

Prosiding Seminar Nasional Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat Universitas Ahmad Dahlan  
23 Oktober 2021, Hal. 866-874  
e-ISSN: 2686-2964

## Pelatihan swamedikasi saat isolasi mandiri untuk mewujudkan SMA Muhammadiyah 1 Yogyakarta tangguh covid-19

Wahyu Widyaningsih\*, Vivi Sofia, Iis Wahyuningsih

Fakultas Farmasi Universitas Ahmad Dahlan, Jl. Prof Soepomo, Janturan, Yogyakarta  
Email: wahyu.widyaningsih@pharm.uad.ac.id\*

### ABSTRAK

Pasien COVID-19 yang sedang isolasi mandiri dengan gejala ringan memerlukan beberapa jenis obat untuk mengatasi gejala, serta vitamin dan obat herbal untuk meningkatkan daya tahan tubuh. Swamedikasi adalah suatu cara pengobatan sendiri yang dapat dilakukan untuk penyakit ringan. Untuk memberikan pengetahuan tentang swamedikasi saat isolasi mandiri pada siswa/i kelas 10 SMA Muhammadiyah 1, dilakukan pelatihan swamedikasi secara daring. Kegiatan pelatihan meliputi: 1) Sosialisasi rencana kegiatan; 2) Survei tingkat pengetahuan siswa/i terhadap swamedikasi pada saat isolasi mandiri dan pemanfaatan obat tradisional di era pandemi COVID-19; 3) Pelatihan tentang swamedikasi pada saat isolasi mandiri; 4) Pelatihan pemanfaatan obat tradisional di era pandemi COVID-19; dan 5) Survei lanjutan mengenai tingkat pengetahuan siswa/i terhadap swamedikasi pada saat isolasi mandiri dan pemanfaatan obat tradisional di era pandemi COVID-19. Metode yang digunakan untuk melihat perubahan tingkat pengetahuan peserta adalah quasi experimental one-group pretest-posttest. Data yang didapatkan dianalisis secara statistik dengan uji Wilcoxon. Berdasarkan data yang diperoleh, pelatihan swamedikasi dapat meningkatkan pengetahuan responden secara signifikan ( $p < 0,005$ ). Sehingga, pelatihan ini berhasil memberikan dampak pada peningkatan pengetahuan siswa/i kelas 10 SMA Muhammadiyah 1 tentang swamedikasi saat isolasi mandiri.

**Kata kunci:** swamedikasi, isolasi mandiri, covid-19

### ABSTRACT

*COVID-19 patients who are self-isolating with mild symptoms require several types of drugs to treat symptoms, as well as vitamins and herbal medicines to increase endurance. Self-medication can be done for minor ailments. To provide knowledge about self-medication during self-isolation to 10th-grade students of SMA Muhammadiyah 1, online self-medication training was conducted. The training activities include: 1) Socialization of the activity plan; 2) Survey of students' knowledge level of self-medication during self-isolation and the use of traditional medicine in COVID-19 pandemic era; 3) Training on self-medication during self-isolation; 4) Training on the use of traditional medicine in COVID-19 pandemic; and 5) A follow-up survey on the level of students' knowledge of self-medication during self-isolation and the use of traditional medicine in COVID-19 pandemic era. The method used to see changes in the level of knowledge of participants is a quasi-experimental one-group pretest-posttest. The data obtained were analyzed statistically with the Wilcoxon test. Based on the*

*data obtained, self-medication training can significantly increase respondents' knowledge ( $p < 0.005$ ). Thus, this training succeeded in having an impact on increasing the knowledge of grade 10 students of SMA Muhammadiyah 1 about self-medication during self-isolation.*

**Keywords:** *self-medication, self-isolation, covid-19*

## PENDAHULUAN

Saat ini sedang berlangsung pandemi coronavirus disease (Covid)-19. World Health Organization (WHO) menjelaskan bahwa Coronaviruses (Cov) adalah virus yang menginfeksi sistem pernapasan. Penyebaran virus Corona yang telah meluas ke berbagai belahan dunia membawa dampak dalam berbagai bidang, terutama karena adanya pembatasan sosial yang dijalankan (Hanoatubun, 2020). Tercatat, sebanyak 108.240.557 orang di seluruh dunia terinfeksi COVID-19 dari awal pandemic hingga tanggal 12 Februari 2021. Indonesia sendiri merupakan negara terbesar keempat paling terdampak virus ini. Diperkirakan, pandemi COVID-19 di Indonesia akan berlangsung dalam waktu yang lama. Kasus COVID-19 di Indonesia telah mencapai 107.816.410 kasus dengan 24.534 kasus berada di provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta per tanggal 11 Februari 2021 (Djalante et al., 2020).

