

**PENGETAHUAN, SIKAP, DAN PERILAKU MAHASISWA TERHADAP  
OBAT HERBAL DI JAKARTA GLOBAL UNIVERSITY**

**KNOWLEDGE, ATTITUDES, AND PRACTICES OF STUDENTS  
TOWARD HERBAL MEDICINES AT JAKARTA GLOBAL  
UNIVERSITY**

**Alhara Yuwanda, Anugerah Budipratama Adina\*, Amelia Herli, Arizal  
Rachmat Zulkiefli, Shakira Putri Hermawati**

Prodi S1 Farmasi, Fakultas Farmasi, Jakarta Global University, Depok, Indonesia

\*Email Korespondensi: anugerah@jgu.ac.id

**ABSTRACT**

*The use of herbal medicines is increasingly prevalent among the general public, including students, as they are considered more natural and have fewer side effects compared to synthetic drugs. This study analyzes the knowledge, attitudes, and practices (KAP) of students regarding the use of herbal medicines. The study was conducted using an online questionnaire distributed to students at Jakarta Global University (JGU). A total of 22 questions were utilized to investigate students' knowledge (8 questions), attitudes (7 questions), and practices (7 questions). Among 89 respondents, the majority were aged 18-22 years (70.8%), with most coming from the pharmacy department (57.3%). The students' knowledge of herbal medicines was generally good, although some perceptions about the side effects of herbal medicines compared to synthetic drugs require further education. Students' attitudes reflected high confidence in the safety and effectiveness of herbal medicines, with 75.3% of respondents believing that herbal medicines are a safe treatment option. Additionally, the practice of using herbal medicines was quite high, with 61.8% of students regularly using them for minor health issues. This was supported by strong awareness of the importance of stricter regulations and a good understanding of the products used. The evaluation of JGU students' KAP regarding herbal medicines is generally positive, but there is room for improvement, particularly in enhancing understanding of side effects and ensuring safe and effective use. Further education and critical evaluation of information on herbal medicines are strongly recommended for the future.*

*Keywords: Herbal medicines; KAP; students; Jakarta Global University*

**ABSTRAK**

Penggunaan obat-obatan herbal semakin meningkat di kalangan masyarakat, termasuk di antara mahasiswa, karena dianggap lebih alami dan memiliki efek samping yang lebih sedikit dibandingkan dengan obat sintesis. Penelitian ini menganalisis pengetahuan, sikap, dan praktik (KAP) mahasiswa mengenai penggunaan obat herbal. Studi dilakukan menggunakan kuesioner daring yang ditujukan kepada mahasiswa di Jakarta Global University (JGU). Total 22 pertanyaan digunakan untuk menyelidiki pengetahuan (8), sikap (7), dan praktik (7) mahasiswa. Dari 89 responden, mayoritas mahasiswa berusia 18-22 tahun (70,8%) dengan latar belakang pendidikan terbanyak dari jurusan farmasi (57,3%). Pengetahuan mahasiswa mengenai obat herbal cukup baik, namun masih terdapat persepsi yang dapat didukasi lebih lanjut terkait efek

samping obat herbal dibandingkan dengan obat sintetis. Sikap mahasiswa menunjukkan kepercayaan yang tinggi terhadap keamanan dan efektivitas obat herbal, dengan 75,3% responden percaya bahwa obat herbal merupakan pilihan pengobatan yang aman. Selain itu, praktik penggunaan obat herbal juga cukup tinggi, dengan 61,8% mahasiswa rutin menggunakannya untuk masalah kesehatan ringan. Hal ini didukung oleh kesadaran yang kuat terkait pentingnya regulasi yang lebih ketat dan pemahaman yang baik mengenai produk yang digunakan. Evaluasi KAP mahasiswa JGU terhadap obat herbal sudah cukup baik dan positif, namun masih ada ruang untuk pengembangan, terutama dalam meningkatkan pemahaman mengenai efek samping dan memastikan penggunaan yang aman dan efektif. Edukasi lebih lanjut dan evaluasi kritis terhadap informasi obat herbal sangat disarankan untuk ke depannya.

Keyword: Obat herbal; KAP; mahasiswa; Jakarta Global University

## **PENDAHULUAN**

Beberapa dekade terakhir, penggunaan obat herbal telah meningkat secara signifikan di seluruh dunia, termasuk di Indonesia. Tiga dekade yang lalu, hanya sedikit yang mempercayai obat-obatan yang berasal dari pengobatan herbal, dan kebanyakan hanya memiliki pengetahuan samar tentang pengobatan herbal, pengobatan tradisional, atau bentuk lain dari praktik medis komplementer dan alternatif. Menurut Ismail (2015), sebanyak 80% populasi di negara berkembang dan 65% di negara maju memanfaatkan obat tradisional. Di Indonesia, 40% penduduk menggunakan obat tradisional (Oktarlina *et al.*, 2018). Fenomena ini menunjukkan adanya perubahan signifikan dalam persepsi masyarakat terhadap keandalan dan manfaat obat herbal sebagai bagian

dari upaya kesehatan yang holistik dan berkelanjutan.

