



Edukasi Cerdas Memilih Obat Herbal untuk Meningkatkan Literasi Keamanan Produk Herbal

Rifa'atul Mahmudah^{1*}, Nurramadhani A.Sida¹, Nur Hijrianti Akib², Nur Illiyyin Akib¹, Halik¹, Rifa'atus Shalihah³

¹ Fakultas Farmasi, Universitas Halu Oleo

²Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Halu Oleo

³Fakultas MIPA, Universitas Halu Oleo

[*rifa.mahmudah@uhu.ac.id](mailto:rifa.mahmudah@uhu.ac.id)

Abstrak

Peningkatan penggunaan obat herbal di masyarakat tidak selalu diikuti pemahaman yang memadai mengenai aspek keamanan, mutu, dan potensi interaksi dengan obat medis. Kondisi ini menyebabkan masyarakat rentan mengonsumsi produk yang tidak memiliki izin edar, mengandung klaim berlebihan, atau bahkan berisiko secara kesehatan. Kegiatan pengabdian ini bertujuan meningkatkan literasi masyarakat mengenai pemilihan obat herbal yang aman melalui penyuluhan langsung dan distribusi leaflet edukatif. Kegiatan dilaksanakan kepada pasien dan keluarga pasien di Apotek rawat jalan RSUD Bahteramas kota Kendari. Edukasi diberikan melalui ceramah, diskusi interaktif, dan demonstrasi cara memverifikasi izin edar BPOM. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan kesadaran peserta dalam menilai legalitas, keamanan, dan klaim produk herbal, termasuk pemahaman terhadap potensi interaksi dengan obat medis. Kegiatan ini memberikan kontribusi dalam meningkatkan kemampuan masyarakat melakukan swamedikasi secara lebih bijak dan bertanggung jawab.

Kata Kunci: Obat herbal, edukasi, keamanan obat, literasi kesehatan, BPOM

PENDAHULUAN

Penggunaan obat herbal di Indonesia mengalami peningkatan yang cukup signifikan dalam satu dekade terakhir. Tren ini tidak terlepas dari meningkatnya minat masyarakat terhadap pengobatan berbasis bahan alam yang dianggap lebih aman, alami, dan memiliki efek samping yang lebih minimal dibandingkan obat sintetik. Fenomena tersebut diperkuat oleh tingginya ketersediaan produk herbal di pasaran, kemudahan akses informasi melalui media sosial, serta promosi produk yang kerap memanfaatkan narasi “alami lebih aman”. Namun, persepsi positif tersebut tidak selalu sejalan dengan pemahaman yang benar mengenai keamanan dan legalitas produk herbal. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa masih banyak masyarakat yang menggunakan produk herbal tanpa memeriksa izin edar, komposisi, klaim khasiat, maupun kemungkinan interaksi dengan obat medis yang sedang dikonsumsi (Gondokesumo & Purnamayanti, 2021).

BPOM RI menegaskan bahwa produk herbal yang aman harus memenuhi standar keamanan, mutu, dan khasiat yang telah dievaluasi secara ilmiah. Meski demikian, temuan BPOM setiap tahun menunjukkan bahwa produk herbal ilegal masih banyak beredar, termasuk produk yang mengandung bahan kimia obat (BKO), tidak memiliki izin edar, atau dipasarkan dengan klaim berlebihan yang tidak sesuai bukti ilmiah (Priyana, 2023). Salah satu penyebab tingginya konsumsi produk ilegal adalah rendahnya literasi masyarakat terhadap aspek regulatori obat herbal, seperti nomor izin edar, penandaan label, dan peringatan penggunaan (Leswara & Mufrod, 2023). Penelitian Monica dkk., (2022) menunjukkan bahwa masih banyak masyarakat membeli obat herbal berdasarkan iklan atau testimoni tanpa melakukan verifikasi informasi.

