

Penyuluhan Dapatkan, Gunakan, Simpan dan Buang Obat (Dagusibu) di Kelurahan Candirejo, Kecamatan Ungaran Barat, Kabupaten Semarang

Jatmiko Susilo¹, Rini Susanti², Kartika Sari³

¹Program Studi S1 Farmasi Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo, Ungaran

²Program Studi S1 Kebidanan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo, Ungaran

³Program Studi Profesi Bidan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo, Ungaran

Email Korepondensi: jmikosusilo@gmail.com

ABSTRAK

Riset Kesehatan Dasar (2013) telah mendata sebanyak 35,2% keluarga di Indonesia menyimpan obat untuk swamedikasi. Resiko penggunaan dan pengelolaan obat yang tidak tepat dapat berupa kesalahan pengobatan (*medication error*) atau efek samping yang membahayakan bagi diri keluarga maupun masyarakat sekitar dan dampak finansial. Tujuan dari pengabdian masyarakat ini untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat melalui komunikasi, informasi dan edukasi tentang pengelolaan obat ditingkat keluarga melalui program dapatkan, gunakan, simpan dan buang(Dagusibu). Pengabdian ini dilaksanakan pada tanggal 14 Mei 2024 di Kelurahan Candirejo, Ungaran Barat, Kabupaten Ungaran, dengan memberikan KIE dalam rapat PKK sebanyak 25 peserta, menggunakan mediaslide. Untuk menevaluasi pengetahuan dan pemahaman dilakukan *pre- dan post- test*. Hasil yang didapatkan adanya peningkatan pengetahuan dan pemahaman yang lebih baik ($p<0,001$). Pemberian KIE mampu meningkatkan pengetahuan dan pemahaman masyarakat dalam pengelolaan obat di tingkat rumah tangga dengan harapan seluruh warga memiliki obat yang bermutu, efektif dan aman yang mampu meningkatkan kualitas hidupnya.

Kata Kunci: Candirejo, Dagusibu, KIE, PKK

ABSTRACT

Basic Health Research (2013) noted that 35.2% of families in Indonesia store medicines for self-medication. The risk of improper use and management of medicines can be in the form of medication errors or side effects that are harmful to the family and surrounding community as well as financial impacts. The purpose of this community service is to increase public knowledge and awareness through communication, information, and education (KIE) about drug management at the family level through the Dagusibu program (Get, Use, Save, and Dispose). This service was carried out on Mei, 14 2024 in Candirejo Village, East Ungaran, Ungaran Regency, by providing IEC to PKK mothers as many as 25 using audio-visual media. To assess knowledge and understanding, a pre-test and post-test were carried out. The results obtained were an increase in knowledge and better understanding ($p<0.001$). The provision of IEC was able to increase public knowledge and understanding about drug management at the household level with the hope that all residents have quality, effective, and safe medicines so that they can improve their quality of life.

Keywords: Candirejo, Dagusibu, IEC, PKK

1. PENDAHULUAN

Masyarakat Indonesia sudah terbiasa dalam menggunakan berbagai jenis obat-obatan untuk menyembuhkan penyakit, memelihara, ataupun sebagai suplemen dalam upaya menunjang aktifitas sehari-hari. Hal ini dapat terjadi karena berbagai faktor seperti perkembangan penyakit, produksi berbagai jenis obat-obatan dan suplemen serta mulai diberlakukannya jaminan kesehatan nasional yang memungkinkan masyarakat mendapatkan akses yang lebih mudah untuk mendapatkan pengobatan

Efektivitas pengobatan obat didasarkan pada kemanjuran, tolerabilitas, keamanan, dan penerimaan obat tersebut. Manajemen pengobatan yang efektif menyiratkan bahwa proses pemilihan dan pengelolaan obat yang baik yang diresepkan maupun non resep menghasilkan hasil yang optimal bagi pasien (Howland, 2012).