Salah satu upaya untuk memutuskan mata rantai penyebaran virus ini adalah dengan melakukan isolasi mandiri. Isolasi mandiri adalah pemisahan orang sakit dengan penyakit menular dari orang yang tidak terinfeksi untuk melindungi orang yang tidak terinfeksi secara mandiri di rumah. Selama menjalani masa isolasi mandiri, pasien COVID-19 perlu meningkatkan kekuatan daya tahan tubuh dengan cara menjalankan pola hidup sehat agar imunitas tubuh meningkat, antara lain dengan mengkonsumsi suplemen kesehatan. Suplemen kesehatan yang dibutuhkan selama menjalani masa isolasi mandiri dapat dibeli secara swamedikasi di apotek atau toko obat berizin (Wilder-Smith & Freedman, 2020).

Menurut World Health Organization (WHO), swamedikasi atau self-medication merupakan pemilihan dan penggunaan obat tanpa resep dokter oleh seorang individu untuk mengatasi gangguan atau gejala yang dialami. Untuk mengobati segala keluhan pada diri sendiri adalah dengan penggunaan obat-obat yang sederhana yang dapat dibeli bebas di apotik atau toko obat atas inisiatif sendiri. Pelaksanaan swamedikasi harus memenuhi kriteria penggunaan obat yang rasional, antara lain ketepatan pemilihan obat, ketepatan dosis obat, tidak adanya efek samping, tidak adanya kontraindikasi, tidak adanya interaksi obat dan tidak adanya polifarmasi. Dalam praktiknya, kesalahan penggunaan obat dalam swamedikasi ternyata masih banyak terjadi, terutama karena ketidaktepatan obat dan dosis obat. Apabila kesalahan tersebut terjadi terus-menerus dalam waktu yang lama akan dikhawatirkan dapat menimbulkan risiko pada kesehatan (Pratiwi et al., 2020). Obat yang digunakan dalam swamedikasi tidak sebatas obat sintesis melainkan juga obat herbal dan produk tradisional (Cameron et al., 2011).

Pelatihan ini bertujuan untuk memberikan wawasan, pengetahuan, dan keterampilan anak-anak SMA tentang swamedikasi saat isolasi mandiri agar obat-obatan dan suplemen yang digunakan efektif dan tidak membahayakan kesehatan. Tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini secara umum dapat membentuk pola pikir dan cara pandang siswa untuk dapat menyikapi secara tepat tentang penggunaan obat terkait pengobatan yang dapat diobati sendiri oleh pasien tanpa konsultasi dengan dokter dimana peran serta apoteker dilakukan dengan memberikan penyuluhan kesehatan terkait penyakit yang dapat diobati sendiri oleh pasien, cara mendapatkan dan penggunaan obat yang baik dan benar.

## METODE

Pelatihan dilakukan pada siswa/i kelas 10 di SMA Muhammadiyah 1 Yogyakarta secara daring. Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat (PKM) meliputi serangkaian kegiatan

program kerja mulai dari: (1) Sosialisasi rencana kegiatan; (2) Survei tingkat pengetahuan siswa/i terhadap swamedikasi pada saat isolasi mandiri dan pemanfaatan obat tradisional di era pandemi COVID-19; (3) Pelatihan tentang swamedikasi pada saat isolasi mandiri; (4) Pelatihan pemanfaatan obat tradisional di era pandemi COVID-19; dan (5) Survei lanjutan mengenai tingkat pengetahuan siswa/i terhadap swamedikasi pada saat isolasi mandiri dan pemanfaatan obat tradisional di era pandemi COVID-19.

Sosialisasi dan koordinasi terkait kegiatan ini dilakukan pada tanggal 26 Mei 2021 secara online kepada mitra yaitu kepala sekolah SMA Muhammadiyah 1 serta guru penanggungjawab kegiatan. Pelatihan pertama dilakukan pada tanggal 31 Mei 2020 melalui media google meet dengan peserta sebanyak 29 siswa SMA Muhammadiyah 1 Yogyakarta, sedangkan pelatihan kedua dilakukan pada tanggal 10 September 2021 melalui media zoom dengan peserta sebanyak 29 siswa SMA Muhammadiyah 1 Yogyakarta. Dalam pelaksanaannya, kegiatan ini dibantu oleh 2 orang mahasiswa.

