

**EDUKASI PENERAPAN CERDAS PENGGUNAAN OBAT DENGAN 5 O  
PADA SISWA/I SMA IT SMART INSANI SEPUTIH JAYA GUNUNG  
SUGIH LAMPUNG TENGAH**

**Preti Septiana, Martianus Perangin Angin\*, M. Richo Noventa, Made Wisnu  
Dwi Candra, Melida Eltizami, Melani Eka Rizki Pratiwi, Putu Meliana**

Program Studi Farmasi Universitas Malahayati

\*Email Korespondensi Penulis: [martinpharmacist@gmail.com](mailto:martinpharmacist@gmail.com)

**ABSTRACT**

*Irrational drug use remains a public health problem, particularly among adolescents who frequently practice self-medication without adequate knowledge. One effort to prevent medication errors is through education on the 5O principle, which includes what the medicine is, what its therapeutic use is, what the correct dosage is, how it should be used, and what potential side effects may occur. This community service activity aimed to improve the knowledge and understanding of students at SMA IT Smart Insani Seputih Jaya, Central Lampung, regarding rational drug use based on the 5O principle. A quantitative method with a pre-experimental one-group pretest–posttest design was employed. A total of 120 students from grades X, XI, and XII participated in the activity. Data were collected using a structured questionnaire measuring knowledge of drug use according to the 5O principle and were analyzed descriptively and comparatively by comparing pretest and post-test results. The findings showed an increase in the percentage of correct responses across all knowledge indicators after the educational intervention, with the most significant improvement observed in understanding proper dosage and the risks of excessive drug use. These results indicate that education based on the 5O principle is effective in improving adolescents' drug literacy and has the potential to promote rational, safe, and responsible drug use from an early age.*

*Keywords: health education, rational drug use, 5O principle, adolescents, self-medication*

**ABSTRAK**

Penggunaan obat yang tidak rasional masih menjadi permasalahan kesehatan masyarakat, khususnya pada kelompok remaja yang sering melakukan swamedikasi tanpa pemahaman yang memadai. Salah satu upaya untuk mencegah kesalahan penggunaan obat adalah melalui edukasi prinsip 5O (Obat apa, Obat apa khasiatnya, Obat berapa dosisnya, Obat bagaimana cara penggunaannya, dan Obat apa efek sampingnya). Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman siswa/i SMA IT Smart Insani Seputih Jaya, Lampung Tengah, mengenai penerapan cerdas penggunaan obat berdasarkan prinsip 5O. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan pre-eksperimental one group pretest–posttest. Peserta kegiatan berjumlah 120 siswa dari kelas X, XI, dan XII. Instrumen penelitian berupa kuesioner terstruktur yang

mengukur pengetahuan penggunaan obat berdasarkan prinsip 5O. Data dianalisis secara deskriptif dan komparatif dengan membandingkan hasil pretest dan post-test. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan persentase jawaban benar pada seluruh indikator pengetahuan setelah diberikan edukasi, dengan peningkatan paling signifikan pada pemahaman mengenai dosis obat dan bahaya penggunaan obat berlebihan. Hasil ini menunjukkan bahwa edukasi prinsip 5O berpengaruh dalam meningkatkan pengetahuan siswa tentang penggunaan obat yang rasional. Edukasi berbasis prinsip 5O dapat menjadi strategi efektif dalam meningkatkan literasi obat pada remaja dan mencegah kesalahan penggunaan obat. Kegiatan ini terbukti efektif dalam meningkatkan literasi obat pada remaja dan diharapkan dapat mendorong perilaku penggunaan obat yang rasional, aman, dan bertanggung jawab sejak dini.

Kata kunci: edukasi kesehatan, penggunaan obat rasional, prinsip 5O, remaja, swamedikasi

## **PENDAHULUAN**

Penggunaan obat yang rasional merupakan salah satu aspek penting dalam peningkatan kualitas pelayanan kesehatan dan keselamatan pasien. Pelayanan kefarmasian tidak hanya berfokus pada penyediaan obat, tetapi juga mencakup pemberian informasi dan edukasi kepada masyarakat agar obat digunakan secara tepat, aman, dan bertanggung jawab. Namun demikian, hingga saat ini penggunaan obat yang tidak rasional masih menjadi permasalahan kesehatan masyarakat yang sering ditemukan, baik di fasilitas pelayanan kesehatan maupun dalam praktik swamedikasi di lingkungan rumah tangga dan sekolah (Kementerian Kesehatan RI, 2020).

