



PENINGKATAN FUNGSI KESEHATAN LANSIA MELALUI PEMBEKALAN SIGAP OBAT (SIAP GUNAKAN DAN ANTISIPASI PEMAKAIAN OBAT) PADA SELANTANG

¹Lindawati Setyaningrum*, ¹Sholihatil Hidayati

¹Program Studi Sarjana Farmasi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas dr. Soebandi

*email corresponding: linda.w.setyaningrum@uds.ac.id

Received : **08-01-2025** Revised : **22-01-2025** Accepted : **28-01-2025**

Keywords:

Counselling, Drug SIGAP, Elderly, Risk Anticipation, Use

ABSTRACT *Elderly individuals often experience difficulty in medication management, which has the potential to reduce their quality of life. Monitoring drug use and anticipating potential risks is very important in maintaining the healthy function of the elderly. Therefore, health promotion education regarding the "use and anticipation of risks" of effective medication aims to increase public awareness and prevent health problems resulting from drug abuse. The methods used include Group Counseling, Practical Demonstration, and One-on-One Approach. Results achieved include increased understanding, awareness of the risks associated with drug use, and changes in drug use behavior. By applying these various methods, education about the appropriate use of drugs and the potential risks of using drugs has succeeded in increasing public knowledge and awareness regarding how to use drugs safely and can increase patient compliance with treatment, and ultimately improve people's quality of life.*

PENDAHULUAN

Pada era modern sekarang, sudah banyak Masyarakat yang mulai peduli dalam menjaga kualitas hidup sehat dengan cara menerapkan pola makan sehat, berolahraga, mengelola stres, dan kebiasaan hidup sehat lainnya. Kesadaran akan peningkatan fungsi Kesehatan terutama banyak ditemui pada kalangan lanjut usia. Peningkatan fungsi kesehatan lansia merupakan aspek yang sangat penting dalam konteks kesehatan masyarakat, seiring dengan bertambahnya usia harapan hidup di banyak negara, termasuk Indonesia. Menurut data dari Badan Pusat Statistik (BPS), jumlah penduduk usia lansia (60 tahun ke atas) di Indonesia terus meningkat, dan diperkirakan akan mencapai 25% dari total populasi pada tahun 2050 (BPS, 2020). Peningkatan jumlah lansia ini memunculkan tantangan besar dalam penyediaan layanan kesehatan yang mampu menjaga kualitas hidup mereka.

Fungsi kesehatan lansia tidak hanya mencakup kondisi fisik, tetapi juga aspek mental dan sosial. Seiring dengan penuaan, lansia menghadapi penurunan fungsi fisik yang dapat mencakup masalah seperti penurunan mobilitas, kekuatan otot, dan keseimbangan, serta peningkatan risiko penyakit kronis seperti hipertensi, diabetes, dan gangguan jantung (World Health Organization [WHO], 2015). Untuk mengelola kondisi-kondisi ini, sebagian besar lansia membutuhkan penggunaan obat-obatan dalam jangka panjang. Namun, penggunaan obat pada lansia sering kali menimbulkan risiko tertentu yang dapat memengaruhi fungsi kesehatan mereka, termasuk interaksi obat yang merugikan, efek samping, dan penurunan fungsi organ

tubuh, khususnya ginjal dan hati yang cenderung lebih rentan pada usia lanjut (Gladhaug, 2022).

Lansia sering kali mengonsumsi beberapa jenis obat dalam waktu bersamaan, yang dikenal dengan istilah polifarmasi. Polifarmasi ini dapat meningkatkan risiko efek samping obat, interaksi antar obat, serta mempengaruhi kepatuhan terhadap regimen pengobatan yang telah ditentukan. Penurunan fungsi ginjal yang terjadi seiring bertambahnya usia juga dapat mempengaruhi metabolisme obat, yang berarti bahwa lansia lebih rentan terhadap akumulasi obat dalam tubuh, sehingga berisiko menimbulkan efek toksik (Abas et al., 2022; Damluji et al., 2020). Oleh karena itu, penggunaan obat yang tidak tepat atau tidak terkelola dengan baik dapat memperburuk kualitas hidup lansia dan mempercepat penurunan fungsi kesehatannya.

Untuk itu, pemantauan penggunaan obat dan antisipasi terhadap potensi risiko sangat penting dalam menjaga fungsi kesehatan lansia. Pendekatan yang tepat dapat meningkatkan efektivitas terapi dan mengurangi potensi dampak negatif yang dapat timbul akibat penggunaan obat yang tidak sesuai atau tidak terkontrol dengan baik. Intervensi berupa pengelolaan obat yang melibatkan dokter, apoteker, dan keluarga sangat diperlukan untuk meminimalisir risiko dan memastikan bahwa obat yang digunakan sesuai dengan kondisi fisiologis lansia. Salah satu langkah utama untuk meningkatkan fungsi kesehatan lansia melalui penggunaan obat adalah dengan melakukan promosi Kesehatan yang ditekankan pada pemantauan dan antisipasi penggunaan obat (Marcum et al., 2017). Antisipasi terhadap potensi efek samping atau interaksi obat juga menjadi bagian penting dari strategi peningkatan fungsi kesehatan lansia (Hoel et al., 2021).