Metode yang digunakan adalah quasi experimental one-group pretest-posttest. Tidak terdapat kelompok pembanding (kontrol) dalam penelitian ini, namun dilakukan observasi sebanyak dua kali, di awal kegiatan dengan pretest dan di akhir kegiatan dengan posttest untuk melihat perubahan setelah adanya perlakuan pada kelompok yang diuji. Alat ukur yang digunakan untuk menilai dampak pelatihan adalah kuesioner. Data pretest dikumpulkan sebelum pelatihan, sedangkan data posttest didapatkan setelah pelatihan, Pelatihan dilakukan dengan narasumber dosen Fakultas Farmasi Universitas Ahmad Dahlan. Data yang didapatkan dianalisis secara statistik dengan uji Wilcoxon.

## HASIL, PEMBAHASAN, DAN DAMPAK

Peningkatan pengetahuan setelah pelatihan swamedikasi pada saat isolasi mandiri diketahui dari hasil pretest dan posttest yang diberikan sebelum dan setelah pelatihan. Ada 10 pertanyaan yang diajukan untuk melihat tingkat pengetahuan peserta pelatihan terkait penyebab covid, gejala, faktor yang menyebabkan seseorang harus isolasi mandiri, hal-hal yang harus dilakukan pada saat isolasi mandiri, swamedikasi gejala batuk, swamedikasi gejala demam, kandungan suplemen yang di butuhkan pada isolasi mandiri, penggunaan vitamin C, penggunaan vitamin D, dan penggunaan probiotik selama pandemi COVID-19. Penilaian tingkat pengetahuan dibagi menjadi tiga kategori, yaitu baik jika nilai >80%; sedang jika nilai 60-80%; dan buruk jika nilai <60% (Notoatmodjo, 2012). Tabel 1 menunjukkan perbedaan tingkat pengetahuan siswa SMA Muhammadiyah 1 sebelum dan setelah mendapatkan pelatihan swamedikasi pada saat isolasi mandiri.

Berdasarkan hasil pretest dan posttest, diperoleh gambaran tingkat pengetahuan siswa sebelum dan setelah pelatihan. Hasil menunjukkan bahwa sebelum pelatihan siswa sudah memiliki pengetahuan baik terkait penyebab COVID-19, faktor seseorang harus dilakukan saat isolasi mandiri dan hal hal yang harus di lakukan pada saat isolasi mandiri. Pengetahuan sedang terkait gejala COVID-19 dan swamedikasi serta pengetahuan buruk pada pengetahuan tentang sawamedikasi batuk, kandungan suplemen kesehatan, penggunaan vitamin C, vitamin dan probiotik pada COVID-19. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa secara umum, siswa/i kelas 10 SMA Muhammadiyah 1 Yogyakarta sudah memiliki pengetahuan yang baik mengenai COVID-19 dan isolasi mandiri, namun memiliki pengetahuan dalam tingkat sedang hingga buruk terkait dengan swamedikasi dan obat-obatan. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Hermawati (2012), yang menyatakan bahwa pengetahuan masyarakat mengenai tanda dan golongan obat masih terbatas.

Setelah pelatihan, nilai pada semua aspek pengetahuan meningkat dan termasuk ke dalam kategori pengetahuan baik (>80) dan hampir semua pertanyaan dapat dijawab dengan benar oleh peserta. Sehingga, dapat disimpulkan bahwa setelah pelatihan ini siswa mampu meningkatkan pengetahuan siswa terkait swamedikasi pada saat isolasi mandiri. Jika dilihat

lebih dalam pada Tabel 2, terdapat peningkatan nilai rata-rata pengetahuan peserta. Hasil post-test menunjukkan bahwa nilai rata-rata peserta adalah 90,9, naik dari nilai awal sejumlah 54,5. Perbedaan tingkat pengetahuan ini dianalisis menggunakan uji wilcoxon, dimana hasil p value antara pre-test dan post-test peserta menunjukkan hasil sebesar  $<0,001$  ( $p<0,005$ ) yang artinya ada perbedaan signifikan pada tingkat pengetahuan siswa sebelum dan sesudah perlakuan berupa pelatihan yang diberikan.