Promosi Obat merupakan kegiatan pemberian informasi dan himbuan mengenai suatu

obat jadi yang memiliki izin edar yang dilakukan oleh Industri Farmasi dengan tujuan meningkatkan persepan, distribusi, penjualan dan atau penggunaan obat. Kebanyakan iklan yang ada di media massa cenderung *misleading* atau mengecoh, akibat dari kesalahan informasi obat dan orientasi bisnis dapat berakibat merugikan bahkan fatal bagi konsumen.

Perilaku penggunaan obat untuk menyembuhkan penyakit ringan di masyarakat sebagai upaya swamedikasi (pengobatan sendiri) sangat tinggi. Riset Kesehatan Dasar (2013) telah mendata sebanyak 35,2% keluarga di Indonesia menyimpan obat untuk swamedikasi (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2013). Resiko penggunaan dan pengelolaan obat di tingkat keluarga yang tidak tepat dapat berupa kesalahan pengobatan (*medication error*) atau efek samping yang membahayakan bagi diri keluarga maupun masyarakat sekitar dan dampak finansial.

Dagusibu merupakan singkatan dari Dapatkan, Gunakan, Simpan dan Buang yang ditujukan agar masyarakat paham mengenai obat. Tujuannya meningkatkan pengetahuan masyarakat dalam pengelolaan dan pengawasan penggunaan obat yang baik dan benar. Obat bebas yang didapat dari toko obat, apotek, atau obat yang dibeli tanpa resep dokter biasanya dipersiapkan di rumah untuk penanganan sakit tanpa bantuan tenaga kesehatan. Obat-obat tersebut diantaranya obat batuk, pilek atau obat demam. Begitu pun obat dari resep dokter, tidak semua obat akan habis sekali minum. Obat yang dapat mengurangi rasa nyeri atau obat demam, hanya dikonsumsi ketika merasakan sakit tersebut sehingga obat tersebut harus disimpan selama tidak digunakan

Komunikasi, Informasi, dan Edukasi (KIE) bertujuan untuk meningkatkan kesadaran, mengubah sikap, dan membawa perubahan pada perilaku tertentu. Fokusnya pada berbagi informasi dan gagasan dengan cara yang sensitif secara budaya dan dapat diterima oleh masyarakat, dengan menggunakan saluran, pesan, dan metode yang tepat. KIE digunakan untuk menciptakan kesadaran. Ini adalah proses bekerja dengan individu, komunitas, dan masyarakat untuk mengembangkan strategi komunikasi guna mendorong perilaku positif yang sesuai dengan lingkungan mereka.

Diperkirakan lebih dari 20% orang dewasa berusia 40 tahun ke atas mengonsumsi lima atau lebih obat resep, yang dapat meningkatkan resiko interaksi obat yang berbahaya, penyalahgunaan, dan penyalahgunaan, selain itu penuaan itu sendiri menghadirkan resiko khusus. Masalah terkait pengobatan dan kesalahan pengelolaan pengobatan merupakan masalah kesehatan masyarakat yang besar. Para ahli memperkirakan bahwa 1,5 juta kejadian buruk yang dapat dicegah terjadi setiap tahun yang mengakibatkan cedera dan kematian senilai \$177 miliar. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan masyarakat tentang Dagusibu antibiotika saat pretest 12% kategori kurang, 31% kategori sedang, dan 57% kategori baik. Saat posttest 27% kategori cukup, dan 73% kategori baik (Damayanti, 2023). Namun, Belum ditemukan data tentang prevalensi penyakit tidak menular, namun ada kemungkinan prevalensi nya meningkat sejalan dengan peningkatan usia penduduk

Tenaga kesehatan memiliki peran penting dalam membantu pasien secara konsisten dan berkesinambungan dalam penggunaan obat dengan benar, untuk menjamin pasien mendapatkan manfaat dari obat yang dikonsumsi. Dalam rangka menghilangkan setidaknya menurunkan penggunaan obat yang salah atau penyalahgunaan obat (*drug abuse*) dan pengelolaan obat di tingkat rumah tangga, maka perlu dilakukan penyuluhan atau KIE tentang Dagusibu di Kelurahan Candirejo, Kecamatan Ungaran Barat, Kabupaten Semarang.