Oleh karena itu dilakukan upaya dalam peningkatan fungsi Kesehatan lansia pada kelompok selantang (sekolah lansia Tangguh) dengan melakukan penyuluhan promosi Kesehatan terkait dengan penggunaan dan antisipasi obat yang efektif untuk meningkatkan kesadaran masyarakat dan mencegah terjadinya masalah kesehatan akibat penyalahgunaan obat.

METODE

Penyuluhan tentang siap gunakan obat yang tepat dan antisipasi terhadap potensi risiko pemakaian obat (SIGAP) sangat penting, terutama dalam mengurangi masalah kesehatan yang disebabkan oleh penggunaan obat yang tidak tepat, seperti efek samping, interaksi obat, atau polifarmasi pada lansia. Metode penyuluhan yang efektif harus mampu meningkatkan pemahaman masyarakat tentang cara menggunakan obat dengan benar, serta pentingnya pengawasan dan konsultasi dengan tenaga kesehatan. Penyuluhan dilakukan di Sekolah Lansia Tangguh (Selantang) Jember berada di Perumahan Griya Mangli Indah Blok BE 01, Kecamatan Kaliwates, Kabupaten Jember. Berikut adalah langkah-langkah dan metode penyuluhan yang dapat diterapkan untuk penggunaan obat dan antisipasi dalam pemakaian obat.

1. Penyuluhan Kelompok (Group Counseling)

Deskripsi menurut Fulton Mm Fau - Allen and Allen (2005) : Penyuluhan kelompok dilakukan dengan mengumpulkan sekelompok orang untuk memberikan informasi secara langsung tentang penggunaan obat yang aman dan cara mencegah potensi risiko yang muncul dari penggunaan obat yang tidak tepat. Dalam penyuluhan ini, peserta dapat saling berbagi pengalaman dan bertanya tentang masalah yang mereka hadapi terkait penggunaan obat.

Langkah-langkah:

- 1) Mengidentifikasi kelompok sasaran
- 2) Menyiapkan materi penyuluhan yang jelas dan mudah dipahami, seperti cara membaca label obat, dosis yang tepat, jadwal pemakaian, serta tanda-tanda efek samping.
- 3) Menggunakan metode diskusi interaktif untuk memastikan partisipasi peserta.
- 4) Menyediakan proyektor dengan menjelaskan cara penggunaan obat yang benar.
- 5) Memberikan kesempatan untuk tanya jawab, sehingga peserta dapat memperoleh klarifikasi mengenai penggunaan obat yang benar.

2. Simulasi Penggunaan Obat yang Benar (Practical Demonstration)

Deskripsi (WHO, 2003): Simulasi penggunaan obat yang benar dilakukan dengan menunjukkan secara langsung cara yang tepat dalam mengonsumsi obat, seperti cara menggunakan obat dalam bentuk tablet, kapsul, cairan, atau inhalasi. Simulasi ini sangat efektif untuk meningkatkan pemahaman peserta, karena mereka dapat melihat langsung langkah-langkah yang benar.

Langkah-langkah:

- 1) Menyiapkan contoh obat-obatan yang sering digunakan, seperti obat tablet, sirup, atau salep.
- 2) Melakukan demonstrasi tentang cara yang benar dalam meminum obat, seperti mengonsumsi obat dengan air putih, atau menggunakan alat bantu seperti sendok takar untuk sirup.
- 3) Menunjukkan cara menyimpan obat dengan benar (misalnya, di tempat yang sejuk dan terhindar dari cahaya langsung).
- 4) Memberikan tips untuk mengingat jadwal pengobatan, seperti menggunakan aplikasi pengingat obat atau kalender medis.

3. Penyuluhan dengan Pendekatan One-on-One (Sesi Konsultasi Pribadi)

Deskripsi menurut McKee and Stuckler (2018) : Pendekatan satu per satu sangat efektif bagi individu yang membutuhkan perhatian khusus mengenai penggunaan obat atau yang memiliki kebutuhan medis tertentu. Konsultasi pribadi memungkinkan peserta untuk berbicara langsung dengan tenaga medis atau apoteker mengenai masalah penggunaan obat mereka dan memberikan saran yang lebih terperinci.

