

# EDUKASI PEMILIHAN OBAT TRADISIONAL DENGAN TEPAT DAN AMAN

Anisa Sholikhati\*, Muhammad Nurul Fadel, Findasari, Hardiyani Preticasari, Akhyasin  
Universitas Muhammadiyah Kudus, Jalan Ganesha 1 Purwosari, Kudus, Indonesia

\*Email: [anisasholikhati@umkudus.ac.id](mailto:anisasholikhati@umkudus.ac.id)

Info Artikel	Abstrak
<p><b>DOI :</b> <a href="https://doi.org/10.26751/jai.v7i1.2664">https://doi.org/10.26751/jai.v7i1.2664</a></p> <p><b>Article history:</b> Received 2025-01-20 Revised 2025-02-20 Accepted 2025-02-20</p>	<p>Obat tradisional atau dikenal dengan istilah obat herbal merupakan ramuan untuk pengobatan yang proses produksinya tanpa bahan kimia dan berasal dari ekstrak tumbuhan menjadi bentuk sediaan seperti serbuk, pil, atau cairan. Secara umum, penggunaan obat tradisional dianggap lebih aman dari pada penggunaan obat kimia modern. Hal tersebut dikarenakan obat tradisional dianggap mempunyai efek samping yang relatif kecil dibandingkan obat kimia modern. Masyarakat sebagai konsumen harus dapat melindungi diri dari obat tradisional yang berisiko bagi kesehatan. Tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk memberikan edukasi pemilihan obat tradisional dengan tepat dan aman. Tempat pelaksanaan kegiatan ini adalah Desa Kalirejo, Kecamatan Undaan, Kabupaten Kudus, dengan mitra ibu-ibu PKK. Kegiatan pengabdian ini melalui tiga tahapan yaitu persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Hasil kegiatan pengabdian ini menunjukkan bahwa sebanyak 65% peserta dapat memahami dengan baik tentang kegiatan dalam edukasi pemilihan obat tradisional. Masyarakat perlu mengetahui klasifikasi obat tradisional dan mengetahui cara pemilihan obat tradisional supaya masyarakat dapat terhindar dari obat palsu dan ilegal.</p> <p style="text-align: center;"><b>Abstract</b></p> <p><i>Traditional medicine, also known as herbal medicine, is a concoction for treatment whose production process does not use chemicals and is derived from plant extracts into dosage forms such as powder, pills, or liquid. In general, the use of traditional medicine is considered safer than the use of modern chemical medicine. This is because traditional medicines are considered to have relatively few side effects compared to modern chemical medicines. The public as consumers must be able to protect themselves from traditional medicines that pose risks to health. The aim of this community service activity is to provide education on selecting traditional medicines appropriately and safely. The place where this activity was carried out was Kalirejo Village, Undaan District, Kudus Regency, with partners from PKK women. This service activity goes through three stages, namely preparation, implementation, and evaluation. The results of this service activity showed that as many as 65% of participants were able to understand well the activities in education on selecting traditional medicines. The public needs to know the classification of traditional medicines and know how to choose traditional medicines so that people can avoid fake and illegal medicines.</i></p>
<p><b>Keywords:</b> Edukasi, Obat tradisional, Pemilihan obat <i>Education, Traditional medicine, Medicine selection</i></p>	<p style="text-align: right;"><i>This is an open access article under the <a href="#">CC BY-SA</a> license.</i></p>

## I. PENDAHULUAN

Indonesia termasuk negara kaya karena mempunyai keanekaragaman hayati sebanyak 40.000 jenis flora dan diantaranya dapat dimanfaatkan sebagai obat. Indonesia juga termasuk dua besar sebagai negara dengan sumber tanaman obat tradisional terbanyak setelah negara Brazil. Masyarakat Indonesia telah lama mempunyai pengetahuan tradisional tentang tanaman berkhasiat obat secara turun temurun dengan menggunakan berbagai ramuan yang diracik mulai dari umbi, akar, batang, kayu, daun, dan kulit. Tanaman obat termasuk tanaman yang terkenal dan dipercaya dapat meningkatkan sistem imun dan dapat digunakan sebagai bahan baku obat tradisional (Syukur et al., 2020; Rahmasiah et al., 2023).