Pemilihan obat herbal di kalangan mahasiswa dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti pengetahuan, sikap, dan perilaku mereka terhadap obat herbal. Pengetahuan tentang obat herbal mencakup pemahaman individu mengenai jenis-jenis tanaman obat, manfaatnya, cara penggunaannya, sumber informasi, edukasi dan kesadaran, ketersediaan informasi, serta efek samping yang mungkin timbul. Tingkat pemahaman mengenai pengobatan berdampak pada keyakinan serta perilaku dalam menjalani pengobatan (Rusida *et al.*, 2021). Maka dari itu, pengetahuan yang memadai tentang obat herbal sangat penting untuk memastikan penggunaan yang aman dan efektif. Begitu pula dengan sikap, yang akan mempengaruhi

---

Alhara Yuwanda, Anugerah Budipratama Adina\*, Amelia Herli, Arizal Rachmat Zulkiefli, Shakira Putri Hermawati

Prodi S1 Farmasi, Fakultas Farmasi, Jakarta Global University, Depok, Indonesia

\*Email Korespondensi: [anugerah@jgu.ac.id](mailto:anugerah@jgu.ac.id)

perilaku penggunaan obat, termasuk penggunaan obat tradisional (Oktarlina *et al.*, 2018). Sikap terhadap obat herbal mencakup, kepercayaan terhadap keefektifan, pengalaman pribadi atau keluarga, nilai budaya dan tradisional, juga persepsi tentang keamanan. Terakhir, perilaku dalam penggunaan obat herbal yaitu mencakup, tindakan nyata dalam memilih dan menggunakan obat herbal, aksesibilitas dan ketersediaan, biaya, rekomendasi dari pihak terpercaya, dan regulasi dan sertifikasi. Penggunaan obat mungkin terkait dengan keberhasilan terapi dan kualitas kesehatan yang dipengaruhi oleh efek dari obat tersebut (Samudra *et al.*, 2021). Secara keseluruhan, pengetahuan yang baik, sikap positif, dan perilaku yang mendukung akan meningkatkan dalam memilih dan menggunakan obat herbal dengan lebih bijaksana dan efektif.

Namun tidak semua mahasiswa memiliki pemahaman yang memadai tentang obat herbal. Meskipun 92% masyarakat mengaku mengetahui obat tradisional, sebagian besar (88,2%) hanya mengenal jamu, sementara yang mengetahui obat herbal terstandar hanya 29,4%, dan fitofarmaka

hanya 3% (Pratiwi *et al.*, 2018). Siregar *et al.*, (2020) menyatakan bahwa pengetahuan seseorang tentang pengobatan bisa dipengaruhi oleh keyakinannya dalam menggunakan obat herbal, dan pengetahuan tersebut juga dapat memengaruhi sikapnya. Oleh karena itu, penting untuk mengeksplorasi tingkat pengetahuan, sikap, dan perilaku mahasiswa terhadap obat herbal serta faktor-faktor yang mempengaruhi keputusan mereka dalam memilih pengobatan tersebut.

Oleh karena itu, diperlukan penelitian dengan tujuan untuk mengidentifikasi dan menganalisis pengetahuan, sikap, serta perilaku mahasiswa terhadap penggunaan obat herbal. Dengan memahami aspek-aspek ini, diharapkan dapat memberikan wawasan bagi praktisi kesehatan, pendidik, dan pembuat kebijakan untuk mengembangkan strategi edukasi yang lebih efektif dan mendukung penggunaan obat herbal yang rasional di kalangan mahasiswa.

## **METODOLOGI PENELITIAN**

### **Desain penelitian dan sampel**

Penelitian deskriptif *cross-sectional* digunakan untuk mengumpulkan informasi responden guna menilai pengetahuan, sikap,

dan praktik mahasiswa terhadap obat herbal di *Jakarta Global University* pada bulan Juli 2024. Metode pengumpulan data meliputi observasi dan kuesioner berbasis online. Apabila responden tidak memahami pertanyaan, tim peneliti memberikan penjelasan lebih lanjut. Penelitian ini melibatkan 89 mahasiswa yang dipilih secara acak. Calon peserta diberi penjelasan mengenai penelitian ini secara daring dan diminta untuk memberikan persetujuan dengan sukarela untuk berpartisipasi dalam penelitian.