Selain persoalan legalitas, tantangan lain yang muncul adalah risiko interaksi antara obat herbal dan obat medis. Sebagian besar masyarakat tidak menyadari bahwa beberapa bahan herbal dapat memengaruhi metabolisme obat, meningkatkan atau menurunkan efek terapi, serta memperbesar risiko efek samping tertentu. Misalnya, ginseng berpotensi memengaruhi tekanan darah, kunyit dapat berinteraksi dengan beberapa obat antikoagulan, dan bawang putih dapat memperkuat efek antiplatelet (Armanto, 2020). Ketidaktahuan mengenai aspek ini dapat berdampak serius, terutama bagi pasien dengan penyakit kronis yang menjalani terapi jangka panjang seperti hipertensi, diabetes, atau penyakit jantung.

Kajian sebelumnya menunjukkan bahwa edukasi langsung terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai keamanan obat herbal. Kegiatan sosialisasi terkait pemilihan obat tradisional yang aman, penggunaan Cek KLIK, maupun pemahaman jenis obat herbal telah dilakukan oleh berbagai peneliti (Kumontoy dkk., 2023; Muhammad Rafli & Pangestuti, 2023). Namun, masih terdapat gap edukasi pada kelompok masyarakat yang berada di fasilitas pelayanan kesehatan, terutama pasien dan keluarga pasien yang sering mengombinasikan obat herbal dan obat medis dalam praktik swamedikasi. Kelompok ini memiliki kebutuhan informasi yang lebih tinggi karena kondisi kesehatan yang sedang dikelola melalui terapi rutin.

Melihat fenomena tersebut, kegiatan pengabdian masyarakat ini dirancang untuk memberikan edukasi kepada pasien dan keluarga pasien yang sedang menunggu antrian obat di Apotek rawat jalan RSUD Bahteramas kota Kendari mengenai cara memilih obat herbal yang aman. Edukasi difokuskan pada tiga aspek utama, yaitu pemahaman kriteria produk herbal aman, kewaspadaan terhadap iklan overklaim, serta kesadaran mengenai potensi interaksi obat herbal dengan obat medis. Penggunaan media leaflet dipilih karena dinilai efektif sebagai bahan informasi yang ringkas, mudah dipahami, dan dapat dibawa pulang untuk dipelajari kembali.

Tujuan dari kegiatan ini adalah meningkatkan literasi masyarakat terkait keamanan obat herbal sehingga masyarakat dapat membuat keputusan yang lebih tepat dalam menggunakan obat herbal. Melalui edukasi ini diharapkan masyarakat mampu mengenali tanda-tanda produk ilegal, memahami pentingnya izin edar BPOM, serta lebih berhati-hati ketika menggunakan obat herbal bersamaan dengan obat medis. Dengan meningkatnya literasi ini, risiko penggunaan obat herbal yang tidak aman dapat ditekan, dan masyarakat dapat berperan aktif dalam menjaga keselamatan diri dalam praktik swamedikasi.

METODE

Kegiatan ini dilakukan dalam 4 tahap antara lain:

1. Persiapan Materi

Tim menyusun materi edukasi berdasarkan regulasi BPOM, Kementerian Kesehatan, dan literatur terbaru mengenai keamanan obat herbal. Leaflet lipat tiga dibuat sebagai media bantu yang memuat informasi inti secara ringkas dan mudah dipahami.

2. Pelaksanaan Edukasi

Penyuluhan dilakukan secara langsung kepada pasien dan keluarga pasien. Pendekatan yang digunakan berupa ceramah singkat, diskusi dua arah, dan contoh kasus penggunaan obat herbal yang sering dijumpai masyarakat.

3. Evaluasi dan Diskusi Interaktif

Peserta diberikan kesempatan bertanya mengenai produk herbal yang sering mereka konsumsi. Evaluasi informal dilakukan melalui tanya jawab untuk menilai sejauh mana peningkatan pemahaman setelah penyuluhan.