*World Health Organization* (WHO) melaporkan bahwa lebih dari 50% obat di dunia diresepkan, dibagikan, dan digunakan secara tidak tepat. Ketidaktepatan tersebut dapat berupa penggunaan obat yang berlebihan (*overuse*), penggunaan obat yang kurang (*underuse*), maupun penggunaan obat yang tidak sesuai indikasi, dosis, cara, dan lama penggunaan (*misuse*). Kondisi ini berpotensi menimbulkan berbagai dampak negatif, seperti penurunan efektivitas terapi, meningkatnya risiko efek samping, serta terjadinya resistensi obat (Kementerian Kesehatan RI, 2020).

Remaja merupakan salah satu kelompok yang rentan terhadap kesalahan penggunaan obat. Pada fase ini, remaja sering mengalami keluhan kesehatan ringan seperti sakit kepala, flu, batuk, nyeri haid, dan gangguan pencernaan, yang umumnya ditangani melalui swamedikasi. Swamedikasi yang tidak disertai

pengetahuan yang memadai mengenai obat dapat meningkatkan risiko medication error, terutama terkait pemilihan obat, penentuan dosis, cara penggunaan, dan penghentian obat sebelum waktunya (Muharni, 2015). Selain itu, masih banyak remaja yang tidak membaca aturan pakai obat, menggunakan obat milik orang lain, serta memiliki anggapan bahwa mengonsumsi obat dalam jumlah lebih banyak dapat mempercepat kesembuhan. Sebagai upaya untuk meningkatkan literasi obat dan mencegah kesalahan penggunaan obat, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia mencanangkan program Gerakan Masyarakat Cerdas Menggunakan Obat (GeMa CerMat). Salah satu pendekatan utama dalam program ini adalah prinsip 5O, yaitu mengetahui nama dan kandungan obat, khasiat obat, dosis obat, cara penggunaan obat, serta efek samping obat. Prinsip 5O dirancang sebagai panduan praktis agar masyarakat mampu menggunakan obat secara rasional dan aman dalam kehidupan sehari-hari (Simbara *et al.*, 2019).

Penerapan prinsip 5O memiliki peran penting dalam mendukung keselamatan pasien (*patient safety*) serta sejalan dengan standar pelayanan kefarmasian yang menekankan pentingnya peran apoteker dalam pemberian informasi obat. Edukasi penggunaan obat berbasis prinsip 5O terbukti dapat meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku masyarakat dalam menggunakan obat secara benar, khususnya pada kelompok yang sering melakukan swamedikasi. Oleh karena itu, edukasi sejak dini pada kelompok remaja di lingkungan sekolah menjadi langkah strategis dalam membentuk perilaku penggunaan obat yang bijak dan bertanggung jawab. Berdasarkan latar belakang tersebut, dilakukan kegiatan edukasi penerapan prinsip 5O pada siswa/i SMA IT Smart Insani Seputih Jaya, Lampung Tengah. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman siswa mengenai penggunaan obat yang benar serta menilai perubahan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan edukasi. Diharapkan hasil kegiatan ini dapat menjadi dasar pengembangan program edukasi kesehatan yang berkelanjutan dan berkontribusi dalam upaya pencegahan kesalahan penggunaan obat sejak usia remaja.

## **MASALAH**

Penggunaan obat yang tidak rasional masih menjadi permasalahan yang sering terjadi di kalangan remaja, terutama dalam praktik swamedikasi. Siswa

sekolah menengah atas umumnya sering mengalami keluhan kesehatan ringan seperti sakit kepala, flu, batuk, dan nyeri haid, yang mendorong mereka untuk mengonsumsi obat bebas tanpa konsultasi dengan tenaga kesehatan. Kondisi ini berpotensi menimbulkan kesalahan penggunaan obat apabila tidak disertai dengan pengetahuan yang memadai. Berdasarkan kondisi di SMA IT Smart Insani Seputih Jaya, ditemukan bahwa meskipun sebagian siswa telah memiliki pengetahuan dasar mengenai penggunaan obat, masih terdapat perilaku yang menunjukkan penggunaan obat yang kurang tepat. Beberapa siswa mengonsumsi obat tanpa membaca informasi pada kemasan, menggunakan obat milik teman, serta tidak mengetahui secara jelas kandungan dan efek samping obat yang dikonsumsi. Selain itu, masih terdapat miskonsepsi bahwa mengonsumsi obat dengan dosis lebih tinggi dapat mempercepat kesembuhan, yang dapat meningkatkan risiko efek samping dan kegagalan terapi.

