

Pendampingan Remaja di Kalurahan Ngestiharjo dalam Upaya Peningkatan Pengetahuan tentang Interaksi Obat dan Makanan

Astri Praba Shinta^{1*}, Nurul Jannah²

¹Program Studi Gizi, ²Program Studi Farmasi
Fakultas Sains dan Teknologi Universitas PGRI Yogyakarta
^{1*}astri@upy.ac.id

ABSTRAK

Secara geografis, Kalurahan Ngestiharjo berada di Kecamatan Kasihan Kabupaten Bantul Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY). Jarak antara Kalurahan Ngestiharjo ke Universitas PGRI Yogyakarta adalah 1,2 km. Permasalahan pada remaja tentang penggunaan obat semakin kompleks. Remaja merupakan kelompok usia yang memiliki cara pandang yang berbeda dalam penggunaan dan keyakinan terhadap obat. Pada usia remaja, seseorang dapat melakukan pengobatan pada dirinya sendiri tanpa pengawasan dari orang tua. Kegiatan PkM Pendampingan Remaja di Kalurahan Ngestiharjo dalam Upaya Peningkatan Pengetahuan Tentang Interaksi Obat dan Makanan berupaya meningkatkan pengetahuan tentang interaksi obat dan makanan melalui pendidikan kesehatan. Pendidikan kesehatan dilaksanakan dengan metode ceramah dan diskusi. Pada pelaksanaannya, remaja Karang Taruna diberikan kesempatan berdiskusi mengenai konsumsi obat dan makanan. Materi yang diberikan pada pendidikan kesehatan ini meliputi dari bidang farmasi dan gizi.

Kata kunci : Remaja; Interaksi Obat dan Makanan; Pendidikan Kesehatan

ABSTRACT

Geographically, the Village of Ngestiharjo is located in the Kasihan District, Bantul Regency, Yogyakarta Special Region (DIY). The distance between Ngestiharjo Village and PGRI Yogyakarta University is 1.2 km. Problems in adolescents regarding drug use are increasingly complex. Adolescents are an age group that has a different perspective on the use and beliefs of drugs. At the age of adolescence, a person can perform treatment on himself without supervision from parents. Youth Assistance Activities in Ngestiharjo Village to Increase Knowledge About Drug and Food Interactions seeks to increase knowledge about drug and food interactions through health education. Health education is carried out using lecture and discussion methods. In its implementation, Karang Taruna youth were allowed to discuss the consumption of drugs and food. The material given in this health education covers the fields of pharmacy and nutrition.

Keywords : Adolescents; Drug and Food Interactions; Health Education

1. PENDAHULUAN

Karang Taruna adalah sebuah organisasi yang dibentuk oleh masyarakat sebagai wadah generasi muda untuk mengembangkan diri, tumbuh, dan berkembang atas dasar kesadaran serta tanggung jawab sosial dari, oleh, dan untuk generasi muda, yang berorientasi pada tercapainya kesejahteraan sosial bagi masyarakat (Permensos Nomor 25 Tahun 2019). Karang Taruna Panca Bhakti merupakan karang taruna yang beranggotakan remaja di Kalurahan Ngestiharjo. Kalurahan Ngestiharjo berada di Kecamatan Kasihan Kabupaten Bantul Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY). Jarak antara Kalurahan Ngestiharjo ke Universitas PGRI Yogyakarta adalah 1,2 km. Kegiatan rutin yang dilaksanakan oleh Karang Taruna Panca Bhakti antara lain pertemuan rutin, perlombaan, dan bakti sosial. Karang Taruna aktif dalam melakukan kegiatan

sosial namun belum pernah melaksanakan kegiatan yang berkaitan dengan permasalahan kesehatan.

Permasalahan pada remaja tentang penggunaan obat semakin kompleks. Remaja merupakan kelompok usia yang memiliki cara pandang yang berbeda dalam penggunaan dan keyakinan terhadap obat. Bahkan pada usia remaja, seseorang dapat melakukan pengobatan pada dirinya sendiri tanpa pantauan orang tua (Hansen et al., 2003; Moraes et al., 2011). Obat yang digunakan merupakan kelompok obat yang dapat dibeli tanpa menggunakan resep (Shehnaz et al., 2013; Albashtawy et al., 2015). Kurangnya informasi yang diperoleh remaja ketika menggunakan obat tanpa resep, dapat berakibat pada penggunaan obat yang tidak tepat maupun timbulnya efek samping yang tidak diinginkan (Eldalo et al., 2014; Wilson et al., 2010).