4. Dokumentasi Kegiatan

Seluruh proses penyuluhan diabadikan berupa foto sebagai dokumentasi pelaksanaan pengabdian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan edukasi “Cerdas Memilih Obat Herbal” dilaksanakan di lingkungan RSUD Bahteramas kota Kendari, dan diikuti oleh pasien serta keluarga pasien yang sedang menunggu pelayanan kesehatan. Berdasarkan observasi awal, sebagian besar peserta mengaku pernah menggunakan obat herbal, baik dalam bentuk jamu siap konsumsi, kapsul herbal, maupun racikan tradisional. Namun, pemahaman mereka mengenai keamanan, izin edar, dan potensi interaksi masih sangat terbatas. Kondisi ini sesuai dengan hasil penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa masyarakat umumnya hanya mengandalkan informasi dari pengalaman pribadi atau rekomendasi orang lain dalam memilih obat herbal (Gondokesumo & Purnamayanti, 2021).

Pada tahap penyampaian materi, peserta diperkenalkan terlebih dahulu pada klasifikasi obat herbal menurut BPOM, yaitu jamu, obat herbal terstandar (OHT), dan fitofarmaka. Penjelasan ini penting disampaikan karena masyarakat cenderung menganggap semua produk herbal sama, tanpa memahami perbedaan tingkat pembuktian ilmiah dari masing-masing kategori. Banyak peserta baru mengetahui bahwa fitofarmaka telah melalui uji pra-klinik dan uji klinik sehingga memiliki bukti ilmiah yang lebih kuat dibandingkan jamu. Informasi ini memberikan gambaran bahwa tidak semua produk herbal memiliki derajat keamanan yang sama.

Selanjutnya, penyuluh menjelaskan prinsip dasar memilih obat herbal aman menggunakan pendekatan Cek KLIK (Kemasan, Label, Izin Edar, Kadaluarasa) sebagaimana direkomendasikan BPOM. Ketika diperlihatkan contoh produk herbal berizin edar dan tidak berizin, sebagian peserta mampu membedakan keduanya, namun mengakui bahwa mereka tidak pernah memeriksa izin edar sebelum membeli produk. Edukasi ini membantu peserta memahami bahwa nomor izin edar yang terdaftar dapat diverifikasi melalui website resmi BPOM. Demonstrasi pengecekan izin edar dilakukan secara langsung menggunakan gawai, dan peserta terlihat antusias mencoba melakukan pencarian produk herbal yang mereka miliki di rumah.





Gambar 1. Leaflet edukasi Cerdas Memilih Obat Herbal

Sesi diskusi menunjukkan bahwa masyarakat sering kali terpengaruh oleh iklan atau promosi produk herbal yang menjanjikan penyembuhan cepat, tanpa mempertimbangkan risiko yang mungkin terjadi. Peserta menanyakan mengenai produk-produk populer yang sering beredar di media sosial dan bertanya apakah produk tersebut aman dikonsumsi. Fenomena ini sejalan dengan temuan Monica dkk., (2022) bahwa iklan obat herbal di media digital sering mengandung klaim berlebihan yang dapat menyesatkan masyarakat. Melalui penyuluhan ini, peserta belajar mengidentifikasi ciri-ciri iklan overklaim, seperti janji obat dapat menyembuhkan segala jenis penyakit, tidak memiliki efek samping, atau bekerja secara instan.

Selain itu, diskusi juga mengungkap bahwa sebagian peserta tidak mengetahui potensi interaksi obat herbal dengan obat medis. Beberapa peserta mengaku rutin mengonsumsi obat herbal bersamaan dengan obat hipertensi, obat diabetes, atau antibiotik tanpa berkonsultasi dengan tenaga kesehatan. Hal ini menjadi perhatian penting karena sejumlah tanaman obat, seperti ginseng, kunyit, dan bawang putih, dapat mempengaruhi aktivitas enzim metabolisme atau efek farmakologis obat tertentu (Al Mukminah & Indradi, 2021; Putri dan Rusdiana, 2016)). Penelitian (Djunaedi & Sulaiman, 2018) juga menegaskan bahwa pemantauan keamanan obat herbal perlu diperkuat mengingat risiko interaksi obat sering tidak disadari masyarakat.