Langkah-langkah:

- 1) Menyiapkan sesi konsultasi pribadi di mana peserta dapat mengungkapkan kekhawatiran mereka mengenai obat yang mereka konsumsi.
- 2) Memastikan bahwa peserta mengetahui dosis, waktu, dan cara mengonsumsi obat dengan benar.
- 3) Memberikan informasi tentang kemungkinan interaksi obat yang perlu dihindari dan pentingnya memeriksakan diri secara berkala untuk mengontrol efek obat.
- 4) Mengedukasi peserta tentang cara membaca resep dan label obat, serta bagaimana membedakan obat yang berbeda.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penyuluhan mengenai penggunaan obat yang tepat dan antisipasi terhadap potensi risiko pemakaian obat dilakukan pada tanggal 12 Oktober 2024 di Perumahan Griya Mangli Indah Blok BE 01, Kecamatan Kaliwates, Kabupaten Jember, dihadiri oleh 20 peserta yang terdiri dari berbagai kalangan, mulai dari bapak dan ibu rumah tangga yang usia lanjut sebagai murid "Selantang". Kegiatan penyuluhan ini dilaksanakan dengan tujuan untuk memberikan pengetahuan kepada masyarakat mengenai cara penggunaan obat yang benar, serta

mengedukasi mereka tentang potensi risiko yang dapat timbul akibat kesalahan dalam pemakaian obat.

Berdasarkan hasil evaluasi yang dilakukan setelah kegiatan, ditemukan beberapa temuan yang signifikan:

1. Peningkatan Pemahaman Masyarakat:

Sebelum penyuluhan, sebagian besar peserta mengaku kurang memahami cara penggunaan obat yang benar, terutama terkait dengan dosis, waktu konsumsi, dan cara penyimpanan obat. Namun, setelah mengikuti penyuluhan, mayoritas peserta (85%) menyatakan bahwa mereka telah memperoleh pengetahuan baru mengenai hal tersebut, termasuk cara membaca label obat, pentingnya berkonsultasi dengan apoteker atau dokter, serta cara menghindari penggunaan obat yang tidak sesuai dengan anjuran.

2. Antisipasi Risiko Penggunaan Obat:

Sebagian besar peserta (78%) juga mengaku belum menyadari sepenuhnya potensi risiko yang dapat ditimbulkan oleh penggunaan obat yang tidak tepat, seperti interaksi obat, efek samping, dan overdosis. Setelah mengikuti penyuluhan, 90% peserta merasa lebih sadar akan risiko-risiko tersebut dan berjanji akan lebih berhati-hati dalam mengonsumsi obat. Selain itu, 82% peserta mengatakan mereka akan lebih sering berkonsultasi dengan tenaga medis sebelum mengonsumsi obat.

3. Perubahan Perilaku Penggunaan Obat:

Sebagian besar peserta (80%) menyatakan bahwa mereka akan mengubah perilaku mereka terkait penggunaan obat, seperti lebih cermat dalam membaca label obat, mengikuti dosis yang dianjurkan, dan tidak sembarangan membeli obat tanpa resep atau rekomendasi medis.

Penyuluhan yang dilakukan memberikan dampak positif yang signifikan terhadap pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai penggunaan obat yang tepat. Berdasarkan hasil yang diperoleh, beberapa faktor yang mendukung keberhasilan kegiatan ini antara lain:

1. Penyampaian Materi yang Sistematis dan Terstruktur

Materi penyuluhan disampaikan secara jelas dan terstruktur, dimulai dari pengenalan jenis-jenis obat, cara penggunaan yang benar, hingga potensi risiko yang mungkin timbul. Penyuluhan dengan pendekatan yang sistematis ini membantu peserta memahami konsep yang cukup kompleks, seperti interaksi obat dan efek samping, dengan lebih mudah.



Gambar 1. Penyuluhan dilakukan oleh pemateri

2. Peningkatan Kesadaran tentang Risiko Obat

Salah satu hasil yang menonjol adalah peningkatan kesadaran peserta tentang potensi risiko yang timbul akibat penggunaan obat yang tidak tepat. Masyarakat lebih sadar

akan pentingnya berkonsultasi dengan tenaga medis, baik dokter maupun apoteker, sebelum menggunakan obat. Hal ini selaras dengan temuan yang menyatakan bahwa edukasi tentang risiko obat dapat membantu mengurangi kejadian kesalahan penggunaan obat (Kementerian Kesehatan RI, 2020).

3. Penggunaan Simulasi dan Diskusi Interaktif

Penyuluhan yang disertai dengan diskusi interaktif dan simulasi penggunaan obat (seperti cara membaca label dan petunjuk dosis) membuat peserta lebih aktif dan terlibat dalam proses belajar. Hal ini meningkatkan pemahaman mereka secara praktis, sehingga lebih mudah diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Menurut studi yang dilakukan oleh Mahdavi and Esmaily (2021), pendekatan berbasis praktik lebih efektif dalam mengubah perilaku masyarakat terkait penggunaan obat.