2. PERMASALAHAN MITRA

Penduduk Kecamatan Ungaran Barat berdasarkan data pada tahun 2023 meliputi 40,694 laki-laki dan 41.696 perempuan dengan rasio 97,74%. Usia harapan hidup laki-laki dan perempuan adalah 74,12 dan 75,79 tahun atau rata-rata usia harapan hidup 75,95 tahun (BPS Kabupaten Semarang, 2022).

Berdasarkan permintaan masyarakat setempat dan survei yang telah dilakukan oleh Tim, maka perlu dilakukan penyuluhan atau KIE terkait dengan pengelolaan obat di tingkat rumah tangga dengan mengangkat tema DaGuSiBu dengan harapan lebih memawami pengelolaan obat baik obat resep atau non resep yang dimiliki oleh warga agar efektif dan aman bagi pengobatan serta tidak membahayakan lingkungan sekitar.

3. METODE PELAKSANAAN

Pengabdian masyarakat ini dilakukan pada hari Minggu tanggal 5 Mei 2024 di RT 01 RW 03 Kelurahan Candirejo Kecamatan Ungaran Barat Kabupaten Semarang. Pelaksanaan KIE ini dilakukan sengan sasaran ibu-ibu saat mereka melakukan rapat atau pertemuan. Sebanyak 25 ibu

PKK yang hadir dan dapat membaca dan menulis dipilih sebagai subyek (*total sampling*).

Pelaksanaan kegiatan ini dilakukan melalui 3 tahap, yaitu tahap 1. Perkenalan dan maksud dan tujuan dilakukan KIE dan dilanjutkan *pre test*, tahap 2 pelaksanaan KIE menggunakan audio visual dan diskusi-tanya jawab, dan tahap 3 dilakukan *post test* dan diakhiri dengan penutupan. Hasil *pre-* dan *post-test* direkapitulasi dan dilakukan analisis normalitas Kolmogorov-Smirnov dilanjutkan uji t berpasangan (*paired-sampel t-test*) untuk mengetahui pengaruh KIE terhadap tingkat pengetahuan dan pemahaman peserta.

4. PEMBAHASAN

Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada acara PKK ibu-ibu RT01 RW03 Kelurahan Candirejo Ungaran Barat, Kabupaten Semarang, yang diikuti sebanyak 15 peserta anggota PKK, 4 dosen dan 3 mahasiswa.

Tabel 1 Tingkat pengetahuan peserta sebelum dan setelah dilakukan KIE

Peserta	Pre test	Post test	Selisih
1	10	10	0
2	8	10	2
3	10	10	0
4	9	10	1
5	9	10	1
6	9	9	0
7	10	7	-3
8	10	10	0
9	8	10	2
10	8	10	2
11	9	10	1
12	8	10	2
13	8	10	2
14	8	10	2
15	10	10	0
16	9	10	1
17	9	10	1
18	10	10	0
19	10	9	-1
20	10	10	0
21	10	10	0
22	10	10	0
23	10	10	0
24	10	10	0
25	9	10	1
Rerata	9,24	9,8	0,56
SD	0,83	0,65	1,16

Tabel 1 menunjukkan tingkat pengetahuan peserta sebelum KIE ($9,24 \pm 0,83$) dan sesudah KIE ($9,80 \pm 0,65$) dan mengalami peningkatan pengetahuan sebesar ($0,56 \pm 1,16$), meskipun terdapat 2 peserta yang mengalami penurunan nilai yaitu pada peserta nomor 7 (-3) dan 19 (-1). Analisa menggunakan uji-t berpasangan (*paired-sampel t-test*) menunjukkan ada perbedaan bermakna tingkat pengetahuan peserta ($p=0,024$, CI 95%), yang berarti ada pengaruh pemberian KIE terhadap peningkatan pengetahuan Dagusibu peserta.