Penyuluhan menjelaskan contoh sederhana, misalnya penggunaan ginseng bersamaan dengan obat antihipertensi dapat meningkatkan tekanan darah secara tidak terduga, atau konsumsi bawang putih dosis tinggi dapat meningkatkan risiko perdarahan pada pasien yang menggunakan antikoagulan. Penjelasan berbasis kasus ini membuat peserta lebih mudah memahami pentingnya konsultasi sebelum mengombinasikan obat herbal dengan obat medis.

Leaflet yang dibagikan selama penyuluhan berisi informasi ringkas mengenai kriteria obat herbal aman, tanda-tanda produk overklaim, serta langkah-langkah memeriksa izin edar BPOM. Beberapa peserta terlihat membaca leaflet kembali selama diskusi berlangsung. Media ini terbukti membantu peserta mengingat informasi inti, sejalan dengan teori pendidikan kesehatan yang menyatakan bahwa penyampaian informasi melalui kombinasi verbal dan visual meningkatkan retensi pengetahuan (Ekasari dkk., 2023; Kresnamurti dkk., 2022).

Leaflet juga memuat contoh interaksi obat herbal dan obat medis serta anjuran untuk selalu berkonsultasi dengan tenaga kesehatan sebelum mengonsumsi produk herbal dalam jangka panjang. Dari evaluasi lisan pada akhir kegiatan, sebagian besar peserta mampu mengulang kembali poin-poin penting, seperti pentingnya izin edar, bahaya produk overklaim, dan contoh interaksi obat herbal-Obat medis. Ini menunjukkan bahwa metode edukasi yang digunakan berhasil meningkatkan pemahaman peserta.



Gambar 2. Penyampaian materi kepada masyarakat menggunakan media leaflet

Pencapaian kegiatan ini sejalan dengan teori literasi kesehatan, yang menyatakan bahwa peningkatan pengetahuan merupakan langkah dasar dalam memengaruhi perilaku kesehatan masyarakat. Edukasi yang diberikan tidak hanya memberikan informasi, tetapi juga membangun kesadaran kritis dalam memilih produk kesehatan. Dengan meningkatnya

pemahaman, diharapkan masyarakat akan lebih berhati-hati dan selektif dalam memilih produk herbal serta mampu menghindari risiko yang sebelumnya tidak mereka sadari.

Selain itu, kegiatan ini mengonfirmasi temuan penelitian terdahulu bahwa intervensi berbasis edukasi efektif dalam meningkatkan literasi masyarakat terkait keamanan obat herbal dan praktik swamedikasi yang bertanggung jawab (Muhammad Rafli & Pangestuti, 2023). Dengan demikian, program edukasi seperti ini penting dilakukan secara berkelanjutan untuk memperkuat pemahaman masyarakat, terutama di fasilitas pelayanan kesehatan yang menjadi titik bertemunya masyarakat dari berbagai latar belakang. Secara keseluruhan, kegiatan ini menunjukkan bahwa penyuluhan yang disertai media edukatif sederhana dapat memberikan dampak positif dalam meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai penggunaan obat herbal yang aman. Hal ini menjadi dasar penting bagi upaya pencegahan risiko kesehatan akibat penggunaan obat herbal yang tidak tepat.

