

Pengabdian Masyarakat Edukasi Pasien Rawat Jalan RS Mitra Medika Medan “Cerdas Memilih Dan Menggunakan Suplemen Kesehatan Aman Tahun 2025

Chintami Octavia¹, Manisha², Erik Winarno³, Alfred Reynaldi Ifolala Lase⁴

Institut Kesehatan Helvetia

Email: chintamioctavia@helvetia.ac.id

Abstract

The consumption of medicines, health supplements, and traditional medicines increased during the Covid-19 pandemic. People with health complaints prefer self-medication to outpatient treatment. The risk of self-medication needs to be balanced with the knowledge and ability of the community to choose safe drug products, health supplements, and traditional medicines. BPOM increases public awareness related to drug and food safety through effective Communication, Information, and Education (KIE) programs Health Supplements are products that are intended to complement nutritional needs, maintain, improve and/or improve health functions, have nutritional value and/or physiological effects, contain one or more ingredients in the form of vitamins, minerals, amino acids, and/or other non-plant ingredients that can be combined with plants. This Community Outreach was carried out to help participants to get to know health supplements that are safe to use. In this community service, education was carried out in the form of presentations related to Smart materials on choosing to use health supplements, especially drugs, and continued with a question and answer session. The question and answer session went well and there were many enthusiastic participants to ask questions after listening to the material that had been described by the speaker

Keywords: Education; Supplements; Outpatients

Abstrak

Konsumsi obat, suplemen kesehatan, dan obat tradisional meningkat saat pandemi Covid-19. Masyarakat dengan keluhan kesehatan lebih memilih swamedikasi daripada melakukan rawat jalan. Risiko swamedikasi perlu diimbangi dengan pengetahuan dan kemampuan masyarakat dalam memilih produk obat, suplemen kesehatan, dan obat tradisional yang aman. BPOM meningkatkan kesadaran masyarakat terkait keamanan obat dan makanan melalui program Komunikasi, Informasi, dan Edukasi (KIE) yang efektif Suplemen Kesehatan adalah produk yang dimaksudkan untuk melengkapi kebutuhan zat gizi, memelihara, meningkatkan dan/atau memperbaiki fungsi kesehatan, mempunyai nilai gizi dan/atau efek fisiologis, mengandung satu atau lebih bahan berupa vitamin, mineral, asam amino, dan/atau bahan lain bukan tumbuhan yang dapat dikombinasi dengan tumbuhan. Pengabdian Masyarakat ini dilakukan untuk membantu para partisipan untuk mengenal suplemen kesehatan yang aman untuk digunakan. Pada pengabdian Masyarakat ini dilakukan edukasi berupa presentasi terkait materi Cerdas memilih menggunakan suplemen kesehatan terutama obat serta dilanjutkan dengan sesi tanya jawab. Pada sesi tanya jawab berlangsung dengan baik dan terlihat banyak antusias peserta untuk bertanya setelah mendengarkan materi yang telah dijabarkan oleh pembicara

Kata kunci: Edukasi;suplemen;pasien rawat jalan

I. Pendahuluan

Peningkatan konsumsi obat, suplemen kesehatan, dan obat tradisional saat pandemi Covid-19, menjadi salah satu komponen yang meningkatkan biaya kesehatan preventif dan biaya obat di Indonesia. Peningkatan biaya preventif dan biaya obat berhubungan dengan konsumsi suplemen kesehatan dan obat tradisional sebagai upaya menjaga imunitas tubuh, serta konsumsi obat untuk mengatasi keluhan kesehatan selama pandemi Covid-19 (Badan Pusat Statistik, 2021).

Dalam 3 tahun terakhir proporsi biaya preventif terhadap total pengeluaran kesehatan meningkat sebanyak 7,64% dari Rp4.566,00 di tahun 2019 menjadi Rp7.842,00 di tahun 2021. Peningkatan juga terjadi pada biaya obat, dari Rp3.677,00 di tahun 2019 menjadi Rp4.395,00 di tahun 2021. Proporsi

pengeluaran biaya obat tertinggi untuk pembelian obat dengan resep (40,79%) dan obat tanpa resep (40,24%), diikuti untuk obat tradisional atau jamu (15%) (Badan Pusat Statistik, 2021).