Tabel 1. Peningkatan Pengetahuan Siswa SMA Muhammadiyah 1 Setelah Mendapatkan Pelatihan Swamedikasi pada Saat Isolasi Mandiri

No	Pengetahuan	Jawaban benar pretest		Jawaban benar posttest		Peningkatan pengetahuan (%)
		n	%	n	%	
1.	Penyebab penyakit COVID-19	29	100,0	28	96,6	-3,4
2.	Gejala COVID-19	18	62,1	27	93,1	31,0
3.	Faktor seseorang harus isolasi mandiri	26	89,7	29	100,0	10,3
4.	Hal hal yang harus dilakukan pada saat isolasi mandiri	26	89,7	26	89,7	0
5.	Swamedikasi batuk gejala COVID-19	10	34,5	26	89,7	55,2
6.	Swamedikasi demam gejala COVID-19	21	72,4	26	89,7	17,3
7.	Kandungan senyawa suplemen kesehatan untuk COVID-19	16	55,2	27	93,1	37,9
8.	Penggunaan vitamin C pada pasien COVID-19	4	13,8	24	82,8	69,0
9.	Jenis makanan yang mengandung vitamin D yang baik dikonsumsi pada saat covid	5	17,2	25	86,2	69,0
10.	Suplemen memelihara keseimbangan mikrobiota pada tubuh saat COVID-19	3	10,3	24	82,8	72,5

Tabel 2. Hasil Perbandingan Pengetahuan Siswa SMA Muhammadiyah 1 Sebelum dan Setelah Mendapatkan Pelatihan Swamedikasi pada Saat Isolasi Mandiri

	Mean	p-value	n
Pretest	54,5	$<0,001$	29
Posttest	90,9		

Pelatihan swamedikasi pada saat isolasi mandiri yang dilakukan merupakan bentuk program edukasi kepada masyarakat, khususnya pada siswa/i sekolah sasaran. Selama ini, berbagai macam pelatihan swamedikasi dengan sasaran siswa/i SMA telah mampu meningkatkan pengetahuan peserta sasaran terhadap obat-obatan yang digunakan pada penyakit tertentu (Wati & Galuh, 2020). Namun, belum ada yang membahas mengenai swamedikasi isolasi mandiri.

Secara umum, peserta pelatihan telah mengetahui bahwa penyakit COVID-19 disebabkan oleh virus, dimana gejala yang kemudian dialami adalah demam, sakit tenggorokan, dan batuk. Peserta juga memahami bahwa orang yang dinyatakan positif COVID-19, tinggal dengan seseorang yang terinfeksi COVID-19, serta orang yang baru datang dari daerah dengan infeksi COVID-19 yang tinggi perlu melaksanakan isolasi mandiri. Setelah pelatihan, peserta mendapatkan pemahaman lebih dalam mengenai obat dan suplemen yang bisa digunakan dalam isolasi mandiri, seperti bromheksin sebagai obat batuk, parasetamol sebagai obat demam, suplemen yang mengandung vitamin, mineral, dan asam amino, serta penggunaannya. Peserta juga mengetahui bahwa batas maksimal konsumsi vitamin C harian adalah 1000 mg, vitamin D dapat didapatkan dari makanan seperti keju dan hati sapi, serta fungsi prebiotik untuk memelihara keseimbangan mikrobiota tubuh.

Berdasarkan Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia nomor HK.01.07/MENKES/4641/2021 tentang Panduan Pelaksanaan Pemeriksaan, Pelacakan, Karantina, dan Isolasi dalam Rangka Percepatan Pencegahan dan Pengendalian Coronavirus Disease 2019 (COVID-19), COVID-19 merupakan penyakit menular yang disebabkan oleh virus SARS-CoV-2 dan telah ditetapkan sebagai pandemi global oleh WHO. Beberapa gejala umum yang menyertai penyakit ini adalah demam, batuk, lemas, sakit kepala, nyeri otot, nyeri tenggorokan, pilek/hidung tersumbat, sesak napas, anoreksia/mual/muntah, diare, hingga penurunan kesadaran. Seseorang menjadi suspek COVID-19 apabila memiliki tiga dari gejala umum tersebut. Sedangkan, gejala khas penyakit ini adalah demam akut dan batuk, infeksi pernafasan akut berat dengan demam dan batuk, serta anosmia (kehilangan penciuman) dan ageusia (kehilangan pengecap) akut tanpa penyebab lain yang teridentifikasi. Seseorang dapat menjadi suspek COVID-19 apabila terdapat salah satu dari gejala khusus tersebut.