Tingginya penggunaan obat dan polifarmasi, pemahaman dan peningkatan manajemen pengobatan sangatlah penting. Manajemen pengobatan dapat didefinisikan sebagai, “perawatan yang berpusat pada pasien untuk mengoptimalkan terapi obat yang aman, efektif dan tepat” (CPA, 2017). Manajemen pengobatan mandiri merupakan proses yang kompleks dan sering kali memengaruhi banyak aspek kehidupan seseorang.

Manajemen pengobatan melibatkan sejumlah layanan yang bertujuan untuk meningkatkan hasil klinis, seperti: menyelesaikan tinjauan pengobatan dan penilaian kesehatan, memantau rencana pengobatan dan kemanjuran dan keamanan terapi, memberikan edukasi dan mempromosikan

manajemen diri(ACA& NACDSF, 2008). Manajemen diri merupakan komponen mendasar dari manajemen pengobatan yang optimal, dan didefinisikan sebagai “kemampuan individu untuk mengelola gejala, pengobatan, konsekuensi fisik dan psikososial, serta perubahan gaya hidup yang melekat dalam menjalani hidup dengan kondisi kronik”(Grady& Gough, 2014).



Gambar 1. Dokumentasi pelaksanaan pengabdian masyarakat di RT01 RW 03 Kelurahan Candirejo, Ungaran Barat.

Dapatkan Obat

Dapatkan obat dengan membeli obat di apotik atau sarana berwenang lainnya, konsumen dapat memperoleh khasiat tidak seperti yang diharapkan atau bahkan menimbulkan masalah baru yang lebih buruk terhadap kesehatan.. Sebaliknya membeli obat di sarana tidak berwenang/illegal sarat akan resiko seperti obat palsu, obat melampaui tanggal kadaluarsa maupun obat ilegal yang tidak memiliki nomor izin edar. Semua kondisi tersebut tentunya berpengaruh terhadap mutu, khasiat dan keamanan obat. Dengan menggunakan obat yang di beli dari sarana tidak berwenang/illegal.

Ada obat bebas yang di tandai dengan logo lingkaran hijau. Ada pula obat bebas terbatas yakni obat yang dapat diperoleh tanpa resep dokter dalam jumlah terbatas dan ditandai dengan logo lingkaran biru. Kedua jenis obat tersebut dapat kita beli secara bebas tanpa dengan resep dokter di apotik, toko obat maupun warung. Jenis obat lain adalah *ethical drug* atau obat keras. Obat dengan logo lingkaran merah dengan huruf K didalamnya ini harus dibeli dengan resep dokter, artinya mereka yang menggunakan obat keras berada dibawah pengawasan dokter. Obat jenis ini hanya dapat didistribusikan di sarana berwenang yakni apotik, rumah sakit atau balai pengobatan.

Berikut cara mendapatkan obat dengan benar :

1. Perhatikan penggolongan dari obat
2. Perhatikan informasi dari obat yang tercantum pada brosur dan kemasan
3. Perhatikan tanggal kadaluarsa pada kemasan obat tebuslah resep dokter di apotek yang telah memiliki legalitas.

Gunakan Obat

Obat merupakan bahan yang digunakan dengan dosis tertentu, penggunaan yang tepat dan dimanfaatkan untuk mendiagnosa, menyembuhkan, mencegah penyakit dan memelihara kesehatan. Penggunaan obat mengacu pada prinsip penggunaan obat seperti tepat diagnosa, tepat indikasi, tepat pemilihan obat, tepat dosis, cara dan lama pemberian serta tepat pemberian informasi.