Pada tahun 2021, sebanyak 68% individu yang mengalami keluhan kesehatan, lebih memilih swamedikasi daripada melakukan rawat jalan (Badan Pusat Statistik, 2021). Swamedikasi adalah penggunaan obat untuk mengatasi keluhan atau gejala penyakit yang didasarkan pada penilaian sendiri oleh individu. Swamedikasi cenderung berisiko karena ketidaktepatan diagnosis, dosis dan cara pemakaian, adanya efek samping hingga interaksi obat (World Health Organisation, 2017), yang Par era yang semakin maju Suplemen kesehatan menjadi pilihan masyarakat untuk pencegahan penyakit. Hal tersebut terlihat dari lonjakan penggunaan suplemen untuk pencegahan penyakit pada saat penyebaran COVID-19. Pada hasil survei Neurosensum menunjukkan 73% masyarakat Indonesia mengkonsumsi suplemen untuk melakukan pencegahan (Amelinda et al., 2024).

Pandemi COVID-19 membuat sebagian besar masyarakat lebih sadar pentingnya menjaga kesehatan. Salah satu caranya dengan mengonsumsi obat herbal dan suplemen kesehatan untuk meningkatkan daya tahan tubuh agar terhindar dari serangan penyakit, termasuk COVID-19 (Badan Pengawas Obat dan Makanan Republik Indonesia, 2020).

Vitamin dan suplemen sebaiknya dikonsumsi saat tubuh memang membutuhkan saja. Konsumsi vitamin dan suplemen yang tidak tepat dapat menyebabkan efek yang tidak diharapkan. Selain itu jika mengonsumsi obat-obatan rutin, kemungkinan dapat menyebabkan interaksi obat (Andayani, 2020).

Berbagai laporan juga menunjukkan bahwa konsumsi suplemen begitu besar dan akan terus meningkat. Di Indonesia, pertumbuhan konsumsi rumah tangga di bidang kesehatan mengalami peningkatan sebesar 5,28% (Kemenkes RI, 2012).

Hal ini mengindikasikan adanya peningkatan pertumbuhan permintaan akan produk kesehatan termasuk suplemen. Berdasarkan data tersebut menunjukkan bahwa perilaku positif masyarakat dalam mengonsumsi suplemen yang meningkat. Hal ini disebabkan masyarakat mulai memahami dan menyadari kegunaannya dari suplemen. Suplemen kesehatan adalah produk yang digunakan melengkapi kebutuhan gizi, ungsi kesehatan, mengandung satu atau lebih bahan berupa vitamin, mineral, asam amino dan/atau bahan lain bukan tumbuhan yang bisa dicampur dengan tumbuhan (BPOM, 2020)

Kegiatan penyuluhan inikami adakan untuk memberi informasi terkait Suplemen Kesehatan pada Pasien rawat jalan di Rumah SAKIT Mitra Medika Medan. Pasien terdiri dari berbagai kalangan baik Wanita maupun Pria, baik. Hal tersebut guna memberikan informasi terkait pentingnya Suplemen Kesehatan dan pemilihan Suplemen yang dapat digunakan dengan aman dan sesuai kondisi penggunaannya, karena masih banyak Masyarakat yang kurang paham tentang pentingnya hal tersebut. Dengan latar belakang inilah kami dari membuat suatu kegiatan penyuluhan tentang Cerdas Memilih Dan Menggunakan Suplemen Kesehatan Aman pada Pasien Rawat Jalan RS Mitra Medika Medan