Masih berdasarkan panduan yang sama, isolasi sebenarnya merupakan istilah yang digunakan pada upaya memisahkan suspek yang memerlukan perawatan rumah sakit dan seseorang yang terkonfirmasi COVID-19 dari orang yang sehat untuk mengurangi risiko penularan. Isolasi dilakukan selama 10 hari untuk pasien asimtomatik (tanpa gejala) dan minimal 10 hari ditambah dengan 3 hari bebas gejala untuk pasien simtomatik (bergejala). Sedangkan, orang dengan riwayat kontak dengan kasus atau kluster COVID-19 maupun suspek yang tidak memerlukan perawatan rumah sakit melaksanakan karantina selama 5 hari jika negatif atau 14 hari jika tidak melakukan pemeriksaan lebih lanjut. Baik isolasi maupun karantina mandiri dapat dilakukan di rumah masing-masing jika syarat klinis dan syarat rumah terpenuhi, diantaranya: usia <45 tahun; tidak memiliki komorbid; tanpa gejala/gejala ringan; dapat tinggal di kamar terpisah dengan penghuni rumah lain; serta terdapat kamar mandi di dalam rumah (Kemenkes RI, 2021).

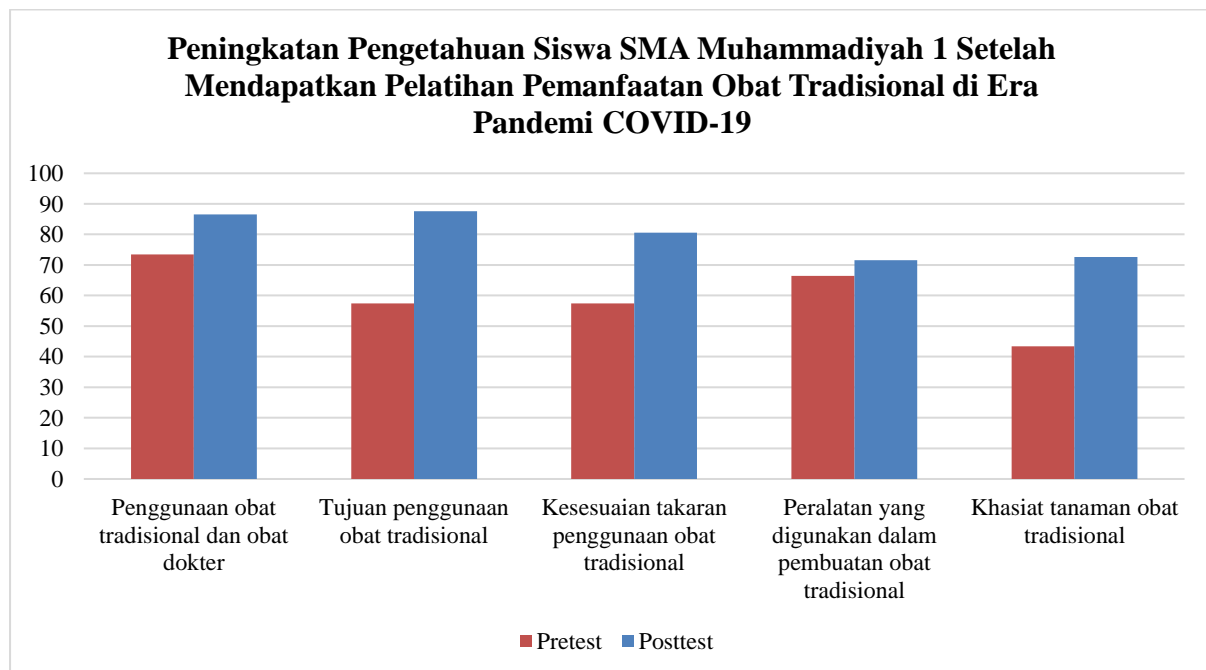
Sampai saat ini, belum terdapat satu jenis obat yang telah mendapat izin edar untuk indikasi COVID-19 (Setiadi et al., 2020). Oleh karena itu, saat ini, berbagai jenis obat digunakan sebagai upaya mengatasi symptom atau gejala klinis yang dialami pasien. Berdasarkan pedoman tata laksana pengobatan pasien COVID-19 yang dikeluarkan oleh (World Health Organization, 2021), pasien dengan gejala ringan perlu diberikan terapi simptomatis, seperti antireptik untuk demam dan nyeri, nutrisi yang cukup, serta rehidrasi yang tepat. Bromheksin adalah obat batuk yang biasa digunakan dalam swamedikasi, sedangkan parasetamol adalah contoh untuk pengobatan simtomatis, khususnya untuk demam dan nyeri (Perhimpunan Dokter Paru Indonesia et al., 2020)