Selain menimbulkan efek samping yang tidak diinginkan, juga dapat menimbulkan adanya interaksi obat. Interaksi obat dapat terjadi antara obat dengan obat lain yang sedang dikonsumsi, interaksi obat dengan makanan dan/atau minuman serta interaksi obat dengan kondisi medis dari pasien. Interaksi obat dan makanan dapat memengaruhi proses penyerapan, distribusi, biotransformasi, dan ekskresi suatu obat apabila dikonsumsi dalam waktu yang bersamaan. Interaksi obat dan makanan juga diartikan sebagai adanya perubahan farmakokinetik dan farmakodinamik suatu obat atau zat gizi pada makanan (Anadon et al., 2016). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Alfiar pada tahun 2016, pasien dengan gangguan hepar memiliki peluang 1,294 kali lebih tinggi mengalami interaksi antara obat dengan makanan. Obat-obatan yang mengalami interaksi dengan makanan tersebut antara lain furosemide, spironolakton, ondansetron, dan aspirin (Alfiar, 2016).

Interaksi obat dan makanan yang bekerja dalam dua arah menyebabkan perubahan dalam proses penyerapan dan pemanfaatan zat gizi yang terkandung pada makanan sehingga dapat memengaruhi status gizi seseorang (Koziolok et al., 2019). Pada penelitian yang dilakukan Drummond pada tahun 2019 menunjukkan bahwa pendidikan dan konseling pada remaja tentang interaksi obat dan makanan dapat meningkatkan pengetahuan pada remaja. Pengetahuan yang cukup mengenai adanya interaksi obat dan makanan yang memengaruhi status gizi diharapkan dapat meningkatkan pemahaman seseorang untuk dapat memantau terapi obat dengan benar serta melihat efek adanya toksisitas atau kegagalan terapi (Drummond et al., 2021). Berdasarkan permasalahan tersebut diperlukan adanya upaya pencegahan terjadinya interaksi obat dengan melakukan pendampingan memberikan pendidikan kesehatan dengan metode ceramah dan diskusi pada remaja di Kalurahan Ngestiharjo.

2. PERMASALAHAN MITRA

Remaja di Kalurahan Ngestiharjo mengalami beberapa perubahan seperti perubahan fisik, psikologis, sosial, dan lingkungan. Adanya beberapa perubahan tersebut dapat berdampak pada status kesehatan dan dapat menimbulkan beberapa masalah kesehatan. Rendahnya pengetahuan tentang informasi penggunaan obat serta interaksi obat dan makanan dapat menimbulkan efek samping yang tidak diinginkan, memengaruhi asupan makan, serta dapat menimbulkan kondisi berbahaya bagi kesehatan remaja. Diperlukan pendidikan kesehatan pada remaja di Kalurahan Ngestiharjo untuk mewujudkan kesadaran dalam upaya pencegahan terjadinya interaksi obat dan makanan.

3. METODE PELAKSANAAN

Pendidikan kesehatan tentang interaksi obat dan makanan ini dilaksanakan tanggal 26 Maret 2022 mulai dari jam 10.00–12.30 WIB dengan menggunakan metode ceramah dan diskusi pada remaja Karang Taruna Panca Bhakti di Kalurahan Ngestiharjo. Pada pelaksanaan

pendidikan kesehatan, para peserta diberikan kesempatan untuk berdiskusi tentang penggunaan obat serta interaksi obat dan makanan. Materi pendidikan kesehatan pada kegiatan ini mencakup dari bidang farmasi dan gizi.

Penentuan target kegiatan pendampingan ini membutuhkan observasi awal untuk mengetahui situasi dan kondisi dalam melaksanakan pendidikan kesehatan. Di lingkungan Kalurahan Ngestiharjo terdapat beberapa apotek yang dapat diakses dengan mudah untuk mendapatkan obat tanpa resep. Hal ini menjadi sebuah tantangan dalam mewujudkan kesadaran pentingnya memperoleh informasi penggunaan obat dari apoteker dan pengetahuan adanya interaksi obat dan makanan. Selain itu, remaja Karang Taruna Panca Bhakti belum pernah memperoleh pendidikan kesehatan tentang penggunaan obat serta interaksi obat dan makanan. Hal ini yang mendasari untuk memilih Karang Taruna Panca Bhakti sebagai target kegiatan pendampingan. Setelah menentukan target kegiatan PKM, dilanjutkan melakukan pendekatan dengan Ketua dan pengurus Karang Taruna Panca Bhakti untuk mendapatkan informasi dan ijin dalam pelaksanaan pendampingan melalui pendidikan kesehatan di Kalurahan Ngestiharjo, Kecamatan Kasihan, Kabupaten Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY).

