

Pemanfaatan Vitamin, Pemeriksaan Kesehatan Serta Swamedikasi di Kelurahan Lirang Kecamatan Lembe Utara

Utilization of Vitamins, Health Examination and Self-medication in Lirang Village, North Lembe District

Rahmat Ismail¹

¹Universitas Muhammadiyah Manado, Manado

Ahlan Sangkal²

²Universitas Muhammadiyah Manado, Manado

Korespondensi penulis: rahmatismail114@gmail.com

Article History:

Received: 30 April 2023

Revised: 30 Mei 2023

Accepted: 30 Juni 2023

Keywords: Health

Examination, Vitamins, Self-medication.

Abstract: *One of the efforts that can be made to improve public health is by providing self-medication training and detecting health early. The understanding of the Lirang Village community regarding the use of medicines around residents' homes to be used as medicine as well as giving vitamins and early examinations is still lacking and not optimal in utilizing traditional plants. Training and counseling are carried out at the Lirang sub-district hall of the Lirang Sub-District Government, the Lirang Sub-District community, and local organizational cadres. The activity begins with checking blood pressure, blood sugar, cholesterol and uric acid followed by counseling on how to choose vitamins and practice training on making herbal medicines. The activity was carried out well and received an enthusiastic response from the Lirang Village community. Kelurahan Lirang is very accepting and open if there is a similar training that will be held in the future.*

Abstrak. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kesehatan masyarakat yaitu dengan memberikan pelatihan mengobati diri sendiri dan mendeteksi kesehatan lebih awal. Pemahaman masyarakat Kelurahan Lirang tentang penggunaan obat disekitar rumah warga untuk dimanfaatkan sebagai obat serta pemberian vitamin dan pemeriksaan dini masih kurang dan belum maksimal dalam memanfaatkan tanaman tradisional dalam pemanfaatan tanaman tradisional. Pelatihan dan penyuluhan dilaksanakan di balai kelurahan lirang Pemerintah Kelurahan Lirang, masyarakat Kelurahan Lirang, serta kader organisasi setempat. Kegiatan diawali dengan pemeriksaan tensi, gula darah, kolesterol dan asam urat dilanjutkan dengan penyuluhan cara pemilihan vitamin dan praktik pelatihan pembuatan obat herbal. Kegiatan terlaksana dengan baik dan mendapatkan respon yang antusias dari masyarakat Kelurahan Lirang. Kelurahan Lirang sangat menerima dan terbuka bila ada pelatihan serupa yang akan dilaksanakan di kemudian hari.

Kata Kunci: Pemeriksaan Kesehatan, Vitamin, Swamedikasi.

PENDAHULUAN

Berdasarkan Pasal 20 ayat (2) Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, perguruan tinggi berkewajiban menyelenggarakan dan mengembangkan Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat, di samping pendidikan demi kemajuan bangsa dan negara. Demikian juga sesuai Pasal 60 UU Nomor 14 tahun 2005 tentang Guru dan Dosen mengenai kewajiban dosen, dinyatakan bahwa dalam melaksanakan tugas keprofesionalan, dosen berkewajiban melaksanakan Tridharma perguruan tinggi, yaitu Pendidikan, Penelitian, dan Pengabdian kepada Masyarakat.

Undang-undang Nomor 12 Tahun 2012 mewajibkan perguruan tinggi untuk melaksanakan Tridharma Perguruan Tinggi, yaitu menyelenggarakan Pendidikan, Penelitian, dan Pengabdian kepada Masyarakat. Pengabdian kepada Masyarakat, adalah kegiatan yang berorientasi pada pelayanan masyarakat dan penerapan ilmu pengetahuan teknologi dan seni terutama dalam menyelesaikan permasalahan masyarakat dan memajukan kesejahteraan bangsa.

Dapat disimpulkan bahwa kegiatan pengabdian kepada masyarakat merupakan kegiatan wajib bagi para akademisi dan praktisi sebagai wujud kepedulian terhadap masyarakat sesuai dengan kompetensi masing-masing. Dosen dan mahasiswa sebagai akademisi serta apoteker sebagai praktisi dalam konteks pengabdian kepada masyarakat ini tentu sangat erat kaitannya dengan usaha peningkatan derajat kesehatan masyarakat terutama dalam bidang kefarmasian yang menjadi keahlian dan kompetensi masing-masing. Dengan demikian, sangatlah tepat jika kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dalam bentuk kolaborasi antara dosen dan mahasiswa sehingga kegiatan akan menjadi lebih terarah dan optimal.

Masyarakat di Kelurahan Lirang Kecamatan Lembeh Utara Kota Bitung cukup banyak, namun berbagai informasi yang kurang maksimal dalam penanganan penyakit dasar. Pemilihan vitamin dan pemeriksaan kesehatan dasar serta pengobatan mandiri sangat diperlukan oleh masyarakat untuk meningkatkan derajat kesehatan. Selama ini pemberdayaan masyarakat belum dioptimalkan sehingga penanganan terhadap masalah kesehatan dan pengobatan belum mendapat perhatian khusus.

METODE

Metode pelaksanaan kegiatan yaitu dengan cara memberikan pemaparan cara penggunaan vitamin, melakukan cek gula darah, tensi darah, cek asam urat dan cek kadar kolesterol serta memberikan penjelasan kepada masyarakat bagaimana cara mengobati diri sendiri (SWAMEDIKASI) untuk penyakit-penyakit ringan.