Di sisi lain, nutrisi seperti mineral, vitamin, dan asam amino berfungsi dalam terapi penunjang COVID-19, terutama vitamin C, vitamin D, serta zink. Belum terdapat publikasi penelitian yang menunjukkan fungsi langsung ketiganya terkait dengan kesembuhan pasien COVID-19, namun penggunaan rasional ketiganya didasarkan pada efek imunomodulator yang berpotensi dapat melindungi diri dari COVID-19 atau mencegah keparahan penyakit (Rusdi, 2021). Tidak seperti obat, suplemen tidak ditujukan untuk mengatasi, mendiagnosis, mencegah



atau menyembuhkan penyakit. Konsumsi suplemen yang berlebihan justru dapat memberikan efek biologik yang tidak diharapkan pada tubuh, oleh karena itu perlu kehati-hatian dalam mengkonsumsinya (Lidia, 2020). Contohnya, anjuran konsumsi vitamin C per hari menurut Angka Kecukupan Gizi (AKG) adalah 40-90 mg per hari, sehingga konsumsi vitamin >1000 mg per hari tidak dianjurkan karena dapat menimbulkan efek samping seperti batu ginjal (Arel et al., 2017). Sejalan dengan vitamin, konsumsi prebiotik juga mampu meningkatkan sistem imun tubuh dalam menghadapi pandemi COVID-19 (Wiraharja, 2021).

Peningkatan pengetahuan setelah pelatihan pemanfaatan obat tradisional di era pandemi COVID-19 diketahui dari hasil pretest dan posttest yang diberikan sebelum dan setelah pelatihan. Ada 5 pertanyaan yang diajukan untuk melihat tingkat pengetahuan peserta pelatihan terkait penggunaan obat tradisional dan obat dokter, tujuan penggunaan obat tradisional di masa pandemi sebagai penambah daya tahan tubuh di masa pandemi COVID-19, kesesuaian takaran penggunaan obat tradisional, peralatan yang tidak boleh digunakan pada proses pengolahan obat tradisional, dan khasiat tanaman obat tradisional. Penilaian tingkat pengetahuan dibagi menjadi tiga kategori, yaitu baik jika nilai >80%; sedang jika nilai 60-80%; dan buruk jika nilai <60% (Notoatmodjo, 2012). Gambar 1 menunjukkan perbedaan tingkat pengetahuan siswa SMA Muhammadiyah 1 sebelum dan setelah mendapatkan pelatihan pemanfaatan obat tradisional di era pandemi COVID-19.



Gambar 1. Peningkatan Pengetahuan Siswa SMA Muhammadiyah 1 Setelah Mendapatkan Pelatihan Pemanfaatan Obat Tradisional di Era Pandemi COVID-19

Dampak pelatihan tentang penggunaan obat tradisional pada saat pandemi covid-19 diperoleh dari hasil kuesioner pretest dan posttest yang diisi oleh peserta pelatihan. Pada pertanyaan tentang penggunaan secara bersamaan antara obat tradisional dan obat dokter, sebelum dilakukan pelatihan telah berada pada kategori baik dengan 73,46%. Setelah dilakukan penyuluhan, terjadi peningkatan persentase jawaban benar menjadi 86,54%. Pada pertanyaan tentang tujuan penggunaan obat tradisional di masa pandemi sebagai penambah daya tahan tubuh di masa pandemi COVID-19 dan kesesuaian takaran penggunaan obat tradisional, terjadi peningkatan kategori pengetahuan dari kategori buruk menjadi kategori baik. Untuk pertanyaan tentang peralatan yang tidak boleh digunakan pada proses pengolahan obat tradisional, terdapat kenaikan nilai rata-rata pengetahuan dari 66,48% peserta yang menjawab

benar menjadi 71,52 % peserta yang menjawab dengan benar, meskipun tingkat pengetahuan tidak berubah, Sedangkan, untuk pertanyaan-pertanyaan yang ada kaitannya dengan khasiat dari masing-masing tanaman, terdapat perubahan kategori pengetahuan dari baik menjadi sedang.

Secara keseluruhan, pengetahuan dan pemahaman para peserta meningkat setelah dilakukannya penyuluhan tentang pemanfaatan obat tradisional di masa pandemi. Hasil pengabdian ini sejalan dengan artikel Saepudin et al (2016) yang menyatakan bahwa proses penciptaan pengetahuan tentang tanaman obat keluarga bertujuan untuk mendorong keberlanjutan pengetahuan di dalam suatu kelompok sosial tertentu, sehingga pengetahuan tersebut dapat digunakan untuk terciptanya replikasi pengetahuan dalam tubuh organisasi, menciptakan inovasi dan melahirkan generasi baru yang memahami manfaat obat tradisional. Keberhasilan pemanfaatan tanaman obat keluarga dipengaruhi oleh pengetahuan masyarakat mengenai manfaat dari masing-masing jenis tanaman obat, selain sebagai meningkatkan gizi (Rissa et al., 2021).