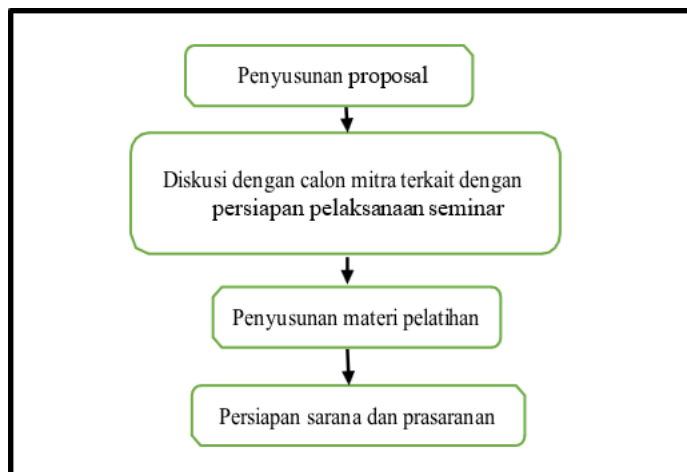
II. Metode pelaksanaan

Kegiatan ini secara umum memiliki langkah-langkah kerja untuk melaksanakan solusi dari permasalahan sesuai tercantum pada Tabel 1 Kerangka Pemecahan Masalah. Kerangka tersebut juga menjadi acuan dalam pelaksanaan kegiatan pelatihan. Dalam pelaksanaan kegiatan ini secara garis besar dapat dikelompokkan menjadi tiga tahap yakni persiapan, pelaksanaan, dan penutupan & evaluasi. Pada tahap pertama, dilakukan perisapan seperti, proposl, dan penyiapan materi. Beberapa topik yang dibahas dan di diskusikan yakni Batasan materi, tempat, waktu dan persiapan kegiatan pada H-1 atau gladi resik.

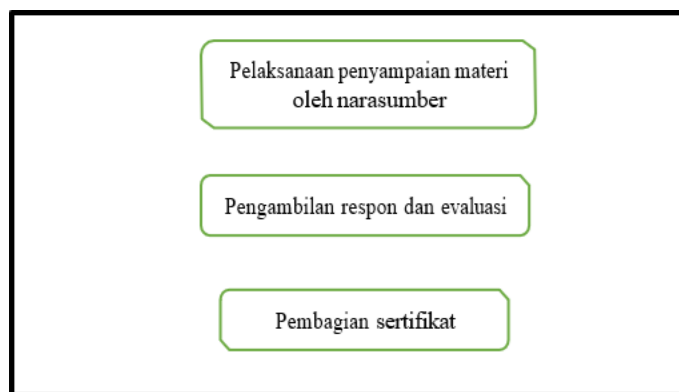
Kegiatan ini melibatkan empat pemateri yang mana tiap pemateri/pembicara memiliki materi yang berbeda namun pada tema yang saling berhubungan dan mendukung. Pada tahap ini persiapan menuju hari-H dilakukan sedemikian rupa hingga kegiatan pengabdian masyarakat dapat berjalan dengan baik dan lancar. Pada tahap pelaksanaan, kegiatan ini berlangsung dengan durasi kurang lebih dua jam dengan detail susunan acara seperti yang tertera pada

Tabel 1 ada tahap terakhir, dilakukan evaluasi kegiatan secara keseluruhan dan disusun laporan akhir sebagai pertanggung jawaban.

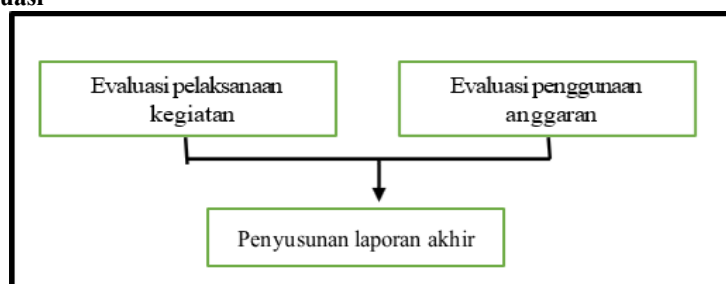
1. Persiapan



2. Pelaksanaan



3. Penutup Dan Evaluasi



III. Hasil kegiatan

Hasil dari pengabdian masyarakat yang berjudul “Pengabdian Masyarakat Edukasi Pasien Rawat Jalan Rs Mitra Medika Medan “Cerdas Memilih Dan Menggunakan Suplemen Kesehatan Aman Tahun 2025” adalah masyarakat sangat antusias saat mengikuti kegiatan sosialisasi dari presentase kelompok 9 dan materi yang disampaikan kepada masyarakat pun saat berguna bagi masyarakat di dusun II Desa Helvetia tersebut dikarenakan mengenai alur pendaftaran pasien di rumah sakit masih banyak masyarakat yang belum mengetahui termasuk masyarakat yang telah berpartisipasi mengikuti kegiatan

sosialisasi yang telah kami laksanakan. Dan pada sesi tanya jawab mendapat respon yang positif dan baik dari masyarakat.