Hak pemberian obat bukan hanya dimaksudkan untuk mengurangi bahaya akibat kesalahan pemberian obat, tetapi juga untuk melindungi kepentingan pasien. Saat sakit, obat-obatan dapat membantu merasa lebih baik dan sembuh. Namun jika tidak mengikuti petunjuknya, obat-obatan dapat membahayakan Anda. Anda dapat menurunkan kemungkinan terjadinya efek samping obat dengan mengikuti petunjuk pada label obat atau dari apoteker, atau dokter secara cermat. Efek sampingnya mungkin ringan, seperti sakit perut, tetapi dapat menjadi lebih serius seperti kerusakan hati bahkan mematikan.

Penggunaan obat rasional adalah proses peresepan, pemberian, dan penggunaan obat yang tepat oleh pasien untuk diagnosis, pencegahan, dan pengobatan penyakit. Penggunaan obat yang rasional memainkan peran penting dalam menghindari efek samping obat yang dapat dicegah, memaksimalkan hasil terapi dengan meningkatkan kepatuhan pasien, dan meminimalkan biaya terapi obat.

Penggunaan obat yang tidak rasional merupakan masalah utama di seluruh dunia. *World Health organization*, (2024) memperkirakan bahwa lebih dari separuh dari semua obat diresepkan, diberikan atau dijual secara tidak tepat, dan bahwa separuh dari semua pasien gagal meminumnya

dengan benar. Penggunaan obat yang berlebihan, kurang digunakan atau disalahgunakan mengakibatkan pemborosan sumber daya dan bahaya bagi kesehatan. Pemberian resep yang tidak rasional dapat dianggap sebagai pemberian resep “patologis”.

Penggunaan obat yang tidak tepat secara medis, tidak efektif, dan tidak efisien secara ekonomi. Hal ini berdampak terhadap penurunan kualitas terapi obat yang menyebabkan meningkatnya morbiditas dan mortalitas, meningkatnya risiko efek yang tidak diinginkan seperti reaksi obat yang merugikan dan munculnya resistansi obat, misalnya malaria atau tuberkulosis yang resistan terhadap banyak obat, pemborosan sumber daya yang menyebabkan berkurangnya ketersediaan obat-obatan penting lainnya dan meningkatnya biaya dan dampak psikososial.

Informasi umum cara penggunaan obat meliputi:

1. Cara mengonsumsi obat sesuai dengan aturan yang tertera pada etiket
2. Waktu mengonsumsi obat sesuai dengan waktu yang dianjurkan
3. Aturan pakai obat pada etiket harus dipatuhi
4. Minum obat sampai habis, artinya obat tersebut harus dikonsumsi hingga obat habis seperti obat antibiotik
5. Perhatikan indikasi, efek samping, kontra indikasi
6. Hentikan penggunaan obat jika tidak memberikan efek terapi atau menimbulkan efek samping yang tidak diinginkan
7. Tidak dianjurkan untuk mencampur berbagai jenis obat dalam satu wadah
8. Tidak dianjurkan untuk melepas etiket dari wadah obat karena pada etiket tersebut tertera cara penggunaan obat dan informasi penting lainnya
9. Bacalah cara penggunaan obat sebelum mengonsumsi obat dan periksa tanggal kadaluwarsa pada kemasan obat
10. Hindari menggunakan obat orang lain meskipun merasakan gejala penyakit yang sama
11. Tanyakan kepada Apoteker atau petugas kesehatan terdekat untuk mendapatkan informasi penggunaan obat yang lengkap

Lakukan langkah-langkah berikut untuk menghindari masalah dengan obat-obatan:

1. Ikuti petunjuk pada label obat dengan cermat
2. Jika anda belum memahami petunjuknya, mintalah dokter atau apoteker untuk menjelaskannya.
3. Simpan daftar semua obat, vitamin, mineral dan herbal yang anda gunakan dan bagikan informasi ini dengan dokter anda pada pemeriksaan berikutnya.