#### **Desain kuesioner**

Penelitian ini menggunakan metode pengumpulan data dengan kuesioner yang dirancang khusus untuk mengukur variabel-variabel yang relevan. Pemilihan kuesioner sebagai instrumen penelitian didasarkan pada pendekatan yang telah terbukti efektif dalam berbagai penelitian sebelumnya (Zaidi *et al.*, 2022; Catublas, 2016).

Pertanyaan kuesioner dibagi pada 4 bagian berbasis online *Google Form* (<https://forms.gle/ERhZENLwKq4dkA4M7>). Bagian pertama diisi oleh pertanyaan mengenai karakteristik responden. Halaman kedua berisi 8 pertanyaan mengenai pengetahuan akan obat herbal. Halaman ketiga

diisi 7 pernyataan mengenai sikap terhadap obat herbal. Halaman keempat diisi dengan 7 pertanyaan menyangkut praktik terhadap obat herbal.

Kuesioner yang digunakan mencakup serangkaian pernyataan yang disusun berdasarkan skala Likert dua poin (ya dan tidak) pada bagian pengetahuan dan skala likert empat poin (tidak setuju; kurang setuju; setuju; sangat setuju) pada bagian pernyataan sikap dan praktik, yang memungkinkan responden untuk mengungkapkan tingkat persetujuan mereka terhadap pernyataan-pernyataan yang diberikan.

Kuisisioner yang telah disiapkan diuji terlebih dahulu untuk memastikan kejelasan, kelengkapan, konsistensi, dan validitas isinya. Sebuah studi pengujian dilakukan pada 2 orang ahli di bidang kesehatan, yang juga berperan sebagai dosen di fakultas farmasi *Jakarta Global University*. Para ahli memberikan saran untuk beberapa perubahan pada isi yang pada akhirnya menghasilkan kuesioner yang digunakan saat ini. Reabilitas pernyataan-pernyataan pada kuesioner juga diuji dengan menghitung *cronbach's alpha* dan menghasilkan nilai yang besar, yaitu

---

Alhara Yuwanda, Anugerah Budipratama Adina\*, Amelia Herli, Arizal Rachmat Zulkiefl, Shakira Putri Hermawati  
Prodi S1 Farmasi, Fakultas Farmasi, Jakarta Global University, Depok, Indonesia  
\*Email Korespondensi: [anugerah@jgu.ac.id](mailto:anugerah@jgu.ac.id)

0,691 - 0,766, menandakan konsistensi kuesioner yang baik.

**Analisis data**

Perangkat lunak SPSS versi 25 untuk Windows digunakan dalam analisis statistik. Data dari pertanyaan dihitung dan dianalisis menggunakan statistik deskriptif seperti frekuensi, persentase, serta rata-rata ± standar deviasi (SD).

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

**Karakteristik demografi**

Penelitian ini melibatkan 89 mahasiswa Jakarta Global University yang dipilih secara acak, dan 89 mahasiswa tersebut menjawab kuesioner, sehingga tingkat respons adalah 100%.

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik Responden		Jumlah (n)	(%)
Usia	18 - 22	63	70,8
	23 - 27	20	22,5
	28 - 32	2	2,2
	32 >>>	4	4,5
Jenis Kelamin	Pria	38	43,2
	Wanita	50	56,8
Semester	1	-	-
	2	21	23,9
	3	3	3,4
	4	41	46,6
	5	1	1,1
	6	3	3,4
	7	2	2,3
	8	17	19,3
Jurusan	S1 Farmasi	51	57,3
	S1 Teknik Sipil	5	5,6
	S1 Teknik Elektro	10	11,2
	S1 Teknik Mesin	14	15,7
	S1 Teknik Industri	2	2,2
	S1 Teknik Informatika	5	5,6
	S1 Bisnis Digital	-	-
	D3 Akuntansi	1	1,1
	S1 Manajemen	1	1,1
	S2 Teknik Elektro	-	-

Tabel 1 menunjukkan bahwa 38 dari 89 jenis kelamin mahasiswa adalah pria. Lebih dari setengah responden (n=89) berusia 18-22 tahun dan 41 dari 89 responden merupakan mahasiswa pada tingkat semester ke 4. Sebagian besar responden merupakan mahasiswa

jurusan S1 Farmasi yaitu sebanyak 57,3 %.