Kurangnya pemahaman mengenai prinsip dasar penggunaan obat yang benar, khususnya prinsip 5O (nama dan kandungan obat, khasiat obat, dosis obat, cara penggunaan obat, dan efek samping obat), menjadi salah satu faktor utama terjadinya kesalahan penggunaan obat di kalangan siswa. Prinsip ini belum sepenuhnya diterapkan dalam kehidupan sehari-hari, sehingga literasi obat pada remaja masih perlu ditingkatkan.

Permasalahan tersebut menunjukkan perlunya upaya edukasi yang terstruktur dan berkelanjutan di lingkungan sekolah untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa mengenai penggunaan obat yang aman, tepat, dan rasional. Oleh karena itu, kegiatan edukasi penerapan prinsip 5O menjadi penting sebagai langkah preventif dalam mengurangi risiko kesalahan penggunaan obat serta membentuk perilaku penggunaan obat yang bertanggung jawab sejak usia remaja.

## **METODE**

Kegiatan ini dilaksanakan dalam bentuk pengabdian kepada masyarakat dengan pendekatan edukatif dan evaluatif. Metode yang digunakan adalah penyuluhan kesehatan mengenai penerapan cerdas penggunaan obat berdasarkan prinsip 5O (Obat apa, Obat apa khasiatnya, Obat berapa dosisnya, Obat bagaimana

cara penggunaannya, dan Obat apa efek sampingnya) yang disertai dengan pengukuran tingkat pengetahuan peserta sebelum dan sesudah kegiatan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan edukasi mengenai penerapan prinsip 5O dalam penggunaan obat dilaksanakan pada siswa/i SMA IT Smart Insani Seputih Jaya, Lampung Tengah, dengan jumlah peserta sebanyak 120 siswa yang terdiri dari kelas X, XI, dan XII. Sebelum pelaksanaan edukasi, seluruh peserta diminta untuk mengisi kuesioner pretest guna mengetahui tingkat pengetahuan awal terkait penggunaan obat yang benar. Setelah edukasi selesai, peserta kembali mengisi kuesioner post-test sebagai bentuk evaluasi terhadap perubahan pengetahuan.

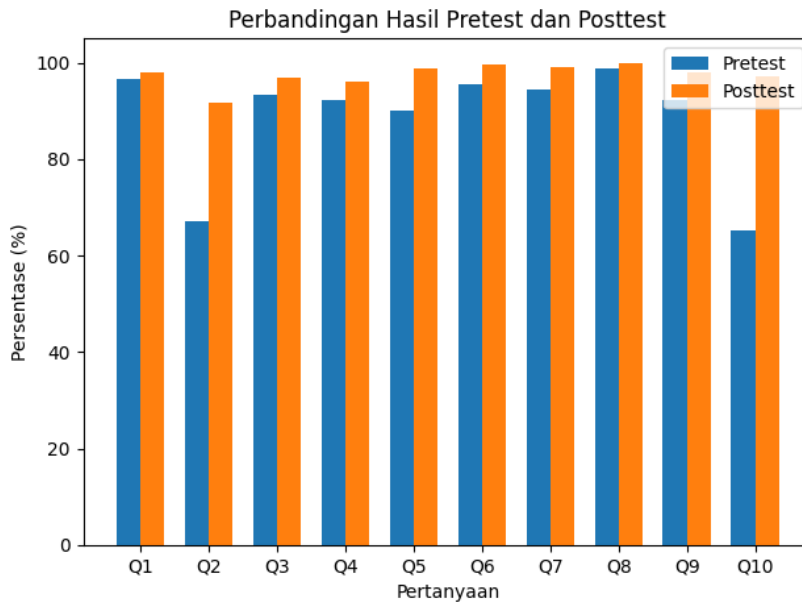
Tabel 1. Hasil penilaian *pretest* dan *posttest*

No.	Pertanyaan	Jawaban Benar		<i>p-value</i>
		<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	
1.	Ketika menggunakan obat, apakah Anda biasanya membaca nama obat pada kemasan?	96,7%	98%	
2.	Jika membeli obat di apotek, apakah Anda pernah bertanya tentang kandungan obat kepada apoteker	67%	91,7%	
3.	Apakah Anda selalu memeriksa khasiat atau kegunaan obat sebelum mengonsumsi	93,4%	97%	
4.	Menurut Anda, apakah penting mengetahui kandungan zat aktif dalam obat?	92,3%	96%	0,000
5.	Apakah Anda memahami apa yang dimaksud dengan dosis obat	90,1%	98,9%	
6.	Jika diberi obat, apakah Anda mengikuti dosis yang dianjurkan oleh apoteker	95,6%	99,5%	
7.	Obat dapat berkhasiat mengatasi gejala penyakit tetapi juga dapat menjadi	94,5%	99%	

	racun ketika diberikan secara berlebihan		
8.	Apakah Anda membaca cara penggunaan obat sebelum menggunakannya	98,9%	100%
9	Apakah Anda tahu bahwa cara pakai obat yang salah dapat mempengaruhi efektivitas obat	92,3%	98%
10.	Apakah Minum obat lebih banyak dari dosis dapat mempercepat kesembuhan	65,3%	97,3%