Simpan Obat

Kualitas obat memengaruhi kemanjuran dan keamanan pengobatan. Kualitas bergantung pada pembuatan dan penyimpanan yang benar: obat berkualitas tinggi tersedia jika menggunakan prosedur pembelian yang rasional dan jika pemasoknya dapat diandalkan. Simpan, supaya obat dapat digunakan hingga masa kadaluwarsa sebaiknya di simpan dengan petunjuk penyimpanan yang tepat. Simpan di tempat yang tidak terkena matahari langsung, kering dan tidak lembab. Perlu diperhatikan tempat penyimpanan jauh dari jangkauan anak-anak. Simpan obat sesuai dengan kemasan aslinya dan memastikan obat tersebut tertutup rapat agar terhindar dari kontaminasi.

Stabilitas obat bergantung pada faktor lingkungan seperti suhu, udara, cahaya, dan kelembapan, serta faktor terkait obat seperti bahan aktif itu sendiri, bentuk sediaan (tablet, larutan, dll.) dan proses pembuatannya. Oleh karena itu, penting untuk mematuhi petunjuk penyimpanan yang diberikan dalam panduan ini atau oleh produsen (pada pemberitahuan dan label) jika rekomendasinya tidak sama. Menyimpan obat-obatan dengan benar dapat membantu memastikan obat-obatan tersebut berfungsi sebagaimana mestinya serta mencegah kecelakaan keracunan. Tempat menyimpan obat dapat memengaruhi seberapa baik obat itu bekerja.

Suhu di tempat penyimpanan tidak boleh di atas 25 °C atau 15 hingga 25 °C. Suhu penyimpanan ditetapkan oleh *European Pharmacopoeia* sebagai berikut: freezer (-15 hingga 0 °C); lemari es 🥶 +2 hingga +8 °C); dan dingin (+8 hingga +15 °C). Selama transit dan pengangkutan, suhu dapat mencapai (50 hingga 60 °C) di dalam kendaraan, kontainer pengiriman, atau di dermaga dan, dalam hal ini, masa simpan dan tanggal kadaluwarsa mungkin tidak lagi terjamin.

Vaksin, imunoglobulin, dan antiserum merupakan produk yang sensitif terhadap panas dan cahaya. Meskipun teknik baru menghasilkan vaksin yang kurang sensitif terhadap panas (disebut

"termostabil"), vaksin tersebut tetap harus disimpan di lemari es antara (2 °C hingga 8 °C), dan rantai dingin harus benar-benar diperhatikan selama pengangkutan. Botol vaksin mungkin memiliki monitor yang peka terhadap panas. Kotak pada monitor berubah warna saat terkena panas selama jangka waktu tertentu: jika kotak lebih terang dari lingkaran, vaksin dapat digunakan. Jika kotak berwarna sama atau lebih gelap dari lingkaran, botol harus dimusnahkan. Monitor mencatat paparan kumulatif terhadap panas.

Kelembaban relatif tidak boleh di atas 65% (ada beberapa alat untuk mengukur kelembaban). Udara merupakan faktor kerusakan karena kandungan oksigen dan kelembabannya. Semua wadah harus tetap tertutup. Dalam wadah kedap udara dan buram, obat terlindungi dari udara dan cahaya. Tablet tidak boleh dikeluarkan dari blister sampai sebelum diberikan.

Seiring waktu, obat-obatan tertentu mengalami kerusakan yang mengarah pada pengembangan zat yang jauh lebih berbahaya, sehingga meningkatkan toksisitas. Kerusakan tidak selalu mengarah pada modifikasi eksternal yang dapat dideteksi. Perubahan keadaan normal setiap obat (warna, bau, kelarutan, konsistensi) untuk mendeteksi kemungkinan kerusakannya. Konsekuensi utama kerusakan adalah penurunan aktivitas terapeutik, yang mengarah pada implikasi yang lebih atau kurang serius bahkan fatal bagi individu.