**Pengetahuan mahasiswa mengenai obat herbal**

Hasil kuesioner mengenai pengetahuan mahasiswa tentang obat herbal yang ditampilkan dalam Tabel 2 menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa memiliki

Alhara Yuwanda, Anugerah Budipratama Adina\*, Amelia Herli, Arizal Rachmat Zulkiefli, Shakira Putri Hermawati  
 Prodi S1 Farmasi, Fakultas Farmasi, Jakarta Global University, Depok, Indonesia  
 \*Email Korespondensi: anugerah@jgu.ac.id

pemahaman yang baik tentang berbagai aspek terkait obat herbal. Mayoritas responden (96,6%) menyadari bahwa obat herbal berasal dari bahan-bahan alami seperti tumbuhan, hewan, mikroorganisme, dan mineral. Selain itu, 91% mahasiswa berpendapat bahwa obat herbal cenderung memiliki efek samping yang lebih ringan dibandingkan dengan obat sintetis. Seluruh responden (100%)

mengetahui tiga jenis klasifikasi obat herbal di Indonesia, yaitu Jamu, Obat Herbal Terstandar, dan Fitofarmaka. Sebagian besar dari mereka juga memahami bahwa obat herbal, seperti jamu, telah digunakan selama berabad-abad dalam pengobatan tradisional, dan hampir semua (98,9%) percaya bahwa obat herbal dapat menjaga dan memelihara daya tahan tubuh.

Tabel 2. Pengetahuan mahasiswa mengenai obat herbal

Pertanyaan	Jumlah n (%)	
	Ya	Tidak
Obat herbal berasal dari bahan alam (tanaman, hewan, jasad renik, dan mineral)	86 (96,6)	3 (3,4)
Obat herbal memiliki efek samping yang lebih ringan jika dibandingkan dengan obat sintetis	81 (91)	8 (9)
Terdapat 3 jenis / klasifikasi obat herbal di Indonesia, yakni: Jamu, Obat herbal terstandar, dan Fitofarmaka	89 (100)	-
Obat herbal menjaga dan memelihara daya tahan tubuh	88 (98,9)	1 (1,1)
Obat herbal seperti jamu telah digunakan selama berabad-abad dalam pengobatan tradisional.	89 (100)	-
Obat herbal yang terjamin kualitas dan keamanannya telah terverifikasi BPOM	84 (94,4)	5 (5,6)
Penggunaan obat herbal perlu konsultasi pada dokter atau apoteker terlebih dahulu	63 (70,8)	26 (29,2)
Membaca indikasi, aturan pakai, dan efek samping pada kemasan obat herbal bersifat wajib karena dengan melakukan hal tersebut, kita dapat memastikan penggunaan yang aman dan efektif serta menghindari potensi risiko atau efek samping yang tidak diinginkan	88 (98,9)	1 (1,1)

Terkait dengan kualitas dan keamanan, 94,4% mahasiswa mengetahui bahwa obat herbal yang telah terverifikasi oleh BPOM menjamin kualitas dan keamanannya. Namun, terdapat sekitar 29,2% responden yang masih berpendapat bahwa penggunaan obat herbal tidak memerlukan konsultasi dengan

dokter atau apoteker terlebih dahulu, meskipun sebagian besar (70,8%) setuju akan pentingnya hal ini. Selain itu, hampir semua mahasiswa (98,9%) menyadari pentingnya membaca indikasi, aturan pakai, dan efek samping pada kemasan obat herbal untuk memastikan penggunaan yang aman dan efektif serta menghindari risiko

Alhara Yuwanda, Anugerah Budipratama Adina\*, Amelia Herli, Arizal Rachmat Zulkiefli, Shakira Putri Hermawati

Prodi S1 Farmasi, Fakultas Farmasi, Jakarta Global University, Depok, Indonesia

\*Email Korespondensi: [anugerah@jgu.ac.id](mailto:anugerah@jgu.ac.id)

yang tidak diinginkan. Secara keseluruhan, hasil ini mencerminkan pemahaman yang kuat di kalangan mahasiswa mengenai manfaat, risiko, dan pentingnya keamanan dalam penggunaan obat herbal.

**Sikap mahasiswa terhadap obat herbal**

Berdasarkan Tabel 3 dapat diketahui bahwa mayoritas mahasiswa memiliki pandangan yang positif terhadap penggunaan obat herbal. Sebagian besar mahasiswa (75,3%) percaya bahwa obat herbal merupakan pilihan

pengobatan yang aman, dan 74,2% mendukung integrasi obat herbal dalam layanan kesehatan kampus. Kepercayaan terhadap obat herbal juga didorong oleh sejarah penggunaan yang panjang, dengan 69,7% mahasiswa setuju bahwa faktor ini menjadi alasan mereka mempercayai obat herbal. Selain itu, sekitar 67,4% mahasiswa terbuka untuk mencoba ramuan herbal baru, meskipun ada kekhawatiran tentang sumber dan kualitasnya, yang membuat 61,8% responden berhati-hati dalam penggunaannya.