Pada hari pelaksanaan kegiatan, tahapan pertama yang dilakukan adalah identifikasi masalah melalui lembar pretest untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal. Kemudian dilanjutkan dengan kegiatan pendidikan kesehatan tentang penggunaan obat serta interaksi obat dan makanan. Setelah kegiatan pendidikan kesehatan dilaksanakan oleh kedua pemateri, para peserta kegiatan pendampingan diberikan lembar post-test untuk mengetahui adanya peningkatan terhadap pengetahuan remaja Karang Taruna Panca Bhakti serta keefektifan materi dan media pendidikan kesehatan.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pendampingan ini diawali dengan melakukan penyusunan materi pendidikan kesehatan yang mencakup bidang farmasi dan gizi. Materi pendidikan kesehatan tersebut berisi tentang penggunaan obat serta interaksi obat dan makanan. Pada proses persiapan sedikit mengalami kendala dalam penyusunan jadwal pelaksanaan kegiatan pendampingan yang perlu menyesuaikan dengan kondisi pandemi covid-19 dan kegiatan para remaja Karang Taruna Panca Bhakti, namun kendala tersebut dapat diatasi dengan baik melalui koordinasi dengan ketua dan pengurus Karang Taruna Panca Bhakti.

Pendidikan kesehatan yang diberikan pada kegiatan pendampingan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran tentang informasi penggunaan obat serta interaksi obat dan makanan ini dilaksanakan di Aula Kalurahan Ngestiharjo. Kegiatan pendidikan kesehatan ini diikuti oleh 18 peserta, 3 orang pemateri, dan 2 mahasiswa. Kegiatan pendampingan dimulai dengan sambutan dari Ketua Karang Taruna Panca Bhakti. Pelaksanaan kegiatan pendidikan kesehatan diawali dengan melakukan pretest untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal para peserta, kemudian dilanjutkan dengan pemberian materi pendidikan kesehatan yang mencakup bidang farmasi dan gizi.



Gambar 1. Pembukaan oleh Ketua Karang Taruna Panca Bhakti



Gambar 2. Pengisian lembar pretest



Gambar 3. Penyampaian Materi Pendidikan Kesehatan dalam Bidang Farmasi



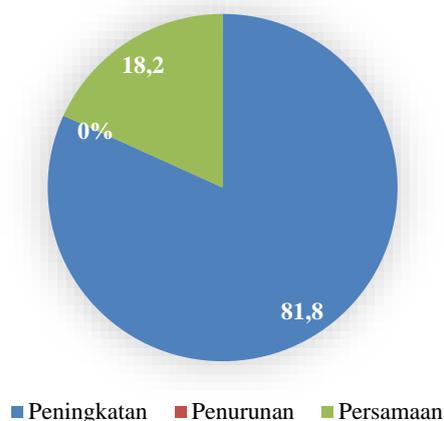
Gambar 4. Penyampaian Materi Pendidikan Kesehatan dalam Bidang Gizi

Setelah diberikan pemaparan materi pendidikan kesehatan, peserta diberi waktu untuk melakukan diskusi dan tanya jawab mengenai tentang informasi penggunaan obat serta interaksi obat dan makanan. Para siswa peserta tampak aktif dalam mengikuti kegiatan pendampingan. Hal ini terlihat pada beberapa peserta antusias untuk mengajukan beberapa pertanyaan.



Gambar 5. Diskusi dan Tanya Jawab

Pada kegiatan pendampingan ini, peserta diberikan kuesioner untuk mengetahui respon peserta serta evaluasi terhadap kegiatan pendidikan kesehatan. Berdasarkan hasil perubahan tingkat pengetahuan yang diperoleh dari skor pengetahuan post-test dikurangi dengan skor pengetahuan pretest menunjukkan bahwa 81,8% peserta mengalami peningkatan tingkat pengetahuan setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang tentang informasi penggunaan obat serta interaksi obat dan makanan. Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan pendampingan berupa pendidikan kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan remaja Karang Taruna Panca Bhakti di Kalurahan Ngestiharjo.



Gambar 6. Perubahan Tingkat Pengetahuan Peserta

Kuesioner post-test diberikan setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang informasi penggunaan obat serta interaksi obat dan makanan. Selain untuk mengetahui skor pengetahuan akhir siswa peserta, pada kuesioner ini juga terdapat pertanyaan untuk mengetahui tingkat motivasi peserta kegiatan pendampingan. Berdasarkan jawaban dari kuesioner yang telah diisi oleh peserta, terdapat 91,7% peserta terdorong meningkatkan kualitas kesehatannya untuk meningkatkan kualitas kesehatan melalui konsumsi obat dan makanan.