Secara umum, peserta sudah memiliki pengetahuan bahwa diperlukan jeda waktu minimal 2 jam untuk konsumsi obat tradisional dengan obat dokter. Peserta mendapatkan tambahan informasi bahwa penggunaan obat tradisional di masa pandemi COVID-19 bertujuan sebagai penambah daya tahan tubuh serta informasi bahwa dalam proses pengolahan obat tradisional, peralatan berupa logam tidak boleh digunakan. Selain itu, peserta mendapatkan pengetahuan baru mengenai kesesuaian takaran dan khasiat obat tradisional.

Tanaman Obat Keluarga (TOGA) adalah tanaman yang bermanfaat bagi kesehatan manusia yang dan dapat ditanam di pekarangan dan dibudidayakan oleh keluarga (Mindarti & Nurbaeti, 2015). Tanaman obat keluarga merupakan salah satu cara yang dapat diusahakan masyarakat dalam upaya meningkatkan perawatan kesehatan secara mandiri. Tanaman obat keluarga memiliki khasiat untuk mencegah terjadinya penyakit, menjaga kesehatan, serta meningkatkan daya tahan tubuh ditengah pandemi COVID-19 (Rissa et al., 2021).

Menurut Harefa (2020), tanaman obat keluarga dapat diracik dengan cara mencampur tanaman dan bahan lain seperti garam, gula dan kuning telur. Tanaman obat keluarga tersebut dapat digunakan dengan cara direbus lalu diminum, ditumbuk lalu diminum atau dioleskan, diparut dan diperas airnya atau diteteskan pada bagian yang sakit. Selain efeknya yang tidak bersifat meracuni asal diminum sesuai takarannya, tanaman obat keluarga dapat ditemukan dengan mudah di kebun atau pekarangan sekitar rumah. Lebih lanjut, Sasmito (2017) mengatakan bahwa dalam penggunaan obat tradisional juga memiliki aturan-aturan yang harus diperhatikan agar terhindar dari bahaya toksik, baik dalam pembuatannya maupun penggunaannya yaitu mencakup tentang ketepatan bahan obat, ketepatan dosis, ketepatan waktu penggunaan, ketepatan telaah informasi, ketepatan cara penggunaan seta keamanan obat tradisional.

## **SIMPULAN**

Pelatihan swamedikasi pada saat isolasi mandiri dan pelatihan pemanfaatan obat tradisional di era pandemi COVID-19 dapat meningkatkan pengetahuan siswa SMA Muhammadiyah 1 Yogyakarta secara signifikan ( $p < 0,005$ ).

## **UCAPAN TERIMAKASIH**

Terima kasih kami sampaikan kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) UAD yang telah memberikan dana kegiatan ini melalui hibah pengabdian masyarakat dengan nomer Surat Perjanjian Kontrak (SPK) No: U12/SPK-PPM-REGULER-061/LPPM\_UAD/III/2021, dan SMA Muhammadiyah 1 Yogyakarta yang telah menjadi mitra dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini.