Tabel 3. Sikap mahasiswa terhadap obat herbal

Pertanyaan	Jumlah n (%)			
	Tidak Setuju	Kurang Setuju	Setuju	Sangat Setuju
Saya percaya bahwa obat herbal adalah pilihan pengobatan yang aman	2 (2,2)	5 (5,6)	67 (75,3)	15 (16,9)
Saya mendukung penyertaan obat herbal dalam layanan kesehatan kampus	-	3 (3,4)	66 (74,2)	20 (22,5)
Saya percaya pada obat herbal karena mereka memiliki sejarah penggunaan yang panjang	1 (1,1)	6 (6,7)	62 (69,7)	20 (22,5)
Saya terbuka untuk mencoba ramuan herbal baru	3 (3,4)	10 (11,2)	60 (67,4)	16 (18)
Saya berhati-hati tentang sumber dan kualitas obat herbal yang saya gunakan	-	1 (1,1)	55 (61,8)	33 (37,1)
Saya percaya harus ada regulasi yang lebih ketat tentang produksi dan penjualan obat herbal	-	2 (2,3)	51 (58)	35 (39,8)
Saya sadar akan potensi risiko dan efek samping dari obat herbal	-	3 (3,4)	67 (75,3)	19 (21,3)

Kesadaran akan pentingnya regulasi yang lebih ketat terhadap produksi dan penjualan obat herbal juga tinggi, dengan 58% mahasiswa setuju bahwa regulasi perlu diperkuat. Selain itu, 75,3% mahasiswa menyadari potensi risiko

dan efek samping dari obat herbal, yang menunjukkan bahwa meskipun ada pandangan positif, mereka tetap berhati-hati terhadap kemungkinan dampak negatif. Secara keseluruhan, sikap mahasiswa cenderung mendukung penggunaan

Alhara Yuwanda, Anugerah Budipratama Adina\*, Amelia Herli, Arizal Rachmat Zulkiefli, Shakira Putri Hermawati  
 Prodi S1 Farmasi, Fakultas Farmasi, Jakarta Global University, Depok, Indonesia  
 \*Email Korespondensi: anugerah@jgu.ac.id

obat herbal, dengan perhatian yang serius terhadap aspek keamanan dan regulasi.

**Praktik mahasiswa menyangkut obat herbal**

Tabel 4 menunjukkan hasil kuesioner terkait praktik penggunaan obat herbal di kalangan mahasiswa. Sebagian besar responden (61,8%) menyatakan bahwa mereka secara rutin

menggunakan obat herbal untuk mengatasi masalah kesehatan ringan. Selain itu, 65,2% dari mereka juga mendorong teman dan keluarga untuk menggunakan obat herbal. Penggunaan obat herbal untuk mendukung kesehatan kekebalan tubuh juga cukup populer, dengan 76,4% responden menyatakan setuju.

Tabel 4. Praktik mahasiswa menyangkut obat herbal

Pertanyaan	Jumlah n (%)			
	Tidak Setuju	Kurang Setuju	Setuju	Sangat Setuju
Saya secara rutin menggunakan obat herbal untuk masalah kesehatan ringan	1 (1,1)	23 (25,8)	55 (61,8)	10 (11,2)
Saya mendorong teman dan keluarga untuk menggunakan obat herbal	1 (1,1)	18 (20,2)	58 (65,2)	12 (13,5)
Saya menggunakan obat herbal untuk mendukung kesehatan kekebalan tubuh saya	-	8 (9)	68 (76,4)	13 (14,6)
Saya mencoba berbagai ramuan herbal untuk berbagai masalah kesehatan	2 (2,2)	25 (28,1)	51 (57,3)	11 (12,4)
Saya membeli obat herbal dari sumber yang terpercaya	-	1 (1,1)	62 (69,7)	26 (29,2)
Saya membaca indikasi, aturan pakai, dan efek samping pada kemasan obat herbal terlebih dahulu	-	1 (1,1)	55 (61,8)	33 (37,1)
Saya memantau diri sendiri terhadap reaksi merugikan saat menggunakan obat herbal	3 (3,4)	2 (2,2)	60 (67,4)	24 (27)

Ketika dihadapkan dengan berbagai masalah kesehatan, 57,3% responden mengaku mencoba berbagai ramuan herbal, dan 69,7% dari mereka membeli obat herbal dari sumber yang terpercaya. Mengenai kehati-hatian, 61,8% responden membaca indikasi, aturan pakai, dan efek samping yang tertera pada kemasan sebelum menggunakan obat herbal. Selain

itu, 67,4% responden memantau diri mereka sendiri terhadap kemungkinan reaksi merugikan saat menggunakan obat herbal. Secara keseluruhan, hasil ini menunjukkan bahwa mahasiswa cenderung memiliki kebiasaan positif dan hati-hati dalam penggunaan obat herbal.