Obat tradisional merupakan ramuan untuk pengobatan yang diracik dari tumbuhan, hewan, sediaan galenik dan mineral. Berdasarkan perkembangannya, obat tradisional juga disebut dengan obat herbal karena bahan baku yang digunakan berasal dari tumbuh-tumbuhan yang diekstrak menjadi serbuk, pil, atau cairan dan selama proses produksi tidak menggunakan bahan kimia. Obat tradisional banyak digunakan untuk mencegah dan mengatasi keluhan bermacam penyakit sebagai obat pendamping atau obat pengganti. Data penggunaan obat tradisional menurut Badan Kesehatan Dunia (WHO) adalah sebanyak 65% di negara maju dan 80% di negara berkembang. Hal tersebut menunjukkan bahwa pemakaian obat tradisional telah diterima luas di sebagian besar dunia dan sangat berpotensi untuk dikembangkan (Rahma et al., 2021; Hafizh et al., 2021; Rahmasiah et al., 2023).

Beberapa tahun terakhir ini, penggunaan obat tradisional pada masyarakat umum telah meningkat signifikan. Pada tahun 2022, sekitar 32% masyarakat menggunakan obat tradisional ketika sakit. Sedangkan sebelumnya, pada tahun 2014 tercatat sekitar 20% masyarakat menggunakan obat tradisional. Terbukti secara empiris bahwa obat tradisional Indonesia dapat digunakan untuk memelihara kesehatan, mencegah dan

mengobati penyakit. Penggunaan obat tradisional masih digemari oleh masyarakat karena dianggap berkhasiat dan mempunyai harga yang relatif terjangkau (Reiza & MeiYanti, 2021; BPOM, 2023).

Berdasarkan banyaknya merek obat tradisional yang dijumpai di pasaran, maka pemilihan obat tradisional menjadi sangat penting karena berhubungan dengan kesehatan. Beberapa golongan obat tradisional yang perlu diketahui adalah jamu, Obat Herbal Terstandar (OHT), dan fitofarmaka (FF). Ketiga golongan obat tradisional tersebut mempunyai kriteria dan logo masing-masing. Jamu adalah obat tradisional asli Indonesia yang diwariskan secara turun temurun. Jamu tersedia dalam bentuk simplisia dengan khasiat dan status keamanan yang terbukti secara empiris. Obat herbal terstandar adalah obat tradisional dengan bahan baku yang telah distandarisasi dan telah teruji praklinik untuk khasiat dan keamanannya. Sedangkan fitofarmaka adalah obat tradisional yang produknya telah distandarisasi dan telah terbukti khasiat dan keamanannya secara ilmiah dengan uji praklinik dan klinik (BPOM, 2023).

Pada umumnya, penggunaan obat tradisional dianggap lebih aman dari pada penggunaan obat kimia modern. Hal tersebut dikarenakan obat tradisional dianggap mempunyai efek samping yang relatif kecil dibandingkan obat kimia modern. Sebagian besar masyarakat merasa mengetahui tentang obat tradisional, namun ketika ditanya mengenai golongan obat tradisional, mayoritas masyarakat hanya mengenal jamu sebagai obat tradisional (Samgryce et al., 2022).

Peningkatan konsumsi obat tradisional terjadi di beberapa negara termasuk Indonesia. Hal itu disebabkan oleh beberapa faktor yaitu untuk menjaga kesehatan, ingin mempunyai harapan hidup yang lebih panjang, sebagai pengobatan alternatif kedua, berkhasiat dan harganya lebih murah, serta adanya kemudahan akses informasi tentang obat tradisional karena kemajuan teknologi. Jika obat tradisional digunakan dengan cara yang tepat maka efek sampingnya akan relatif kecil yang meliputi kebenaran obat,

ketepatan dosis, ketepatan waktu dan cara konsumsi, ketepatan cara penggunaan, ketepatan menggali informasi, tidak disalahgunakan dan ketepatan pemilihan obat untuk penyakit tertentu (Sumayyah & Salsabila, 2017; Reiza & Meiyan, 2021).