**DAFTAR PUSTAKA**

- Arel, A., Martinus, B. A., & Ningrum, S. (2017). Penetapan Kadar Vitamin C Pada Buah Naga Merah (*Hylocereus costaricensis* (F.A.C. Weber) Britton & Rose) dengan Metode Spektrofotometri UV-Visibel. *Scientia: Jurnal Farmasi Dan Kesehatan*, 7, 1. <https://doi.org/10.36434/scientia.v7i1.96>
- Cameron, A., Ewen, M., Auton, M., & Abegunde, D. (2011). *The World Medicines Situation 2011: Medicines Prices, Availability, and Affordability* (3rd ed.). World.
- Djalante, R., Lassa, J., Setiamarga, D., Sudjatma, A., Indrawan, M., Haryanto, B., Mahfud, C., Sinapoy, M. S., Djalante, S., Rafliana, I., Gunawan, L. A., Surtiari, G. A. K., & Warsilah, H. (2020). Review and analysis of current responses to COVID-19 in Indonesia: Period of January to March 2020. *Progress in Disaster Science*, 6, 100091. <https://doi.org/10.1016/j.pdisas.2020.100091>
- Hanoatubun, S. (2020). Dampak Covid – 19 terhadap Prekonomian Indonesia. *EduPsyCouns: Journal of Education, Psychology and Counseling*, 2(1), 146–153.
- Harefa, D. (2020). Pemanfaatan Hasil Tanaman Sebagai Tanaman Obat Keluarga (TOGA). *Madani: Indonesian Journal of Civil Society*, 2(2), 28–36. <https://doi.org/10.35970/madani.v2i2.233>
- Kemendes RI. (2021). *Panduan Pelaksanaan Pemeriksaan, Pelacakan, Karantina, dan Isolasi dalam Rangka Percepatan Pencegahan dan Pengendalian Coronavirus Disease 2019 (COVID-19)*. Kementerian Kesehatan RI.
- Lidia, K. (2020). Peningkatan Kesehatan dengan Suplemen dan Gizi Seimbang di Era Pandemi Covid-19. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Undana*, 14(2), 63–68.
- Mindarti, S., & Nurbaeti, B. (2015). *Buku Saku Tanaman Obat Keluarga (Toga)*. Balai Pengkajian Teknologi Pertanian Jawa Barat. <http://repository.pertanian.go.id/handle/123456789/8691>
- Notoatmodjo, S. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta. <https://opac.perpusnas.go.id/DetailOpac.aspx?id=197163>
- Perhimpunan Dokter Paru Indonesia, Perhimpunan Dokter Spesialis Kardiovaskular Indonesia, Perhimpunan Dokter Spesialis Penyakit Dalam Indonesia, Perhimpunan Dokter Anestesiologi dan Terapi Intensif Indonesia, & Ikatan Dokter Anak Indonesia. (2020). *Pedoman Tatalaksana COVID-19* (3rd ed.).
- Pratiwi, Y., Rahmawaty, A., & Islamiyati, R. (2020). Peranan Apoteker dalam Pemberian Swamedikasi pada Pasien BPJS. *Jurnal Pengabdian Kesehatan*, 3(1), 65–72. <https://doi.org/10.31596/jpk.v3i1.69>
- Rissa, M. M., Khuzaima, L. L., Rahmanti, L., Liawati, L., Handayani, L., Sholikhah, M., & Damayanti, M. (2021). Edukasi tentang covid-19 serta sosialisasi pemanfaatan tanaman obat keluarga untuk meningkatkan imunitas tubuh. *PROMOTIF: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 13–20.
- Rusdi, M. S. (2021). Mini Review: Farmakologi pada Corona Virus Disease (Covid-19). *Lambung Farmasi: Jurnal Ilmu Kefarmasian*, 2(1), 54–61. <https://doi.org/10.31764/lf.v2i1.3974>
- Saepudin, E., Rusmana, A., & Budiono, A. (2016). Penciptaan Pengetahuan Tentang Tanaman Obat Herbal dan Tanaman Obat Keluarga. *Jurnal Kajian Informasi & Perpustakaan*, 4(1), 95–106. <https://doi.org/10.24198/jkip.v4i1.11633>
- Sasmito, E. (2017). *Imunomodulator Bahan Alami* (Ed.I). Rapha Publishing.
- Setiadi, A. A. P., Wibowo, Y. I., Halim, S. V., Brata, C., Presley, B., & Setiawan, E. (2020). Tata Laksana Terapi Pasien dengan COVID-19: Sebuah Kajian Naratif. *Jurnal Farmasi Klinik Indonesia*, 9(1), 70–94.



- Wati, H., & Galuh, G. (2020). Pengaruh Edukasi terhadap pengetahuan swamedikasi batuk pada siswa di SMA di Kota Kediri. *Java Health Journal*, 6(2), Article 2. <https://doi.org/10.1210/jhj.v6i2.293>
- Wilder-Smith, A., & Freedman, D. O. (2020). Isolation, quarantine, social distancing and community containment: Pivotal role for old-style public health measures in the novel coronavirus (2019-nCoV) outbreak. *Journal of Travel Medicine*, 27(2). <https://doi.org/10.1093/jtm/taaa020>
- Wiraharja, R. S. (2021). *Peranan ilmu kesehatan masyarakat dalam penanggulangan covid-19*. Penerbit Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya.
- World Health Organization. (2021). *COVID-19 Clinical management: Living guidance*. COVID-19 Clinical Management: Living Guidance. <https://www.who.int/publications-detail-redirect/WHO-2019-nCoV-clinical-2021-1>