Gambar 2. Pendekatan dengan diskusi secara langsung

4. Perubahan Perilaku yang Positif

Hasil yang menunjukkan 80% peserta berkomitmen untuk lebih berhati-hati dalam menggunakan obat merupakan bukti bahwa penyuluhan ini berhasil mendorong perubahan perilaku yang positif. Menurut Prahasto et al. (2019), pendidikan kesehatan yang rutin dan berbasis pada informasi yang dapat diterapkan sehari-hari dapat memengaruhi perilaku masyarakat, termasuk dalam hal penggunaan obat yang aman.



Gambar 3. Kepuasan dari para peserta yang telah hadir dengan senyum

Faktor Penghambat: Meskipun penyuluhan ini berhasil, masih ada beberapa hambatan yang ditemui, seperti ketidaktahuan peserta terhadap beberapa istilah medis yang digunakan. Hal ini menunjukkan perlunya pendekatan yang lebih sederhana dalam penyampaian materi di masa mendatang, agar dapat menjangkau lebih banyak lapisan masyarakat, terutama mereka yang kurang memiliki pengetahuan medis.

KESIMPULAN

Penyuluhan tentang penggunaan obat dan antisipasi dalam resikonya dapat berjalan efektif pada peserta Lansia (Selantang). Penyuluhan tentang penggunaan obat yang tepat dan potensi risiko pemakaian obat berhasil meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai cara penggunaan obat yang aman serta dapat meningkatkan kepatuhan pasien terhadap pengobatan, dan akhirnya meningkatkan kualitas hidup masyarakat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapakan terima kasih ditujukan kepada kepala Sekolah Lansia Tangguh (Selantang) Jember di Perumahan Griya Mangli Indah Blok BE 01, Kecamatan Kaliwates, Kabupaten Jember, tim penyuluh Kesehatan, dan Universitas dr. Soebandi yang memberikan fasilitas dalam melakukan penyuluhan untuk pengabdian Masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Abas, J., Capricho, Z. A., Golpeo, B., Idong, C. B., Macantan, J., Miranda, M. D., & Faller, E. (2022). Polpharmacy Among Geriatric Patients In Asean Countries: A Comparative Review. *Journal of Health Promotion and Service Management*, 1(2), 94-113.
- Badan Pusat Statistik (BPS). (2020). *Proyeksi Penduduk Indonesia 2020-2050*. Jakarta: Badan Pusat Statistik.
- Damluji, A. A., Forman, D. E., Van Diepen, S., Alexander, K. P., Page, R. L., Hummel, S. L., Menon, V., Katz, J. N., Albert, N. M., & Afilalo, J. (2020). Older adults in the cardiac intensive care unit: factoring geriatric syndromes in the management, prognosis, and process of care: a scientific statement from the American Heart Association. *Circulation*, 141(2), e6-e32.
- Fulton Mm Fau - Allen, E. R., & Allen, E. R. (2005). Polypharmacy in the elderly: a literature review. (1041-2972 (Print)).
- Gladhaug, A. F. (2022). Drug use and drug-related problems in nursing homes: prevalence, changes following medication review and variation between institutions. Drug use and medication review in nursing homes in Oslo.
- Hoel, R. W., Giddings Connolly, R. M., & Takahashi, P. Y. (2021). Polypharmacy Management in Older Patients. (1942-5546 (Electronic)).
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Pedoman penggunaan obat yang aman*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Mahdavi, H., & Esmaily, H. A.-O. (2021). Impact of educational intervention by community pharmacists on asthma clinical outcomes, quality of life and medication adherence: A systematic review and meta-analysis. (1365-2710 (Electronic)).
- Marcum, Z. A., Hanlon, J. T., & Murray, M. D. (2017). Improving Medication Adherence and Health Outcomes in Older Adults: An Evidence-Based Review of Randomized Controlled Trials. (1179-1969 (Electronic)).
- McKee, M., & Stuckler, D. (2018). Revisiting the corporate and commercial determinants of health. *American journal of public health*, 108(9), 1167-1170.

- Prahasto, A. F., et al. (2019). *Effectiveness of health education in increasing knowledge and behavior regarding safe medication use. Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 15(3), 112-118.
- Supriyanto, S. (2021). *Penyuluhan Penggunaan Obat yang Tepat dan Pengaruhnya Terhadap Kesadaran Masyarakat. Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 5(2), 45-51.
- World Health Organization (WHO). (2015). *World Report on Ageing and Health*. Geneva: World Health Organization.
- World Health Organization (WHO). (2003). *Medicines use in primary care in developing and transitional countries: Fact book summarizing results from 17 countries*. Geneva: World Health Organization.