Masyarakat sebagai konsumen harus dapat melindungi diri dari obat tradisional yang beresiko bagi kesehatan. Syarat bahan baku obat tradisional yang digunakan adalah tidak menggunakan bahan kimia obat (BKO) dan tidak mengandung sediaan yang dilarang dalam obat tradisional. Meskipun di Indonesia sudah ada undang-undang tentang syarat peredaran obat dan bahan-bahan yang dilarang, masih ditemukannya penambahan BKO ke dalam produk obat tradisional. BKO dilarang penggunaannya sebagai campuran produk obat tradisional karena dapat membahayakan kesehatan. Patut dicurigai jika pada saat minum obat tradisional dapat menimbulkan efek yang cepat. Pada tahun 2023, BPOM menemukan 50 item obat tradisional mengandung BKO. Tren penambahan BKO yang terdeteksi beberapa diantaranya adalah sildenafil sitrat dan tadalafil dengan klaim penambah stamina pria, deksametason, fenilbutazon, dan parasetamol dengan klaim mengatasi pegal linu, dan sibutramin dengan klaim pelangsing. (BPOM, 2023).

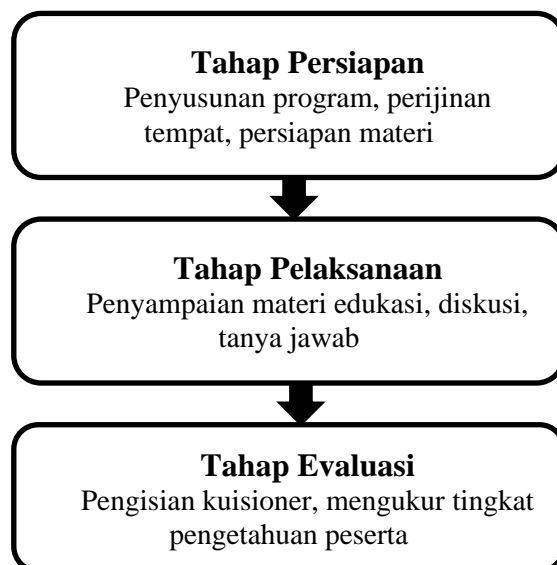
Salah satu cara memilih obat tradisional agar masyarakat dapat terhindar dari resiko yang tidak diinginkan bagi kesehatan adalah melakukan pengecekan KLIK (Kemasan, Label, Izin Edar, dan Kadaluarsa). Sedangkan cara mengkonsumsi atau menggunakan obat tradisional salah satunya adalah membaca petunjuk penggunaan pada label sebelum mengkonsumsi dan memberikan jarak waktu 3 sampai 4 jam sebelum mengkonsumsi obat lainnya (BPOM, 2023).

Penelitian Rahma et al. (2021) menunjukkan hasil bahwa pengetahuan obat tradisional dari para ibu di Surabaya adalah masih kurang, sedangkan untuk pemilihan obat tradisional tergolong sudah cukup baik. Oleh karena itu perlu adanya peningkatan pengetahuan tentang obat tradisional kepada masyarakat terkhusus pada para ibu.

Mitra dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah ibu-ibu Pemberdayaan dan Kesejahteraan Keluarga (PKK) di Desa Kalirejo, Kecamatan Undaan, Kabupaten Kudus. Peran ibu dalam keluarga sangat penting terutama dalam masalah kesehatan. Ibu dalam keluarga menjadi pengelola atau promotor nutrisi makanan dan kesehatan anggota keluarga lain. Berdasarkan latar belakang tersebut, maka perlu dilaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat tentang edukasi pemilihan obat tradisional dengan tepat dan aman untuk meningkatkan pengetahuan tentang obat tradisional pada ibu-ibu PKK di Desa Kalirejo, Kecamatan Undaan, Kabupaten Kudus.