Gambar 7. Tingkat Motivasi Peserta

Pada hasil kuesioner post-test terdapat pernyataan yang ditulis oleh peserta untuk mengetahui tingkat pemahaman dan keefektifan materi pendidikan kesehatan. Beberapa peserta menunjukkan pemahaman dalam mengetahui bagaimana cara penggunaan, pengelolaan, penyimpanan, dan pembuangan obat, serta mengetahui jenis dan golongan obat, dan bagaimana interaksi obat dengan makanan dapat terjadi. Pernyataan-pernyataan dari peserta menunjukkan tingkat pemahaman yang baik yang dapat berdampak pada peningkatan kualitas kesehatan remaja Karang Taruna Panca Bhakti di Kalurahan Ngestiharjo. Selain itu, peserta menuliskan pendapat mereka bahwa materi pendidikan kesehatan yang diberikan menarik dan mudah dipahami sehingga mendorong mereka untuk melakukan perubahan perilaku kesehatan khususnya dalam penggunaan obat.



Gambar 8. Pengisian lembar post-test

5. KESIMPULAN

Kegiatan pendampingan remaja Karang Taruna Panca Bhakti di Kalurahan Ngestiharjo dapat disimpulkan bahwa pendidikan kesehatan ini dapat menjadi salah satu upaya dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran tentang informasi penggunaan obat serta interaksi obat dan makanan. Selain itu, pendidikan kesehatan yang berisi tentang penggunaan obat serta interaksi obat dan makanan dapat meningkatkan pengetahuan, serta meningkatkan kesadaran akan pentingnya mengetahui bagaimana cara penggunaan, pengelolaan, penyimpanan, dan pembuangan obat, serta mengetahui jenis dan golongan obat, dan bagaimana interaksi obat dengan makanan dapat terjadi.

Dukungan dari seluruh pihak di Kalurahan Ngestiharjo dapat menjadikan karang taruna sebagai organisasi yang sehat dan para remaja dapat menjadi penggerak keluarga dan lingkungan sekitarnya untuk meningkatkan kesadaran akan pentingnya penggunaan obat serta interaksi obat dan makanan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada Universitas PGRI Yogyakarta yang telah sepenuhnya membiayai kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini. Kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) Universitas PGRI Yogyakarta yang telah memfasilitasi dan mendukung kegiatan ini, serta seluruh pihak Karang Taruna Panca Bhakti yang telah mendukung kegiatan pendampingan ini sehingga berjalan dengan baik dan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

- Albashtawy, M., Batiha, A. M., Tawalbeh, L., Tubaishat, A., and Alazzam, M. 2015. *Self-medication among school students*. J Sch Nurs. ; 31: 110–6.
- Alfiar, I. 2016. *Gambaran Potensi Interaksi Obat Dengan Makanan Pada Pasien Hepar Yang Dirawat Di Sebuah Rumah Sakit Di Kota Tasikmalaya*. Jurnal Surya Medika, 2(1), 47–52.
- Anadón, A. *et al.* 2016. *Interactions between Nutraceuticals/Nutrients and Therapeutic Drugs, Nutraceuticals: Efficacy, Safety and Toxicity*. Elsevier Inc. doi: 10.1016/B978-0-12-802147-7.00060-7.
- Drummond, D. *et al.* 2021. 'Impact of interdisciplinary education on pharmacy student knowledge and comfort with counseling on drug-nutrient interactions', *Currents in Pharmacy Teaching*

- and Learning*, 13(4), pp. 382–390. doi: 10.1016/j.cptl.2020.11.007.
- Eldalo AS, Yousif MA, Abdallah MA. 2014. *Saudi school students' knowledge, attitude and practice toward medicines*. Saudi Pharm J.; 22: 213–8.
- Hansen EH, Holstein BE, Due P, Currie CE. 2003. *International survey of self-reported medicine use among adolescents*. Ann Pharmacother.; 37: 361–6.
- Koziolk, M. *et al.* 2019. *The mechanisms of pharmacokinetic food-drug interactions – A perspective from the UNGAP group*. European Journal of Pharmaceutical Sciences, 134(January), 31–59. <https://doi.org/10.1016/j.ejps.2019.04.003>.
- Moraes ACFD, Delaporte TRM, Molena-Fernandes CA, Falcão MC. 2011. *Factors associated with medicine use and self medication are different in adolescents*. Clinics; 66: 1149–55.
- Peraturan Menteri Sosial Republik Indonesia Nomor 25 Tahun 2019 Tentang Karang Taruna.
- Shehnaz SI, Khan N, Sreedharan J, Issa KJ, Arifulla M. 2013. *Self-medication and related health complaints among expatriate high school students in the United Arab Emirates*. Pharm Pract.; 11: 211–8.
- Wilson KM. *et al.* 2010. *Knowledge gaps and misconceptions about over-the-counter analgesics among adolescents attending a hospital-based clinic*. Acad Pediatr.; 10: 228–32.