Mayoritas mahasiswa memiliki pengetahuan yang sangat baik tentang obat herbal. Hampir semua

Alhara Yuwanda, Anugerah Budipratama Adina\*, Amelia Herli, Arizal Rachmat Zulkiefl, Shakira Putri Hermawati  
 Prodi S1 Farmasi, Fakultas Farmasi, Jakarta Global University, Depok, Indonesia  
 \*Email Korespondensi: [anugerah@jgu.ac.id](mailto:anugerah@jgu.ac.id)

responden mengetahui bahwa obat herbal berasal dari bahan alam. Adapun obat bahan alam didefinisikan sebagai bahan, ramuan, atau produk yang berasal dari sumber daya alam seperti tumbuhan, hewan, mikroorganisme, mineral, atau bahan lainnya. Bahan-bahan ini, baik secara individu maupun campuran, telah digunakan secara turun temurun atau telah terbukti efektif, aman, dan berkualitas. Obat bahan alam digunakan untuk pemeliharaan kesehatan, peningkatan kesehatan, pencegahan penyakit, pengobatan, dan/atau pemulihan kesehatan berdasarkan bukti empiris dan/atau ilmiah (UU Nomor 17 Tahun 2023).

Namun, masih banyak mahasiswa yang memiliki kesalahpahaman bahwa obat herbal cenderung memiliki efek samping yang lebih ringan dibandingkan obat sintesis. Meskipun obat herbal sering dianggap lebih alami dan aman, mereka tetap dapat memiliki efek samping yang serius dan berinteraksi dengan obat lain. Ephedra, yang digunakan dalam beberapa produk penurunan berat badan dan sebagai dekongestan, telah dikaitkan dengan risiko efek kardiovaskular serius, termasuk serangan jantung, stroke, dan bahkan kematian mendadak. Vahedi

*et al.* (2000) melaporkan terjadinya stroke iskemik pada seorang pria berusia 33 tahun yang mengonsumsi ekstrak ephedra bersamaan dengan kreatin monohidrat untuk *bodybuilding*. Theoharides (1997) melaporkan kasus kematian mendadak seorang pria berusia 23 tahun yang diduga berkaitan dengan konsumsi minuman yang mengandung ephedra. Hasil autopsi menunjukkan adanya nekrosis miokard dan infiltrasi seluler. Laporan kasus lainnya juga mencatat terjadinya aritmia ventrikel atau infark miokard pada individu yang mengonsumsi suplemen yang mengandung efedrin. FDA bahkan telah melarang penjualan suplemen yang mengandung ephedrine alkaloids karena alasan keamanan (NCCIH) (AAFP). Mahasiswa memahami dengan benar bahwa di Indonesia, obat herbal diklasifikasikan menjadi jamu, obat herbal terstandar, dan fitofarmaka, serta menyadari pentingnya konsultasi dengan tenaga kesehatan sebelum menggunakan obat herbal.

Sebagian besar mahasiswa percaya bahwa obat herbal adalah pilihan pengobatan yang aman dan mendukung penggunaannya dalam layanan kesehatan. Kepercayaan ini didukung oleh berbagai penelitian

---

Alhara Yuwanda, Anugerah Budipratama Adina\*, Amelia Herli, Arizal Rachmat Zulkiefli, Shakira Putri Hermawati  
Prodi S1 Farmasi, Fakultas Farmasi, Jakarta Global University, Depok, Indonesia  
\*Email Korespondensi: anugerah@jgu.ac.id

yang menunjukkan manfaat dan keamanan penggunaan obat herbal. Misalnya, sebuah studi menyatakan bahwa penggunaan obat herbal yang tepat dan sesuai dosis dapat memberikan efek terapeutik yang signifikan dengan risiko efek samping yang minimal (Ekor, 2014). Selain itu, World Health Organization (WHO) juga mengakui peran penting obat herbal dalam sistem kesehatan tradisional dan modern, serta menggaris bawahi pentingnya regulasi dan standarisasi untuk memastikan keamanan dan efikasi produk herbal (WHO, 2019). Namun, mereka juga menyadari pentingnya regulasi dan kualitas produk herbal.

Sebanyak 58 % responden setuju bahwa harus ada regulasi yang lebih ketat tentang produksi dan penjualan obat herbal. Regulasi yang ketat dapat membantu memastikan bahwa produk yang beredar di pasaran memenuhi standar kualitas dan keamanan yang ditetapkan. Sebagai contoh, di Amerika Serikat, Food and Drug Administration (FDA) mengatur produksi suplemen herbal melalui Good Manufacturing Practices (GMP) untuk memastikan kualitas dan keamanan produk (FDA, 2021). Responden juga menyadari potensi risiko efek samping yang dapat terjadi jika digunakan tanpa

pengawasan. Ini mencerminkan pemahaman yang lebih baik di kalangan konsumen bahwa meskipun obat herbal dapat bermanfaat, mereka juga dapat menimbulkan efek samping jika tidak digunakan dengan benar atau jika berinteraksi dengan obat-obatan konvensional. Sebuah studi menyoroti pentingnya kesadaran akan interaksi potensial antara obat herbal dan obat-obatan yang diresepkan (Hussain, 2011).