## II. METODE PELAKSANAAN

Metode yang digunakan pada kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) adalah teknik penyuluhan berupa ceramah, diskusi, dan evaluasi. Pelaksanaan kegiatan PKM dilaksanakan di Desa Kalirejo, Kecamatan Undaan, Kabupaten Kudus pada tanggal 25 Oktober 2023 yang bertempat di Balai Desa Kalirejo. Mitra PKM ini adalah ibu-ibu PKK Desa Kalirejo yang berjumlah 20 orang. Kegiatan PKM dilaksanakan dalam tiga tahapan yaitu persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi.



**Gambar 1.** Metode PKM

### 1. Tahap persiapan

Tahap persiapan dilaksanakan oleh tim PKM bersama mahasiswa dengan

berkoordinasi mengenai penyusunan program, perijinan tempat, dan persiapan materi dan narasumber.

## 2. Tahap pelaksanaan

Tahap pelaksanaan dilaksanakan oleh tim PKM dengan penyampaian materi mengenai edukasi pemilihan obat tradisional dengan tepat dan aman, serta melakukan diskusi dan tanya jawab dengan peserta. Pada tahap ini dilaksanakan dengan durasi waktu 60 menit.

## 3. Tahap evaluasi

Tahap evaluasi dilaksanakan setelah kegiatan PKM berlangsung. Tim PKM menggunakan instrumen yang berupa kuisioner dengan tujuan untuk mengukur tingkat pengetahuan peserta terhadap materi pemilihan obat tradisional dengan tepat dan aman. Kemudian, data yang diperoleh selanjutnya akan dianalisis secara statistik deskriptif untuk melihat tingkat pengetahuan peserta setelah kegiatan PKM berlangsung.

## III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada tahap persiapan, program kerja kegiatan PKM disusun bersama-sama antara dosen dan mahasiswa. Selanjutnya, tim PKM berkoordinasi dengan mitra mengenai perijinan tempat dan pelaksanaan kegiatan. Hasil diskusi yang diperoleh adalah kegiatan PKM dilaksanakan di Balai Desa Kalirejo, Kecamatan Undaan, Kabupaten Kudus, pada tanggal 25 Oktober 2023, pukul 16.00 WIB. Jumlah peserta yang mengikuti kegiatan ini adalah 20 orang yang merupakan ibu-ibu PKK Desa Kalirejo, Kecamatan Undaan, Kabupaten Kudus.

Pada tahap pelaksanaan, kegiatan PKM dimulai dengan memberikan materi mengenai edukasi pemilihan obat tradisional dengan tepat dan aman. Materi edukasi yang diberikan kepada peserta meliputi definisi obat tradisional, klasifikasi obat tradisional, dan cara pemilihan obat tradisional. Selain itu, tim PKM juga memberikan informasi mengenai cara mengkonsumsi obat tradisional dan bahan-bahan yang dilarang dalam obat tradisional. Diakhir materi, tim PKM memberikan motivasi kepada peserta agar hidup sehat dan selalu melakukan

kroscek dahulu terhadap obat tradisional yang akan dikonsumsi.



**Gambar 1.** Kegiatan PKM Desa Kalirejo, Kudus

Setelah materi PKM dipaparkan, tim PKM mengadakan sesi diskusi dengan peserta. Pada sesi ini, peserta sangat aktif dan antusias dalam mengajukan pertanyaan. Diakhir kegiatan PKM, peserta diminta mengisi kuisioner yang berguna untuk mengevaluasi hasil kegiatan PKM tentang pemilihan obat tradisional dengan tepat dan aman.



