



## GeMa CerMat (Gerakan Masyarakat Cerdas Menggunakan Obat) bagi Guru Sekolah Dasar Kecamatan Magelang Selatan Kota Magelang

Fitriana Yuliasuti<sup>1</sup>, Widarika Shanti Hapsari<sup>1</sup>, Tria Mardiana<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Program Studi Farmasi, Universitas Muhammadiyah Magelang

<sup>2</sup> Program Studi PGSD, Universitas Muhammadiyah Magelang

Email: [fitrianayuliasuti@ummgl.ac.id](mailto:fitrianayuliasuti@ummgl.ac.id)

---

### Abstrak

**Keywords:**  
Pemberdayaan,  
GeMa CerMat, Guru  
Sekolah Dasar

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 guru sekolah dasar pengurus UKS 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 atau Participatory Rural Appraisal (PRA) yaitu keterlibatan masyarakat dirasakan sangat penting untuk menyelesaikan masalah. Hasil dari program kemitraan universitas ini adalah meningkatnya pengetahuan Guru Sekolah Dasar tentang macam-macam obat, bentuk sediaan obat, cara penggunaan obat, cara menyimpan dan membuang obat yang sudah tidak dipakai serta mampu menerapkan dan mendampingi masyarakat terutama tentang bagaimana Mendapatkan, Menggunakan, Menyimpan dan Membuang Obat dengan Baik dan benar

---

### PENDAHULUAN

Masalah penggunaan obat pada masyarakat masih banyak ditemui antara lain 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.

Guru Sekolah dasar pengurus UKS banyak melakukan swamedikasi (pengobatan sendiri) dalam penanganan pertama pada anak yang sakit di sekolah. 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 5O.

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 5O dalam mendapatkan obat.

## METODE

Metode kegiatan pengabdian ini adalah metode pemberdayaan masyarakat partisipatif dengan model *Participatory Rural Appraisal* (PRA) yaitu metode yang menekankan keterlibatan masyarakat dalam semua kegiatan yang dilakukan. 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 (Guru Sekolah Dasar) 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 pelaksana bersama dengan Guru Sekolah Dasar
6. Pelaksanaan kegiatan

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan setelah semua perijinan dari Dinas dan persiapan peralatan sudah disiapkan. Kegiatan penyuluhan dilaksanakan di Aula lantai 2, FGD di Ruang Kelas dan pelatihan Laboratorium Farmasi Fakultas Ilmu Kesehatan

7. 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 Guru dan siswa Sekolah Dasar pengelola UKS untuk mensosialisasikan tentang Tanya 5 O dan DaGuSiBu ini kepada Guru Sekolah Dasar yang lain dan siswa-siswa agar tercapai program Gerakan Masyarakat Cerdas Menggunakan Obat dengan Benar sehingga terwujud pengobatan yang rasional.

## 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 pendidikan. Setelah mendapatkan ijin tim pelaksana berkoordinasi dengan Guru-guru Sekolah Dasar di wilayah Kecamatan Magelang Selatan Kota Magelang. Hasil dari diskusi (FGD) kemudian menentukan permasalahan yang dihadapi mengenai obat dan cara penggunaannya. Kegiatan untuk menyelesaikan permasalahan dimulai dengan kegiatan penyuluhan yang dilaksanakan di aula lantai 2 Gedung Fakultas ilmu Kesehatan. Tim Pelaksana memberikan sosialisasi tentang GeMa CerMat, kebijakan penggunaan obat yang rasional. Peserta dalam kegiatan ini diikuti oleh perwakilan guru dari Sekolah Dasar Kecamatan Magelang Selatan Kabupaten Magelang dengan jumlah 13 guru.

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.

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. Guru Sekolah Dasar 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 dibuang di tempat sampah, untuk boks/ dus/ tube digunting dahulu baru dibuang. Kegiatan sosialisasi diakhiri dengan sesi diskusi dan tanya jawab. Peserta antusias mengikuti kegiatan ini ditandai dengan banyaknya pertanyaan terkait penggunaan dan pengelolaan obat.

Kegiatan berikutnya adalah evaluasi dari sosialisasi yang sudah diberikan. Peserta diminta mengisi kuesioner *posttest*. Hasil *posttest* menunjukkan peningkatan pemahaman peserta terhadap materi yang sudah disampaikan sebelumnya. Kegiatan selanjutnya guru Sekolah Dasar yang telah mendapatkan penyuluhan dan pelatihan, kemudian mempraktikkan sebagai mentor kepada siswa-siswa yang aktif dalam UKS. Guru sebagai mentor didampingi oleh Tim pelaksana kegiatan melaksanakan praktik dengan 13 guru Sekolah Dasar dan 22 siswa sekolah dasar di Laboratorium Farmasi Fakultas Ilmu Kesehatan. Praktik dimulai dari memperkenalkan obat-obat kepada siswa kemudian dilakukan praktik membuat sediaan puyer dan kapsul.

## KESIMPULAN

Kegiatan yang diikuti oleh 13 guru dan 22 siswa dari 13 Sekolah Dasar Kecamatan Magelang Selatan Kota Magelang ini berjalan dengan baik. Para peserta kegiatan antusias mengikuti dari mulai penyuluhan, pelatihan dan praktik menjadi mentor. 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, guru-guru, siswa-siswa dan masyarakat umum lainnya.

## DAFTAR PUSTAKA

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, Departemen Kesehatan Republik

Indonesia

Menteri Kesehatan RI. 2015. *Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor HK.02.02/MENKES/427/2015 Tentang Gerakan Masyarakat Cerdas Menggunakan Obat.*

Kementerian Kesehatan RI. 2015. *Cara Penggunaan Obat.* Jakarta: Direktorat Jenderal Bina Kefarmasian dan Alat Kesehatan, Direktorat Bina Pelayanan Kefarmasian.