disimpan sebagai referensi. Tingkat partisipasi aktif selama kegiatan (mengerjakan pre-test/post-test, mengikuti diskusi, dan mengajukan pertanyaan) tercatat mencapai 100% dari 70 peserta.



**Gambar 1. Penyampaian Materi Penyuluhan**



**Gambar 2. Sesi Tanya Jawab**



**Gambar 4. Foto Bersama Peserta dan Tim PKM**

#### **IV. PEMBAHASAN**

Hasil penyuluhan menunjukkan bahwa sebagian besar siswa kelas XI SMA ISTIQLAL Deli Tua belum memiliki pengetahuan yang memadai mengenai penggunaan obat secara rasional sebelum kegiatan dilaksanakan, yang tercermin dari rata-rata pre-test hanya 30%. Temuan ini sejalan dengan penelitian Sianturi et al. (2021) yang menunjukkan rendahnya tingkat pengetahuan masyarakat terkait penggunaan antibiotik tanpa resep, di mana sebagian besar responden tidak mengetahui risiko resistensi antibiotik akibat swamedikasi yang tidak tepat.

Setelah penyuluhan dilakukan, terjadi peningkatan pengetahuan yang signifikan dengan rata-rata post-test mencapai 90%. Peningkatan ini menunjukkan efektivitas metode penyuluhan interaktif berbasis sekolah yang digunakan dalam kegiatan ini. Hasil ini konsisten dengan temuan Budiawan & Lagaga (2023) yang menegaskan bahwa intervensi edukasi terstruktur mampu meningkatkan pemahaman masyarakat terkait bahaya penggunaan kortikosteroid secara tidak rasional secara bermakna.

Antusiasme peserta yang tinggi selama kegiatan, yang tercermin dari 10 pertanyaan aktif yang diajukan saat sesi diskusi, mengindikasikan bahwa tema yang diangkat sangat relevan dengan keseharian siswa. Pertanyaan-pertanyaan peserta seputar jenjang profesi apoteker, cara membedakan golongan obat, dan bahaya penggunaan antibiotik tanpa resep, menunjukkan adanya keingintahuan yang besar yang sebelumnya tidak terfasilitasi oleh edukasi formal di sekolah. Hal ini mendukung pentingnya pendekatan edukasi berbasis sekolah sebagai strategi promosi kesehatan yang efektif, sebagaimana juga dinyatakan oleh Fitrya et al. (2021) dalam program sosialisasi DAGUSIBU di komunitas.

Tingkat partisipasi 100% dari 70 peserta yang hadir menunjukkan bahwa program PKM berbasis komunitas sekolah mendapat sambutan yang sangat baik. Penggunaan media leaflet, brosur, dan video edukasi terbukti membantu peserta memahami materi yang disampaikan. Peran mahasiswa apoteker sebagai penyuluh juga memberikan nilai tambah, karena peserta dapat berinteraksi langsung dengan calon tenaga kesehatan dan memperoleh gambaran nyata tentang peran apoteker dalam pelayanan kesehatan masyarakat, sebagaimana yang

diamanatkan dalam Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 73 Tahun 2016 tentang Standar Pelayanan Kefarmasian di Apotek.

## **V. KESIMPULAN**

Kegiatan PKM “Stop Self-Medication Sembarangan” berhasil meningkatkan pemahaman siswa SMA ISTIQLAL Deli Tua mengenai penggunaan obat rasional, bahaya penggunaan antibiotik dan kortikosteroid tanpa resep, serta peran apoteker dalam pelayanan kesehatan. Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan pengetahuan yang signifikan dari rata-rata pre-test 30% menjadi post-test 90% pada 70 peserta yang hadir. Antusiasme peserta selama diskusi dan tingkat partisipasi 100% menunjukkan bahwa edukasi kesehatan berbasis sekolah efektif dalam meningkatkan literasi kesehatan remaja dan menjadi strategi yang tepat untuk membentuk perilaku penggunaan obat yang rasional dan bertanggung jawab sejak dini.

## **SARAN**

### **Bagi Tim Pelaksana PKM**

- Meningkatkan interaktivitas dalam penyuluhan dengan menambahkan game berbasis edukasi atau kuis berhadiah agar siswa lebih antusias.
- Mendokumentasikan kegiatan secara lengkap (foto, video, artikel) sebagai bahan publikasi dan laporan pertanggungjawaban.
- Menyusun modul atau buku saku tentang “Panduan Bijak Swamedikasi untuk Remaja” yang dapat dibagikan kepada peserta.

### **Bagi Pihak Sekolah (SMA ISTIQLAL Deli Tua)**

- Mengintegrasikan materi swamedikasi rasional ke dalam kurikulum muatan lokal atau kegiatan PMR/UKS.
- Membentuk “Duta Obat Remaja” yang bertugas menyebarkan informasi tentang penggunaan obat yang aman kepada teman sebaya.
- Menyediakan pojok konsultasi obat bekerja sama dengan apoteker terdekat secara berkala.

### **Bagi Institusi Pendidikan**

- Menjadikan PKM ini sebagai program berkelanjutan (tahunan) dengan sasaran sekolah yang berbeda di wilayah Deli Tua dan sekitarnya.
- Mengembangkan metode edukasi berbasis digital seperti video animasi, infografis media sosial, atau podcast kesehatan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ahmed, I., King, R., Akter, S., Akter, R., & Aggarwal, V. R. (2023). Determinants of antibiotic self-medication: A systematic review and meta-analysis. *Research in Social and Administrative Pharmacy*, 19(7), 1007–1017.
- Budiawan, E., & Lagaga, A. P. (2023). Peningkatan Pengetahuan Masyarakat Terkait Bahaya Penggunaan Kortikosteroid yang Tidak Rasional. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(1), 17–22.
- Depkes RI. (2007). *Pedoman Penggunaan Obat Bebas dan Bebas Terbatas*.
- Fitrya, Khakim, M. Y. N., & Putra, A. P. (2021). Pembinaan Swamedikasi Yang Baik Dan Benar Pada Masyarakat Melalui Sosialisasi Program “Dagusibu” Di Desa Inderalaya Mulya. *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA*, 4(1).
- Gashaw, T., Yadeta, T. A., Weldegebreal, F., Demissie, L., & Jambo, A. (2025). The global prevalence of antibiotic self-medication among the adult population: systematic review and meta-analysis. *Systematic Reviews*, 14(49), 1–19.
- Muharni, S., Aryani, F., & Mizanni, M. (2015). Gambaran Tenaga Kefarmasian dalam Memberikan Informasi Kepada Pelaku Swamedikasi di Apotek-apotek Kecamatan Tampan, Pekanbaru. *Jurnal Sains Farmasi & Klinis*, 2(1), 47–53.
- Permenkes. (2016). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 73 Tahun 2016 tentang Standar Pelayanan Kefarmasian di Apotek.
- Permenkes. (2017). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 9 Tahun 2017 tentang Apotek.
- Sianturi, M. O., Erina, H., & Ompusunggu, S. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Antibiotik dengan Sikap dan Tindakan Penggunaan Antibiotik Tanpa Resep pada Mahasiswa/i Universitas HKBP Nommensen Medan. *Jurnal Ilmiah*, 38–42.