HASIL

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan tema pemanfaatan vitamin, pemeriksaan kesehatan serta swamedikasi di Kelurahan Lirang kecamatan Lembe Utara kota Bitung. Kegiatan pengabdian masyarakat dimulai dengan memeriksa kondisi warga masyarakat yang hadir meliputi pemeriksaan gula darah, tensi darah, gula darah dan kolesterol. Masyarakat yang hadir sangat antusias dalam kegiatan tersebut apalagi dalam kegiatan tersebut dilakukan penyuluhan kesehatan dengan memberikan penyuluhan terkait pengobatan sendiri dengan memanfaatkan tumbuhan yang ada disekitar tempat tinggal. Kegiatan pengabdian dilakukan juga pembagian vitamin secara gratis kepada seluruh masyarakat yang hadir.



Gambar 1. Pemeriksaan dan Pemberian Vitamin

Adapun materi yang diberikan adalah dengan memanfaatkan beberapa tanaman yang ada disekitar serta cara pengolahannya untuk dijadikan sebagai bahan obat. Obat tradisional yang diolah merupakan cara swamedikasi atau pengobatan sendiri dengan pemanfaatan bahan alam dengan terlebih dahulu dilakukan pemeriksaan gula darah, kolesterol dan tekanan darah. Materi yang diberikan mengenai cara pembuatan dan takaran dosis tanaman yang diolah untuk dijadikan sebagai bahan obat alternatif untuk penyakit seperti tekanan darah tinggi, kadar glukosa tinggi dan kadar kolesterol tinggi. Setelah penyampaian materi berlangsung kemudian dibuka sesi tanya jawab, masyarakat dengan antusias menanyakan hal-hal terkait

dengan pengolahan obat tradisional dan penggunaan vitamin.



Gambar 2. Pembukaan Penyuluhan

Penyuluhan obat dan vitamin dimulai dengan menjelaskan defenisi umum obat serta klasifikasi obat yang terdiri dari obat bebas, bebas terbatas, dan obat keras. Masyarakat ditekankan pada perbedaan klasifikasi obat tersebut dan bagaimana cara dan di mana tempat legal yang memiliki izin untuk menjual obat-obat tersebut. Selanjutnya dipaparkan mengenai macam – macam vitamin khususnya vitamin C yang sangat penting dikonsumsi pada masa covid 19.

Vitamin C merupakan salah satu vitamin yang diperlukan oleh tubuh terutama di masa pandemi Covid-19 ini. Dimana kita harus terus menjaga daya tahan tubuh agar tidak terkena dampak Covid-19. Tak lupa kita juga harus terus melakukan protokol kesehatan agar putusnya rantai penyebaran.

Vitamin C telah dikenal sebagai antioksidan potensial yang mampu menangkap radikal bebas dalam tubuh serta mencegah hiperpigmentasi. Radikal bebas dalam tubuh sendiri dapat meningkat pada kondisi tubuh yang telah tua maupun karena paparan sinar matahari yang berlebihan. Dalam jumlah yang cukup, sinar matahari bermanfaat untuk mengubah provitamin D menjadi vitamin D (Juzenene dan Moah, 2012)

Hambatan dari kegiatan adalah kurangnya waktu yang ada untuk mempromosikan kegiatan ini kepada masyarakat, berdasarkan kendala yang didapatkan, diharapkan kedepan ketika kegiatan seperti ini, rencana tindak lanjut yang dapat dilaksanakan adalah dengan memperbaiki undangan serta cara penyampaian kepada masyarakat.

DISKUSI

Dalam pelaksanaan kegiatan tidak ditemui kendala-kendala yang berarti. Adapapun kendala yang ditemui adalah kurangnya respon masyarakat untuk ikut terlibat karena masyarakat yang memiliki berbagai kesibukan dan kegiatan dimana banyak warga (laki-laki) yang bekerja sebagai nelayan sehingga pergi melaut di waktu subuh dan kembali waktu malam hari. Kegiatan Pengabmas ini dievaluasi dengan meningkatnya pemahaman masyarakat terkait penggunaan vitamin dan cara pengobatan mandiri .

KESIMPULAN

Pelaksanaan kegiatan pemanfaatan vitamin, pemeriksaan kesehatan serta swamedikasi di Kel. Lirang Kec. Lembe Utara mampu memberikan feedback positif bagi masyarakat dengan memberikan pemahaman cara pengolahan obat tradisional secara mandiri.

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Penulis ingin mengucapkan terimakasih sebesar-besarnya pada Rektor, LP3M dan Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Manado atas dukungan dan kesempatan yang telah diberikan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini.

DAFTAR REFERENSI

- Departemen Pendidikan Nasional, 2003. Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003, Tentang Sistem Pendidikan Nasional, Jakarta: Depdiknas.
- Departemen Pendidikan Nasional, 2005. Undang-Undang Nomor 14 Tahun 2005, Tentang Guru dan Dosen, Jakarta: Depdiknas.
- Departemen Pendidikan Nasional, 2012. Undang-Undang Nomor 12 Tahun 2012, Tentang Pendidikan Tinggi, Jakarta: Depdiknas.
- Kementerian Kesehatan, Materi Promosi Gema Cermat, 20 Mei 2016, <http://binfar.kemkes.go.id/2016/05/materi-promosi-gema-cermat-1-logo-banner-brosur-poster-dan-stiker/#.WXO3GumyTIU> [diakses 25 Agustus 2019]
- Anita Sukmawati, Elvira J.A Purnomo, et al. Peningkatan Pemahaman Masyarakat pada Penggunaan Obat-obatan untuk Swamedikasi pada Penyakit Anak melalui Penyuluhan. The 10th University Research Colloquium 2019 Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Gombong.