



P-ISSN 2746-5241

Jurnal Abdi Masyarakat Vol. 1, No.1, November 2020,
Hal.24-29

Email: lppm@wdh.ac.id Website : lppm.wdh.ac.id

MENJAGA KESEHATAN MENTAL SAAT PANDEMI COVID-19 DAN MENGUNAKAN OBAT YANG BAIK DAN BENAR

KEEPING MENTAL HEALTH DURING COVID-19 PANDEMIC AND USING MEDICINES CORRECTLY

Nurwulan Adi Ismaya¹, Fenita Purnama Sari Indah², Lela Kania Rahsa Puji³, Rita Dwi Pratiwi⁴, Nur Hasanah⁵,
Tri Okta Ratnaningtyas⁶, Tria Monja Mandira⁷, Humaira Fadhilah⁸, Sheila Meitania Utami⁹

^{1,2,3,5,6,8}Dosen STIKes Kharisma Persada, Tangerang Selatan

^{4,7}Dosen STIKes Widya Dharma Husada, Tangerang

Email: nurwulan@masda.ac.id

ABSTRAC

This community service's title is Maintaining Mental Health during the Covid-19 Pandemic and How to use Medicine in a Proper and Correct Ways. The purpose of this service is to increase public knowledge and awareness about how to get medicine, use medicine, store medicine, and dispose of proper and correct medicine and increase knowledge about maintaining mental health during the corona virus pandemic. The method of implementing this service is divided into two steps, there are : (1) The preparation step is the socialization which divided into various things that will be conveyed during the service activities that will be carried out which include: preparation of the material to be given, preparation of a schedule for providing material, division of tasks for the service team. (2) Socialization stage using Google Meet. The team for implementing community service activities are 7 lecturers of STIKes Kharisma Persada and STIKes Widya Dharma Husada and 6 students. The service team provided material on how to maintain mental health during the Covid-19 pandemic and how to use drugs in a proper and correct ways. The conclusion of this service is that there is still a lack of public awareness about maintaining mental health during the pandemic and how to use medicine properly and correctly, so that this kind of activity is needed in order to open broader thinking and understanding, build mindsets, and foster mutual awareness of the importance maintain health from the Corona virus (Covid-19) and how to use medicine in proper and correct ways.

Keywords: *Medicine, Pandemi, Covid-19, Mental Health*

ABSTRAK

Pengabdian ini berjudul Menjaga Kesehatan Mental saat Pandemi Covid-19 dan Menggunakan Obat yang Baik dan Benar. **Tujuan** pengabdian ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai cara mendapatkan obat, menggunakan obat, menyimpan obat, dan membuang obat yang baik dan benar dan meningkatkan pengetahuan tentang menjaga kesehatan mental pada saat pandemi virus corona. **Metode** pelaksanaan pengabdian ini dilakukan dalam beberapa kegiatan yaitu : (1) tahap persiapan yaitu sosialisasi dilakukan dengan menyusun berbagai hal yang akan disampaikan pada saat kegiatan pengabdian yang akan dilakukan yang meliputi: penyusunan materi yang akan diberikan, penyusunan jadwal pemberian materi,



P-ISSN 2746-5241

Jurnal Abdi Masyarakat Vol. 1, No. 1, November 2020,
Hal. 24-29

Email: lppm@wdh.ac.id Website : lppm.wdh.ac.id

pembagian tugas tim pengabdian. (2) Tahap Sosialisasi online menggunakan *Google Meet*. Tim pelaksana kegiatan pengabdian pada masyarakat adalah dosen STIKes Kharisma Persada dan STIKes Widya Dharma Husada sebanyak 7 orang dan mahasiswa sebanyak 6 orang. Tim pengabdian memberikan materi tentang bagaimana cara menjaga kesehatan mental di masa pandemi covid-19 dan bagaimana cara menggunakan obat dengan baik dan benar. **Kesimpulan** dari pengabdian ini adalah masih kurangnya kesadaran masyarakat tentang menjaga kesehatan mental dimasa pandemi dan cara menggunakan obat yang baik dan benar, sehingga kegiatan semacam ini sangat diperlukan dalam rangka membuka pemikiran dan pemahaman yang lebih luas, membangun pola pikir, dan menumbuhkan kesadaran bersama akan pentingnya menjaga kesehatan dari virus Corona (Covid-19) dan menggunakan obat yang baik dan benar.