KESIMPULAN

Kegiatan edukasi “Cerdas Memilih Obat Herbal” memberikan dampak nyata dalam meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai aspek keamanan, legalitas, dan potensi interaksi obat herbal. Peserta menjadi lebih mampu menilai keaslian dan keamanan produk herbal, memahami risiko klaim berlebihan, serta mengetahui cara memverifikasi izin edar melalui BPOM. Edukasi semacam ini penting dilakukan secara berkelanjutan untuk mendukung literasi kesehatan masyarakat dan mendorong praktik swamedikasi yang aman, rasional, dan berbasis bukti.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak RSUD Bahteramas kota Kendari atas dukungan dan fasilitas yang diberikan dalam pelaksanaan kegiatan ini. Apresiasi juga disampaikan kepada seluruh peserta penyuluhan serta tim yang terlibat sehingga kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat terlaksana dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Al Mukminah, I., & Indradi, R. B. (2021). Review: Interaksi Antara Obat Konvensional dan Herbal untuk Diabetes Mellitus. *Berkala Ilmiah Mahasiswa Farmasi Indonesia (BIMFI)*, 8(1). <https://doi.org/10.48177/bimfi.v8i1.62>
- Armanto, Rachmad. P. (2020). Interaksi Obat, Obat Herbal, Farmakogenetik dan Aplikasi Klinisnya. *Universitas Surabaya*.
- Djunaedi, M., & Sulaiman, S. A. S. (2018). The pharmacist's assessment on patients who consume supplements and herbal while undergoing warfarin therapy. *Asian Journal of Pharmaceutical and Clinical Research*, 11(Special Issue 1). <https://doi.org/10.22159/ajpcr.2018.v11s1.26566>
- Ekasari, W., Widyowati, R., Purwitasari, N., Suryadi, A. M. A., & Sahu, R. K. (2023). Peningkatan Pemahaman Masyarakat Tentang Aplikasi Obat Tradisional Yang Tepat Untuk Melawan COVID-19. *Jurnal Kreativitas dan Inovasi (Jurnal KreaNova)*, 3(1). <https://doi.org/10.24034/kreanova.v3i1.5420>
- Gondokesumo, M. E., & Purnamayanti, A. (2021). Upaya Peningkatan Pengetahuan Lansia Tentang Penggunaan Produk Obat Herbal di Kecamatan Kalirungkut, Surabaya, Jawa Timur. *Journal Community Service Consortium*, 2(1). <https://doi.org/10.37715/consortium.v2i1.3290>
- Kresnamurti, A., Izazi, F., Rakhma, D. N., Nailufa, Y. N., & Najih, Y. A. (2022). Optimalisasi Penggunaan Obat Tradisional Saat Pandemi COVID-19 Ditinjau Dari Presepsi Dan Perilaku Masyarakat. *Indonesian Journal of Community Dedication in Health (IJCDH)*, 3(01). <https://doi.org/10.30587/ijcdh.v3i01.4237>
- Kumontoy, G. D., Deeng, D., & Mulianti, T. (2023). Pemanfaatan Tanaman Herbal Sebagai Obat Tradisional Untuk Kesehatan Masyarakat Di Desa Guaan Kecamatan Mooat Kabupaten Bolaang Mongondow Timur. *Jurnal Holistik*, 16(3).
- Leswara, D. F., & Mufrod. (2023). Edukasi Keamanan Dalam Penggunaan Obat Herbal. *Journal of Innovation in Community Empowerment*, 5(2), 109–113. <https://doi.org/10.30989/jice.v5i2.970>
- Monica, T., Feni Ramandani, & Riska Yanuarti. (2022). Sosialisasi Cara Pemilihan Dan Penggunaan Obat Tradisional Yang Aman Pada Masyarakat Desa Tebing Penyamun. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kuliah Kerja Nyata (JIMAKUKERTA)*, 2(3). <https://doi.org/10.36085/jimakukerta.v2i3.4288>
- Muhammad Rafli, & Pangestuti, D. (2023). Penggunaan Obat Tradisional Pada Masyarakat Wilayah Kerja Puskesmas Medan Johor Tahun 2023. *Ibnu Sina: Jurnal Kedokteran dan Kesehatan - Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara*, 23(1). <https://doi.org/10.30743/ibnusina.v23i1.501>



Priyana, P. (2023). Sosialisasi Bahaya Obat Kimia pada Obat Jamu Tradisional dipandang dari Aspek Hukum Kesehatan. *I-Com: Indonesian Community Journal*, 3(1). <https://doi.org/10.33379/icom.v3i1.2239>

Putri dan Rusdiana. (2016). Perbandingan Berbagai Interaksi Obat dengan Herbal. *Farmaka*, 14(1).