Yang dicapai pada pengabdian masyarakat yaitu masyarakat mendapat wawasan dan pengetahuan mengenai alur pendaftaran pasien di rumah sakit yang telah dipresentasikan pada saat kegiatan pengabdian masyarakat. Materi yang diberikan bertujuan untuk memberikan edukasi kepada pasien rawat jalan Rumah sakit mitra medika mengenai Suplemen Kesehatan, bagaimana pentingnya memilih suplemen kesehatan yang aman. Pada kondisi tubuh yang baik, respon imun bekerja untuk mempertahankan kekebalan tubuh. Mengonsumsi suplemen dapat sebagai penunjang agar imunitas tubuh tetap stabil, beberapa kandungan suplemen yang bermanfaat meningkatkan daya tahan tubuh. Namun, penggunaan tersebut tetap mempertimbangkan kondisi masing-masing individu sehingga diperlukan edukasi oleh tenaga kesehatan, khususnya Apoteker.

Suplemen bukan pengganti makanan sepenuhnya, kita tetap perlu mengonsumsi berbagai macam makanan sehat untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari. Suplemen tidak seperti obat, suplemen tidak ditujukan untuk mengatasi, mendiagnosa, mencegah atau menyembuhkan penyakit. Beberapa suplemen mengandung bahan aktif yang memiliki efek biologik dalam tubuh, sehingga dapat membahayakan jika tidak digunakan secara tepat. Kombinasi suplemen, memberikan suplemen bersama obat, mengganti obat dengan suplemen atau menggunakan suplemen secara berlebihan adalah tindakan yang tidak tepat (Andayani, 2020).

Sejauh ini klaim khasiat/manfaat yang telah disetujui oleh Badan POM RI masih sebatas membantu memelihara daya tahan tubuh. Belum pernah disetujui produk suplemen kesehatan dengan klaim mencegah atau mengobati penyakit yang disebabkan oleh virus COVID-19. Badan POM juga meluncurkan 10 produk informasi sebagai panduan bagi masyarakat salah satunya yaitu berupa Pedoman Penggunaan Herbal dan Suplemen Kesehatan dalam Menghadapi COVID-19 di Indonesia (Badan Pengawas Obat dan Makanan Republik Indonesia, 2020).

Saat pemberian edukasi kepada pasien rawat jalan dapat dilihat bahwa masih banyak pasien yang kurang paham terhadap penggunaan suplemen yang beredar dipasaran. Beberapa pasien justru mengonsumsi suplemen dengan merk dagang yang berbeda namun mengandung zat aktif yang sama. Namun, setelah pemberian edukasi kepada pasien akhirnya mereka memahami bahwa tidak semua suplemen tersebut harus mereka konsumsi secara bersama-sama. Pasien dapat memilih salah satu suplemen yang akan dikonsumsi dengan aturan pakai dan dalam kondisi yang tepat sehingga dapat mencegah efek yang tidak diharapkan. Diakhir kegiatan diberikan kesempatan untuk menyampaikan kembali informasi yang sudah diberikan dan masyarakat dapat mengulang informasi yang sudah diberikan dengan tepat.

Evaluasi yang dilakukan pada kegiatan ini adalah melalui proses pemberian pre test dan post test pada responden yang berjumlah 54 peserta. Hasil pre test didapatkan 73% kemudian setelah mendapatkan edukasi terkait suplemen kesehatan hasil post test meningkat menjadi 87% terkait pengetahuan tentang suplemen kesehatan yang aman.

Manfaat yang dicapai dalam pengabdian masyarakat dengan judul “Pengabdian Masyarakat Edukasi Pasien Rawat Jalan RS Mitra Medika Medan” “Cerdas Memilih Dan Menggunakan Suplemen Kesehatan Aman Tahun 2025” adalah materi yang telah di paparkan dosen dapat memberikan pemahaman serta pengetahuan yang jelas mengenai cerdas memilih dan menggunakan suplemen kesehatan aman pada pasien yang ada di rumah sakit kepada masyarakat dengan baik. Pemaparan materi kepada masyarakat juga mampu memberikan solusi atau menjawab setiap permasalahan yang sedang dialami oleh masyarakat.