**Gambar 2.** Sesi diskusi kegiatan PKM Desa Kalirejo, Kudus

Beberapa pertanyaan peserta yang diperoleh dalam kegiatan ini adalah bagaimana cara mengetahui keaslian obat tradisional dan amankah mengkonsumsi jamu setiap hari. Keaslian obat tradisional dapat dilihat dengan cara yaitu mengecek nomor izin edar produk pada kemasan, nomor edar yang tertera pada kemasan dapat dicek di web atau aplikasi BPOM. Selanjutnya, jamu yang merupakan obat tradisional turun temurun dari nenek moyang jika dikonsumsi berlebihan dapat mengakibatkan efek jangka pendek yaitu gangguan pencernaan seperti diare dan



muntah, sedangkan efek jangka panjangnya yaitu dapat terjadi gangguan liver dan ginjal. Agar aman dalam mengkonsumsi jamu, baiknya mencari jamu yang tidak mengandung bahan kimia dan pengawet. Bila perlu jamu itu dibuat sendiri. Jika ingin menggunakan jamu untuk pengobatan pastikan berkonsultasi dengan dokter, konsumsi jamu sesuai dengan dosis yang tepat, dan jamu harus terdaftar BPOM.

**Tabel 1.** Karakteristik usia peserta PKM

Usia	Jumlah	Persentase
<30 tahun	3	15%
30-40 tahun	7	35%
>40 tahun	10	50%
Total	20	100%

Pada tahap evaluasi, tim PKM menggunakan metode *post-test only* untuk mengukur tingkat pemahaman peserta menggunakan kuisioner. Peserta yang mengikuti kegiatan PKM berjumlah 20 peserta dengan rentang usia antara <30 tahun sampai dengan >40 tahun dengan mayoritas peserta berusia >40 tahun sebanyak 10 peserta (50%).

**Tabel 2.** Tingkat pemahaman peserta PKM

Kategori	Jumlah	Persentase
Baik	13	65%
Sedang	5	25%
Kurang	2	10%
Total	20	100%

Pada kegiatan PKM ini diperoleh hasil yaitu sebanyak 13 peserta (65%) dapat memahami pemilihan obat tradisional dengan baik. Namun, masih ditemui sebanyak 5 peserta (25%) dengan tingkat pemahaman sedang dan 2 peserta (10%) dengan tingkat pemahaman kurang. Dari hasil tersebut dapat menunjukkan bahwa terlaksananya kegiatan PKM ini memberikan pengaruh baik terhadap peningkatan pemahaman peserta tentang pemilihan obat tradisional dengan tepat dan aman. Setelah kegiatan PKM ini, peserta dapat mengklasifikasikan obat tradisional dan mengetahui cara yang tepat dan aman untuk pemilihan obat tradisional.



**Gambar 3.** Foto bersama tim PKM dan peserta

Kegiatan PKM ini didukung oleh beberapa penelitian. Penelitian Wulandari et al. (2021) menunjukkan bahwa mayoritas masyarakat di Sukamaju Baru, Kota Depok mengkonsumsi obat tradisional dengan tepat. Sedangkan penelitian Iqbal et al. (2022) menunjukkan hasil bahwa faktor sumber informasi, sosial budaya, dan ekonomi merupakan faktor-faktor yang mempengaruhi preferensi pemilihan obat masyarakat baik obat tradisional maupun modern.

Keterbatasan yang ditemui pada kegiatan PKM ini adalah keterbatasan waktu dalam pemaparan materi. Waktu 60 menit untuk pemaparan materi dan diskusi dirasa kurang karena banyak pertanyaan peserta yang belum tertampung. Selain itu, kegiatan PKM di Desa Kalirejo, Kudus dinilai berjalan dengan lancar dan peserta dapat berperan aktif dalam seluruh rangkaian kegiatan.