Praktik penggunaan obat herbal cukup umum di kalangan mahasiswa. Banyak dari mereka rutin menggunakan obat herbal untuk masalah kesehatan ringan dan juga mendorong orang terdekat untuk menggunakannya. Ini menunjukkan bahwa obat herbal telah menjadi pilihan populer dalam menangani keluhan kesehatan sehari-hari, seperti sakit kepala, gangguan pencernaan, atau flu ringan.

Sebuah studi ditemukan bahwa sekitar 30% orang dewasa di Amerika Serikat menggunakan obat herbal atau suplemen diet untuk masalah kesehatan ringan setiap tahunnya (NCCIH, 2021). Mereka juga menunjukkan kesadaran terhadap pentingnya membeli produk dari sumber terpercaya, yang menunjukkan kepedulian mereka

---

Alhara Yuwanda, Anugerah Budipratama Adina\*, Amelia Herli, Arizal Rachmat Zulkiefl, Shakira Putri Hermawati

Prodi S1 Farmasi, Fakultas Farmasi, Jakarta Global University, Depok, Indonesia

\*Email Korespondensi: [anugerah@jgu.ac.id](mailto:anugerah@jgu.ac.id)

terhadap kualitas dan keamanan produk yang digunakan. Hal ini penting mengingat tidak semua produk herbal di pasaran memenuhi standar kualitas yang ketat. *Food and Drug Administration* (FDA) menyarankan konsumen untuk membeli produk herbal hanya dari produsen yang terpercaya dan memiliki reputasi baik untuk menghindari risiko kontaminasi dan ketidaksesuaian label (FDA, 2021).

Terakhir, sikap proaktif dalam memahami produk juga terlihat dari 61,8% responden yang membaca indikasi, aturan pakai, dan efek samping pada kemasan obat herbal sebelum menggunakannya. Ini menunjukkan tingkat kesadaran yang tinggi mengenai pentingnya informasi yang benar dan penggunaan yang tepat dari produk herbal. Menurut penelitian, membaca dan memahami label produk adalah langkah penting dalam penggunaan obat herbal yang aman dan efektif (Rotblatt, 1999).

Hasil kuesioner ini menunjukkan adanya kesalahpahaman signifikan di kalangan mahasiswa, terutama terkait persepsi bahwa obat herbal memiliki efek samping yang lebih ringan dibandingkan obat sintetis. Selain itu, meskipun mahasiswa memiliki pandangan positif dan sikap

mendukung terhadap obat herbal, tingkat kesadaran tentang pentingnya regulasi dan konsultasi dengan profesional kesehatan masih belum merata. Praktik penggunaan obat herbal yang rutin juga tidak selalu didukung oleh pengetahuan yang lengkap mengenai indikasi dan potensi risiko, yang dapat menyebabkan penggunaan yang kurang bijaksana.

Untuk mengatasi kelemahan-kelemahan ini, diperlukan upaya edukasi yang lebih intensif mengenai perbedaan antara obat herbal dan sintetis, termasuk potensi efek sampingnya. Penyuluhan yang menekankan pentingnya konsultasi dengan tenaga medis sebelum menggunakan obat herbal, serta pemilihan produk yang terdaftar dan terjamin keamanannya, juga harus ditingkatkan. Dengan demikian, mahasiswa dapat memanfaatkan obat herbal secara lebih aman dan bertanggung jawab, serta menjadi agen edukasi bagi lingkungan sekitar.

## **KESIMPULAN**

Secara keseluruhan, hasil kuesioner ini mengindikasikan bahwa meskipun mahasiswa memiliki pengetahuan yang cukup baik dan sikap yang positif terhadap penggunaan obat herbal, masih ada