Masyarakat juga perlu memahami pentingnya cara memilih obat, hal ini bertujuan untuk mendapatkan obat yang baik sehingga efektivitas dan keamanan obat tersebut terjamin. Salah satu cara memilih obat yang baik adalah “cek KLIK”, yaitu cek kemasan, cek label, cek izin edar dan cek kadaluarsa. Selain itu, untuk memudahkan masyarakat dalam menjamin keamanan suatu obat, BPOM sudah menyediakan aplikasi “cek BPOM” yang bisa diakses melalui link <https://cekbpom.pom.go.id/> atau bisa mendapatkannya melalui playstore di handphone masing-masing (Indriani, 2021).

IV. Kesimpulan

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat ini memberikan masyarakat pemahaman tentang alur pendaftaran yang ada di rumah sakit. Kegiatan ini dilakukan dengan beberapa metode diantaranya pembagian materi, ceramah oleh narasumber dan tanya jawab dari peserta. Masyarakat yang

mengikuti kegiatan ini di Rumah Sakit Mitra Medika antusias dan memberikan pertanyaan serta pendapat mereka.

Pengabdian Masyarakat ini sangat bermanfaat bagi masyarakat sehingga masyarakat tidak ragu lagi untuk berobat ke rumah sakit. Adapun beberapa saran dari penulisan laporan ini, penulis atau pendidik dapat juga melakukan kegiatan pengabdian masyarakat yang serupa dan dapat dijelaskan pelayanan apa saja yang ada di rumah sakit dalam rangka memberikan pemahaman lebih kepada masyarakat. menunjukkan bahwa sosialisasi berupa penyuluhan kepada masyarakat dapat menambah pengetahuan masyarakat terutama ibu-ibu dalam menjaga kesehatan tubuh dengan rutin mengkonsumsi vitamin agar dapat meningkatkan kesehatan tubuh

V. Daftar Pustaka

- Amelinda, S., Salsabila, G. S., Nuha, Y. K., & Pradesa, H. A. (2024). Optimalisasi layanan kesehatan melalui sosialisasi dan edukasi penggunaan sistem pendaftaran online di puskesmas Rancaekek DTP. *SELAPARANG: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 8(3), 2652–2661.
- Peraturan Badan Pengawas Obat dan Makanan (BPOM) Nomor 19 Tahun 2022 tentang Pedoman Klaim Suplemen Kesehatan.[2]Dini, V. A. (2021). Masyarakat indonesia paling banyak konsumsi vitamin c saat pandemicovid-19. <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2021/09/22/masyarakat-indonesia-paling-banyak-konsumsi-vitamin-c-saat-pandemi-covid-19>, Diakses pada 21 Maret 2022, Pukul 13:45
- Kemenkes RI. (2012). Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 006 Tahun 2012 tentang Industri dan Usaha Obat Tradisional. Jakarta : Kemenkes RI[4]Bahan Pengawas Obat dan Makanan Republik Indonesia. (2020). Pedoman Penggunaan Herbal dan Suplemen Kesehatan dalam Menghadapi COVID-19 di Indonesia. Badan POM. Jakarta.
- Pangestika, R. W., Mardianto, R., Ilmanita, D., & Ardianto, N. (2022). Edukasi tentang Suplemen Kesehatan dalam Menghadapi Covid-19 di Desa Sumbersuko Kabupaten Malang. *ABDI MOESTOPO: Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 5(1), 65–73. <https://doi.org/10.32509/abdimoestopo.v5i1.1808>
- Nurbaety, B., Rahmawati, C., Nopitasari, B. L., Qiyaam, N., Wardani, A. K., Pradiningsih, A., & Wahid, A. R. (2021). Edukasi Bijak Dalam Memilih Dan Menggunakan Suplemen Pada Masa Pandemi Covid-19. *SELAPARANG Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 4(2),469. <https://doi.org/10.31764/jpmb.v4i2.4482>
- Mukti, A. W. (2020). Hubungan Pengetahuan terhadap Perilaku Penggunaan Suplemen Kesehatan Warga Kebonsari Surabaya di Masa Pandemi Covid-19. *FARMASIS: Jurnal Sains Farmasi*, 1(1), 20–25.