#### IV. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang bertema tentang edukasi pemilihan obat tradisional di desa Kalirejo, Kudus dengan mitra ibu-ibu PKK ini terlaksana melalui tiga tahap yaitu persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa sebanyak 65% peserta dapat memahami dengan baik tentang kegiatan dalam edukasi pemilihan obat tradisional. Masyarakat perlu mengetahui klasifikasi obat tradisional dan mengetahui cara pemilihan obat tradisional supaya masyarakat dapat terhindar dari obat palsu dan ilegal.

## V. UCAPAN TERIMA KASIH

Tim pengabdian mengucapkan terimakasih kepada Rektor Universitas Muhammadiyah Kudus, Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat, dan Kepala Desa Kalirejo, Kudus yang telah memberikan dukungan dan bantuan materiil, sarana dan prasarana yang menunjang kegiatan ini. Ucapan terimakasih juga tim berikan kepada ibu-ibu PKK Desa Kalirejo, Kudus atas partisipasi dan keaktifan dalam kegiatan ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- BPOM. (2023). Cerdas Memilih dan Menggunakan Obat Tradisional yang Aman. BPOM.
- Hafizh Pane, M., Rahman, A. O., & Ayudia, E. I. (2021). Gambaran Penggunaan Obat Herbal pada Masyarakat Indonesia dan Interaksinya terhadap Obat Konvensional Tahun 2020. *JOMS*, 1(1).
- Iqbal, M., Aulia Ramdini, D., & Triyandi, R. (2022). Preferensi Penggunaan Obat Tradisional dan Obat Modern pada Masyarakat Desa Umbul Natar Lampung Selatan. *JK Unila*, 6(2), 94–105.
- Rahma Oktaviani, A., Takwiman, A., Ajeng Trisna Santoso, D., Oktavia Hanaratri, E., Damayanti, E., Maghfiroh, L., Meiana Putri, M., Agung Maharani, N., Maulida, R., Arsideva Oktadela, V., & Yuda, A. (2021). Pengetahuan dan Pemilihan Obat Tradisional oleh Ibu-Ibu di Surabaya. *Jurnal Farmasi Komunitas*, 8(1), 1–8.
- Rahmasiah, Astuti Wulandari, N., & Putri Octafiani, E. (2023). Evaluasi Penggunaan Obat Tradisional Berdasarkan Dimensi Ketepatan Pemilihan Obat. *Jurnal Kesehatan Marendeng*, 7(2), 42–54. <http://ejurnal.stikmar.ac.id/indexDOI:https://doi.org/>
- Reiza Adiyasa, M., & Meiyanti. (2021). Pemanfaatan Obat Tradisional di Indonesia: Distribusi dan Faktor Demografis yang Berpengaruh. *Jurnal Biomedika Dan Kesehatan*, 4(3), 130–138.
- <https://doi.org/10.18051/JBiomedKes.2021>
- Samgryce Siagian, H., Elnovreny, J., & Marzuki. (2022). Analisis Pengetahuan Mahasiswa tentang Logo pada Kemasan Obat Golongan Tradisional di Universitas Imelda Medan. *JURNAL ILMIAH FARMASI IMELDA*, 5(2), 57–64.
- <https://jurnal.uimedan.ac.id/index.php/JURNALFARMASI>  
p57Journalhomepage :<https://jurnal.uimedan.ac.id/index.php/JURNALFARMASI>
- Sumayyah Shofiah, & Salsabila Nada. (2017). Obat Tradisional: Antara Khasiat dan Efek Sampingnya. *Majalah Farmasetika*, 2(5).
- Syukur Siregar, R., Firmansyah Tanjung, A., Fadhy Siregar, A., Hartono Bangun, I., & Oniva Mulya, M. (2020). Studi Literatur tentang Pemanfaatan Tanaman Obat Tradisional. *Seminar of Social Sciences Engineering & Humaniora*.
- Wulandari, A., Khoeriyah, N., & Teodhora. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Sikap Masyarakat terhadap Penggunaan Obat Tradisional di Kelurahan Sukamaju Baru Kecamatan Tapos Kota Depok. *Sainstech Farma*, 14(2).