Hasil pretest menunjukkan bahwa secara umum siswa telah memiliki pengetahuan dasar yang cukup baik mengenai penggunaan obat. Sebagian besar siswa menyatakan telah membaca nama obat pada kemasan, memahami pentingnya khasiat obat, serta mengetahui bahwa obat dapat menimbulkan efek samping apabila digunakan secara tidak tepat. Namun demikian, masih ditemukan beberapa kekurangan pada aspek tertentu, terutama terkait pemahaman dosis obat dan kebiasaan bertanya kepada apoteker saat membeli obat. Setelah diberikan edukasi mengenai prinsip 5O melalui penyuluhan dan diskusi interaktif, hasil post-test menunjukkan adanya peningkatan persentase jawaban benar pada seluruh indikator pengetahuan. Peningkatan yang cukup signifikan terlihat pada indikator pemahaman mengenai dosis obat yang tepat serta kesadaran bahwa mengonsumsi obat melebihi dosis yang dianjurkan tidak mempercepat kesembuhan, melainkan dapat membahayakan kesehatan. Selain itu, terjadi peningkatan kesadaran siswa untuk aktif mencari informasi obat dan berkonsultasi dengan apoteker.

Hasil uji statistik menggunakan uji T berpasangan menunjukkan nilai p-value sebesar  $< 0,05$ , yang menandakan adanya perbedaan bermakna antara nilai pretest dan posttest. Dengan demikian, edukasi penerapan 5O terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswa mengenai penggunaan obat yang benar. Hasil ini menunjukkan bahwa kegiatan edukasi penerapan prinsip 5O mampu meningkatkan pengetahuan siswa mengenai penggunaan obat yang benar dan rasional. Edukasi yang diberikan tidak hanya menambah pemahaman kognitif siswa, tetapi juga mendorong perubahan sikap terhadap penggunaan obat dalam kehidupan sehari-hari.



Gambar 1. Grafik perbandingan hasil *pretest* dan *posttest*

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa edukasi penggunaan obat berbasis prinsip 5O efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswa mengenai penggunaan obat yang rasional. Peningkatan pengetahuan ini sejalan dengan tujuan program Gerakan Masyarakat Cerdas Menggunakan Obat (GeMa CerMat) yang menekankan pentingnya pemahaman masyarakat terhadap aspek dasar penggunaan obat, meliputi nama dan kandungan obat, khasiat, dosis, cara penggunaan, serta efek samping obat (Simbara *et al.*, 2019).

Meskipun hasil pretest menunjukkan bahwa sebagian besar siswa telah memiliki pengetahuan dasar yang cukup baik, masih ditemukan miskonsepsi, terutama terkait dosis obat. Hal ini mengindikasikan bahwa pengetahuan awal siswa belum sepenuhnya tepat dan masih memerlukan penguatan melalui edukasi yang terarah. Kondisi ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa praktik swamedikasi pada remaja sering disertai dengan penggunaan dosis yang tidak sesuai akibat kurangnya pemahaman mengenai obat (Muharni, 2015).

Peningkatan yang signifikan pada hasil post-test menunjukkan bahwa metode edukasi melalui penyuluhan dan diskusi interaktif dapat meningkatkan pemahaman siswa secara efektif. Diskusi yang dilakukan selama kegiatan memungkinkan siswa untuk mengajukan pertanyaan terkait pengalaman mereka dalam menggunakan obat, sehingga materi yang disampaikan menjadi lebih kontekstual dan mudah

dipahami. Hal ini memperkuat peran apoteker sebagai sumber informasi obat yang terpercaya dan penting dalam mendukung penggunaan obat yang rasional. Selain peningkatan pengetahuan, edukasi prinsip 5O juga berpotensi membentuk sikap dan perilaku siswa dalam menggunakan obat secara lebih bijak. Dengan pemahaman yang lebih baik, siswa diharapkan mampu menghindari perilaku berisiko seperti berbagi obat dengan teman, menghentikan obat sebelum waktunya, serta mengonsumsi obat tanpa memperhatikan aturan pakai. Edukasi sejak dini di lingkungan sekolah menjadi langkah strategis dalam mencegah terjadinya kesalahan penggunaan obat dan meningkatkan keselamatan pasien di masa mendatang (Kementerian Kesehatan RI, 2020).