Tanggal kedaluwarsa harus dipatuhi karena kewajiban hukum dan pertimbangan tanggung jawab terapeutik. Obat menjadi tidak layak konsumsi sehari setelah tanggal kedaluwarsanya. Tanggal kedaluwarsa untuk obat yang memerlukan dosis yang sangat tepat harus dipatuhi dengan ketat karena risiko dosis yang terlalu rendah. Hal ini berlaku untuk obat kardiotonik dan antiepilepsi, dan untuk obat-obatan yang berisiko menjadi toksik.

Buang Obat

Obat merupakan zat kimia alami atau buatan yang memiliki aktivitas biologis yang dimaksudkan untuk memiliki mekanisme kerja tertentu pada manusia atau hewan (Tijani et al, 2013). Berbagai kelas obat-obatan telah terdeteksi dalam air minum, air tanah, air permukaan, dan limbah cair (Ogoro *et al*, 2019), meskipun konsentrasinya rendah, hal ini dapat menimbulkan dampak serius terhadap lingkungan dan kesehatan (Abhilash, 2012), karena karakteristiknya yang meliputi bioakumulasi, persistensi, dan toksisitas (Ogoro *et al*, 2019).

Pembuangan yang tidak tepat merupakan salah satu sumber zat farmasi yang mencemari lingkungan. Pembuangan obat resep yang kedaluwarsa atau tidak terpakai ke toilet atau saluran pembuangan dianggap sebagai cara terbaik untuk mencegah tertelan secara tidak sengaja daripada membuangnya ke tempat sampah, tempat manusia atau hewan lebih mungkin bersentuhan dengannya.

Dampak pembuangan bahan farmasi bergantung pada sifat-sifat bahan farmasi tertentu, seperti toksisitas, bioakumulasi, mobilitas, dan persistensi. Mobilisasi zat farmasi dengan sifat-sifatnya dapat tetap berada di dalam tanah, mudah larut dalam air, dan cepat berpindah ke dalam air (Mehta *et al*, 2016). Perilaku lipofilik dari obat membuatnya berpotensi untuk terakumulasi secara biologis dapat mengakibatkan peningkatan konsentrasi dalam tubuh organisme akuatik (Valdés *et al*, 2014).

Obat yang telah kadaluwarsa tidak boleh dibuang sembarangan karena beresiko disalahgunakan atau tidak sengaja tertelan oleh orang sehingga sebaiknya obat dibuka dahulu kemasannya lalu dihancurkan kemudian di buang ke tempat sampah.

Ciri obat yang harus dibuang:

1. Obat yang tidak terpakai.
2. Obat yang sudah kadaluwarsa.
3. Obat yang mengalami perubahan warna, bentuk, dan bau.
4. Obat pil/tablet yang lengket satu sama lain atau hancur
5. Tetes mata jika segel telah dibuka lebih dari 30 hari
6. Sirup antibiotik sisa yang telah dibuka lebih dari 1 minggu.

Tujuh langkah mudah berikut untuk memastikan obat Anda dibuang dengan benar:

1. Simpan obat dalam wadah aslinya. Ini akan membantu mengidentifikasi isinya jika tertelan secara tidak sengaja.
2. Tandai nama dan nomor resep anda untuk keamanan
3. Untuk pil, tambahkan air atau soda untuk melarutkannya
 - a. Tutup prutupnya dan kencangkan dengan lakban atau selotip

- b. Tempatkan botol di dalam wadah buram (tidak tembus pandang) seperti kaleng kopi atau botol cucian plastik. Rekatkan wadah hingga tertutup
4. Untuk cairan: tambahkan sesuatu yang tidak dapat dimakan seperti cabe rawit
5. Untuk membuang obat ke tempat sampah, pertama-tama campurkan obat dengan sesuatu yang dapat merusaknya, seperti bubuk kopi. Masukkan seluruh adonan ke dalam kantong plastik tertutup. Sembunyikan wadah di tempat sampah