Kata Kunci: Obat, Pandemi, Covid-19, Kesehatan Mental



P-ISSN 2746-5241

Jurnal Abdi Masyarakat Vol. 1, No.1, November 2020,

Hal.24-29

Email: lppm@wdh.ac.id Website : lppm.wdh.ac.id

PENDAHULUAN

Dagusibu (Dapatkan, Gunakan, Simpan, Buang) merupakan program Gerakan Keluarga Sadar Obat yang diprakarsai oleh Ikatan Apoteker Indonesia dalam mencapai pemahaman dan kesadaran masyarakat terhadap penggunaan obat dengan benar (PP IAI, 2014). Adanya gerakan tersebut karena masih banyak masalah terkait penggunaan obat yang terjadi di masyarakat. Hal ini terlihat pada penggunaan obat yang tidak rasional. Salah satunya pada penggunaan obat keras dan antibiotik dalam upaya swamedikasi, dimana masih adanya rumah tangga yang menyimpan obat keras tanpa resep 81,9% dan antibiotik 86,1% (Risksedas, 2013).

Menurut Peraturan Pemerintah Nomor 51 Tahun 2009, fasilitas pelayanan kefarmasian yaitu apotek, instalasi rumah sakit, klinik, toko obat, atau praktek bersama. Pada kenyataannya masih ada masyarakat yang mendapatkan obat dari orang lain sebesar 1,7%, tenaga kesehatan 23,4% dan penjual obat tradisional keliling 1,3% (Risksedas, 2013). Sumber memperoleh obat dan obat tradisional yang bukan berasal dari fasilitas pelayanan kefarmasian dapat menjadi peluang masuknya obat-obat palsu.

Untuk menjamin keefektifan suatu obat, perlu sistem penyimpanan yang baik dan benar. Penelitian terkait penyimpanan obat dilakukan oleh Jasim (2010), di Iraq menunjukkan bahwa 57,46% obat tidak disimpan di tempat yang sesuai. Di Palestina, 43,4% produk obat disimpan di tempat yang relatif tidak aman dari jangkauan anak-anak di rumah (Sweileh et al., 2009). Sedangkan untuk masyarakat di Indonesia sendiri masih kurang memahami bagaimana obat tersebut disimpan dan digunakan karena kurangnya informasi yang seharusnya didapatkan. Kesalahan dalam penyimpanan obat akan mempengaruhi kondisi zat aktif dalam obat tersebut. Sistem pembuangan obat yang tidak tepat menjadi perhatian global. Di negara-negara berkembang masalah ini sangat besar dan tidak terdokumentasi dengan baik. Penelitian yang dilakukan di Ethiopia menunjukkan 16,4% responden membuang obat di tempat sampah, 13,3% membuang obat di toilet, 10,4% membuang obat di lingkungan dan 77,6% responden tidak membedakan dalam membuang sediaan obat padat dan cair (Atinafu et al., 2014).

Virus Corona atau severe acute respiratory syndrome coronavirus 2 (SARS-CoV-2) adalah virus yang menyerang sistem pernapasan. Penyakit karena infeksi virus ini

disebut COVID-19. Virus Corona bisa menyebabkan gangguan ringan pada sistem pernapasan, infeksi paru-paru yang berat, hingga kematian. Severe acute respiratory syndrome coronavirus 2 (SARS-CoV-2) yang lebih dikenal dengan nama virus Corona adalah jenis baru dari coronavirus yang menular ke manusia. Walaupun lebih banyak menyerang lansia, virus ini sebenarnya bisa menyerang siapa saja, mulai dari bayi, anak-anak, hingga orang dewasa, termasuk ibu hamil dan ibu menyusui.

Wabah infeksi virus Corona atau COVID-19 semakin meluas dan telah menjangkit lebih dari 190 negara, termasuk Indonesia. Di Indonesia sendiri, jumlah pasien positif COVID-19 bertambah dengan cepat. Hal tersebut tentu dapat menimbulkan rasa takut dan panik. Apalagi anjuran untuk diam di rumah serta kebijakan social distancing, yang kini disebut physical distancing, sedikit banyak menimbulkan jarak secara emosional antara keluarga, sahabat, rekan kerja, teman, atau umat persekutuan di tempat ibadah yang dapat saling memberi dukungan. Bagi sebagian orang, hal ini bisa dirasakan sebagai suatu tekanan atau beban yang sangat besar. Bila tidak dikendalikan, tekanan tersebut akan berdampak negatif pada kesehatan mental.