Secara keseluruhan, hasil kegiatan ini menunjukkan bahwa edukasi penerapan prinsip 5O merupakan intervensi yang efektif dan relevan untuk meningkatkan literasi obat pada remaja. Kegiatan ini dapat dijadikan sebagai model edukasi kesehatan di lingkungan sekolah yang berkelanjutan serta berkontribusi dalam upaya pencegahan penggunaan obat yang tidak rasional di masyarakat. Berikut ini merupakan gambar-gambar proses kegiatan penyuluhan.



Gambar 1. Registrasi Peserta



Gambar 2. Penyampain Materi



Gambar 3. Praktik Penggunaan Obat



Gambar 4. Sesi Tanya Jawab



Gambar 5. Pembagian Hadiah



Gambar 6. Foto Bersama

## **SIMPULAN**

Kegiatan edukasi penerapan prinsip 5O dalam penggunaan obat pada siswa/i SMA IT Smart Insani Seputih Jaya, Lampung Tengah, terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan pemahaman siswa mengenai penggunaan obat yang benar, aman, dan rasional. Hasil evaluasi pretest dan post-test menunjukkan peningkatan pengetahuan pada seluruh aspek prinsip 5O, terutama terkait pemahaman dosis obat yang tepat dan kesadaran akan bahaya penggunaan obat melebihi dosis yang dianjurkan. Hasil uji statistik menggunakan uji T berpasangan menunjukkan nilai p-value sebesar  $< 0,05$ , yang menandakan adanya perbedaan bermakna antara nilai pretest dan posttest. Dengan demikian, edukasi penerapan 5O terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswa mengenai penggunaan obat yang benar. Edukasi ini juga mendorong sikap yang lebih bijak dalam praktik swamedikasi serta meningkatkan kesadaran siswa untuk membaca informasi obat dan berkonsultasi dengan tenaga kesehatan, khususnya apoteker, sehingga penerapan prinsip 5O di lingkungan sekolah dapat menjadi strategi preventif yang efektif dalam menurunkan risiko kesalahan penggunaan obat dan meningkatkan literasi obat pada remaja.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Kemenkes, 2020, *Riset kesehatan dasar (RISKESDAS) 2020*, Kemenkes RI, Jakarta. Jakarta: Bumi Medika.
- Kurniasih, D. A. A., Zahra, C. N. A., & Gianti, L. (2024). Gambaran Swamedikasi Di Kalangan Remaja Masjid An-Nur Riung Bandung. *Journal of Pharmacopolium*, 7(1).

- Listiani, P. A. R., & Indraswari, P. I. I. (2026). Pengaruh Edukasi Terhadap Tingkat Pengetahuan Swamedikasi Batuk Pada Remaja Di Smk Bintang Persada Denpasar. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Farmasi: Pharmacare Society*, 5(1), 1-7.
- Muharni S, Aryani F, Mizanni M. Gambaran Tenaga Kefarmasian dalam Memberikan Informasi Kepada Pelaku Swamedikasi di Apotek-apotek Kecamatan Tampan, Pekanbaru. *Jurnal Sains Farmasi dan Klinis*. 2015;2(1):47–53.
- Na'imah, J., Nasyanka, A. L., & Aulia, R. (2020). Monitoring Pengetahuan Tanya 50 dan Dagusibu Obat yang Benar pada Ibu PKK RT/RW 003/003 Desa Kedanyang, Kebomas, Gresik. *ACADEMICS IN ACTION Journal of Community Empowerment*, 2(1), 12. <https://doi.org/10.33021/aia.v2i1.1102>.
- Simbara Ari, Primanda Arina Zulfah, Tetuko Aji, S. N. C. (2019). Edukasi Gerakan Masyarakat Cerdas Menggunakan Obat (Gema CerMat) untuk Meningkatkan Pengetahuan Swamedikasi. *Indonesia Jurnal Farmasi*, 4(1), 1–5.
- Thahir, Z., Mustarin, R., Sulaiman, S., Usman, F., Masri, A., Wahyuni, Y. S., ... & Jariah, A. (2025). Upaya Peningkatan Pengetahuan Masyarakat Melalui Edukasi Pertolongan Pertama Menghadapi Overdosis Di Desa Belapunranga, Kabupaten Gowa. *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat Nusantara*, 6(2), 2231-2237.