Tidak:

1. Berikan obat kepada orang lain.
2. Buang obat ke toilet
3. Buang narkoba ke tempat sampah tanpa menyembunyikannya-manusia atau hewan dapat menemukan dan menyalahgunakannya.
4. Taruh wadah di tempat sampah

5. KESIMPULAN

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat berupa penyuluhan tentang “Dagusibu Di Kelurahan Candirejo, Kecamatan Ungaran Barat, Kabupaten Semarang dapat disimpulkan bahwa: rata-rata perubahan skor pemahaman tentang Dagusibu meningkat dari $(9,24 \pm 0,83)$ menjadi $(9,80 \pm 0,65)$. Pemberian KIE berpengaruh meningkatkan pengetahuan secara bermakna ($p=0,024$, CI 95%),

Rekomendasi: dari hasil KIE ini diharapkan kepada ibu-ibu peserta untuk melakukan desiminasi kepada generasi muda di wilayahnya agar Dagusibu lebih dipahami, kualitas dan keefektivan obat tetap terjamin.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada Kepala Kelurahan Candirejo yang telah berkenan memfasilitasi kegiatan ini, dan khususnya ibu-ibu PKK RT01 RW 03 yang telah berperan aktif untuk lebih memahami pengelolaan obat di tingkat rumah tangga agar obat yang dikonsumsi tetap efektif dan aman untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Abhilash N. (2012). Pharmaceuticals in Environment: a review on its effect,. *Research Journal of Chemical Sciences*, 2 (1), 103-110.
- American Pharmacists Association, & National Association of Chain Drug Stores Foundation (ACA& NACDSF). (2008). Medication therapy management in pharmacy practice: core elements of an MTM service model (version 2.0). *Journal of the American Pharmacists Association : JAPhA*, 48(3), 341–353.
- Association, (CPAP) Canadian Pharmacists. (2017). *Medication Management*.
- Badan Pusat Statistik (BPS) Kabupaten Semarang. (2022). *Profil Kesehatan Kabupaten Semarang 2022*.
- Damayanti, M. (2023). Evaluasi Tingkat Pengetahuan Masyarakat Terhadap Dagusibu Obat Antibiotik Di Kelurahan Candirejo Ungaran Barat, *Skripsi*.
- Grady, P. A., & Gough, L. L. (2014). Self-management: a comprehensive approach to management of chronic conditions. *American Journal of Public Health*, 104(8), E25–E31.
- H., H. R. (2012). Effective medication management. *Journal of Psychosocial Nursing and Mental Health Services*, 50(3), 13–15.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2013). *Riset Kesehatan Dasar, chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/4467/1/Laporan_riskesdas_2013_final.pdf*.
- Mehta M, Kothari K, Ragoonanan K, S. R. (2016). Effect of water on molecular mobility and physical stability of amorphous pharmaceuticals,. *Molecular Pharmaceutics*, 13 (4).
- Ohoru CR, Adeniji AO, Okoh AI, O. O. (2019). Distribution and chemical analysis of pharmaceuticals and personal care products (PPCPs) in the environmental systems: a review,. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16 (17),.
- Tijani JO, Fatoba OO, Petrik LF. (2013). A review of pharmaceuticals and endocrine-disrupting compounds: Sources, effects, removal, and detections. *Water Air Soil Pollution*, 224 (11).

Valdés ME, Amé MV, de los M, Bistoni A, Wunderlin DA. (2014). Occurrence and bioaccumulation of pharmaceuticals in a fish species inhabiting the Suquia River basin (Córdoba, Argentina),. *Sciences of the Total Environment*, 472, Pp. 389-396.

World Health organization (WHO). (2024). *Rational use, August, 1st, 2024, accessed from: <https://www.who.int/teams/health-product-and-policy-standards/medicines-selection-ip-and-affordability/rational-use/activities>*.