Tujuan pelaksanaan pengabdian masyarakat ini yaitu untuk meningkatkan pengetahuan tentang dagusibu dan menjaga kesehatan mental pada saat pandemi virus corona, untuk menumbuhkan kesadaran tentang cara mendapatkan obat, menggunakan obat, menyimpan obat, dan membuang obat yang baik dan benar, untuk memberikan informasi mengenai tips menjaga kesehatan mental pada saat pandemi virus corona

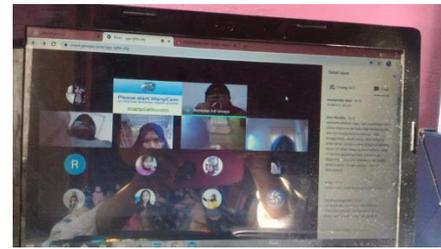
METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan pengabdian ini dilakukan dalam beberapa kegiatan yaitu : (1) tahap persiapan yaitu sosialisasi dilakukan dengan menyusun berbagai hal yang akan disampaikan pada saat kegiatan pengabdian yang akan dilakukan yang meliputi: penyusunan materi yang akan diberikan, penyusunan jadwal pemberian materi, pembagian tugas tim pengabdian.(2) Tahap Sosialisasi online menggunakan *Google Meet*. Tim pelaksana kegiatan pengabdian pada masyarakat adalah dosen STIKes Kharisma Persada dan STIKes Widya Dharma Husada sebanyak 8 orang dan mahasiswa sebanyak 6 orang. Tim pengabdian memberikan materi tentang bagaimana cara menjaga kesehatan mental di masa pandemi covid-19 dan bagaimana cara menggunakan obat dengan baik dan benar.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai dagusibu Masyarakat mengetahui mengenai tata cara penyimpanan dan pembuangan obat yang sudah tidak dipakai. Meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai cara mendapatkan, menggunakan, menyimpan dan membuang obat dengan baik dan benar. Meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai cara Menjaga kesehatan mental pada saat pandemi virus corona.
2. Memberikan informasi mengenai cara menjaga kesehatan mental pada saat pandemi virus corona dan gangguan kesehatan mental pada saat pandemi virus corona.

Harapan kami dengan pengabdian ini dapat membuka wawasan masyarakat yang diperoleh adalah bertambahnya keilmuan bagi para Para Masyarakat tentang menjaga kesehatan mental di masa pandemi dan menggunakan obat dengan baik dan benar, dan Ilmu yang diperoleh pada Pengabdian Masyarakat kali ini diharapkan mampu memberikan semangat baru bagi kita dalam menyampaikan materi dan motivasi serta berkontribusi bagi generasi muda, baik dilingkungan sekolah, kampus dan keluarga



Gambar 1. Penyuluhan Kesehatan Mental saat masa Pandemi dan Penggunaan obat yang baik dan benar melalui aplikasi zoom

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Masih kurangnya kesadaran masyarakat tentang menjaga kesehatan mental dimasa pandemi dan cara menggunakan obat yang baik dan benar.

Saran

Kegiatan pengabdian ini semacam ini sangat diperlukan dalam rangka membuka pemikiran dan pemahaman yang lebih luas, membangun pola pikir, dan menumbuhkan kesadaran bersama akan pentingnya menjaga kesehatan dari virus Corona (Covid-19) dan menggunakan obat yang baik dan benar.

DAFTAR PUSTAKA

Atinafu, T et al. Unused Medications Disposal Practice: The case of Patients Visiting University of Gondar Specialized Teaching Hospital, Gondar; Ethiopia. *International Journal of Pharma Sciences and Research*.2014; 5(12).p.999-1005.

Pengurus Pusat Ikatan Apoteker Indonesia (PP IAI). *Pedoman Pelaksanaan Gerakan Keluarga Sadar Obat*. Jakarta. 2014.

Nurwulan Adi Ismaya, et al
Jurnal Abdi Masyarakat Vol. 1, No.1, November 2020, Hal. 24-29

Kemenkes RI. Riset Kesehatan Dasar;
RISKESDAS. Jakarta: Balitbang Kemenkes
RI. 2013.

Sweileh, W. M. et al. Storage, Utilization and
Cost of Drug Products in Palestian
Households. Palestine : An-Najah National
University. 2009.