kebutuhan yang mendesak untuk memberikan edukasi lebih lanjut. Edukasi ini diperlukan untuk memperbaiki beberapa kesalahpahaman yang masih ada di kalangan mahasiswa, terutama terkait anggapan yang salah mengenai efek samping obat herbal dibandingkan obat sintetis. Selain itu, edukasi ini juga penting untuk meningkatkan kesadaran mereka terhadap potensi risiko yang mungkin timbul dari penggunaan obat herbal tanpa panduan yang tepat, serta menekankan pentingnya regulasi yang ketat dan konsultasi dengan profesional kesehatan sebelum memutuskan untuk menggunakan obat herbal sebagai bagian dari perawatan kesehatan mereka.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Badan Pengawas Obat dan Makanan Republik Indonesia. (2020). *Pedoman Penggunaan Herbal dan Suplemen Kesehatan dalam Menghadapi COVID-19 di Indonesia*. Jakarta: BPOM RI.
- Catublas, H. A. L. (2016). Knowledge, attitudes and practices in the use of herbal medicine: the case of urban and rural mothers in the philippines. *Mahidol Univ J Pharm Sci*. 43(1): 1-16. DOI: <https://doi.org/10.14456/mujps.2016.1>
- Ekor, M. (2013). The growing use of herbal medicines: issues relating to adverse reactions and challenges in monitoring safety. *Front Pharmacol*. 2014; 4: 177. DOI: <https://doi.org/10.3389/fphar.2013.00177>
- FDA. (2021). *Dietary Supplement Current Good Manufacturing Practices (CGMPs)*. Retrieved from FDA.
- Hussain, S. (2011). Patient counseling about herbal-drug interactions. *African Journal of Traditional, Complementary and Alternative Medicines*. 8(5). DOI: <https://doi.org/10.4314/ajtcam.v8i5S.8>
- Ismail, I. (2015). Faktor Yang Mempengaruhi Keputusan Masyarakat Memilih Obat Tradisional Di Gampong Lam Ujong. *Idea Nursing Journal*. 6(1): 7-14. DOI: <https://doi.org/10.52199/inj.v6i1.6632>
- National Center for Complementary and Integrative Health (NCCIH). (2021). *Herbs at a Glance*. Retrieved from NCCIH.
- Oktarlina, R. Z., Tarigan, A., Carolia, N., dan Utami, E. R. (2018). Hubungan Pengetahuan Keluarga dengan Penggunaan Obat Tradisional di Desa Nunggalrejo Kecamatan Punggur Kabupaten Lampung Tengah. *JK Unila*. 2(1): 42-46.
- Pratiwi, Rimadani, Saputri, F.A., Nuwarda, R.F. (2018). Tingkat pengetahuan dan penggunaan obat tradisional di masyarakat: studi pendahuluan pada masyarakat di Desa Hegarmanah, Jatinangor,

- Sumedang.  
*Dharmakarya*. 7(2): 97-100.  
DOI:  
<https://doi.org/10.24198/dharmakarya.v7i2.19295>
- Rotblatt, M. D. (1999). Herbal medicine: a practical guide to safety and quality assurance. *Western Journal of Medicine*. 171(3): 172.
- Rusida, E. R., Ramadhani, S., & Akbar, D. O. (2021). Hubungan Pengetahuan Terhadap Perilaku Penggunaan Suplemen dan Obat Herbal Dalam Mencegah Penularan Covid-19 di Banjarbaru Selatan. *Jurnal Ilmiah Ibnu Sina*. 6(2): 292-300. DOI: <https://doi.org/10.36387/jiis.v6i2.728>
- Samudra, N. E., Untari, E. K., & Wahdaningsih, S. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Pola Penggunaan Obat Tradisional Terhadap Kualitas Kesehatan Masyarakat. 19-22. *Jurnal Mahasiswa Farmasi Fakultas Kedokteran UNTAN*. 5(1).
- Siregar, R. S., Salsabila, & Siregar, A. F. (2020). Analisis Hubungan Sikap dan Tingkat Pengetahuan terhadap Perilaku Masyarakat Kota Medan Mengonsumsi Jamu Tradisional di Masa Pandemi Covid-19. *Prosiding Seminar Nasional Ke-V Fakultas Pertanian Universitas Samudra*. 13-22.
- Vahedi, K., Domingo, V., Amarenco, P., & Bousser, M. G. (2000). Ischaemic stroke in a sportsman who consumed MaHuang extract and creatine monohydrate for body building. *Journal of Neurology, Neurosurgery & Psychiatry*. 68(1): 112-113. DOI: <https://doi.org/10.1136/jnnp.68.1.112>
- World Health Organization. (2004). *WHO Guidelines on Safety Monitoring of Herbal Medicines*. Retrieved from WHO website.
- World Health Organization. (2019). *Traditional, Complementary and Integrative Medicine*. Retrieved from WHO website.
- World Health Organization. (2021). *Traditional Medicine: Global Situation, Issues and Challenges*. Retrieved from WHO
- Zaidi, S. F., Saeed, S. A., Khan, M. A., Khan, A., Hazazi, Y., Otayn, M., ... & Daniyal, M. (2022). Public knowledge, attitudes, and practices towards herbal medicines; a cross-sectional study in Western Saudi Arabia. *BMC Complementary Medicine and Therapies*. 22(1): 326. DOI: <https://doi.org/10.1186/s12906-022-03783-y>