



## SOSIALISASI GERAKAN MASYARAKAT CERDAS MENGGUNAKAN OBAT MELALUI PENDEKATAN "TANYA 5-O" DI DESA BAJAK 1

Tri Danang Kurniawan<sup>1\*</sup>, Putri Mulia<sup>2</sup>, Loni Iranda<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> Universitas Bengkulu

### Article Info

#### Article History:

Received : May 19, 2025

Revised : May 23, 2025

Accepted : May 28, 2025

#### Keywords:

GeMa CerMat

Ask 5-O

Rational drug use

Self-medication

Health literacy

### ABSTRAK

Perilaku pemakaian obat yang tidak tepat menjadi isu krusial di Indonesia, di mana masyarakat sering melakukan swamedikasi tanpa pemahaman yang memadai. Hal ini berpotensi menimbulkan risiko kesehatan. Kegiatan pengabdian yang dilaksanakan di desa Bajak I, kabupaten Bengkulu Tengah bertujuan untuk memperkuat literasi masyarakat mengenai penggunaan obat rasional melalui penyuluhan Gerakan Masyarakat Cerdas Menggunakan Obat (GeMa CerMat) melalui pendekatan "Tanya 5-O". Metode pelaksanaan meliputi kuisioner tes awal, penyampaian materi, diskusi interaktif, dan tes akhir untuk mengukur peningkatan pengetahuan. Peserta terdiri dari 50 warga, didominasi oleh perempuan (88%) dan berusia 60-69 tahun (56%). Hasil memperlihatkan peningkatan signifikan pada pemahaman masyarakat tentang informasi obat, dengan nilai tes akhir 96-100% dibandingkan tes awal (6-24%). Analisis *Paired T-Test* menghasilkan nilai signifikansi  $p=0,000(<0,05)$ . Meskipun kesadaran bertanya kepada tenaga kesehatan meningkat, praktik swamedikasi tanpa konsultasi masih tinggi (66%). Hal ini membuktikan kegiatan penyuluhan tanya 5-O secara efektif dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat terkait penggunaan obat. Kegiatan ini memberikan efektivitas pendekatan tatap muka interaktif dalam meningkatkan literasi kesehatan masyarakat desa. Untuk keberlanjutan, program ini perlu diintegrasikan dengan layanan kesehatan setempat dan melibatkan tenaga kefarmasian.

### ABSTRACT

Irrational drug use remains a critical public issue in Indonesia, where self-medication is commonly practiced without adequate understanding. This condition poses potential health risks. This community service activity was conducted in Bajak I Village, Central Bengkulu Regency, aimed to enhance public health literacy regarding rational medication use through educational outreach using the 'Ask 5-O' approach within the Smart Community Use of Medicines Movement (GeMa CerMat) framework. The methods included pre-tests questionnaire, educational sessions, interactive discussions, and post-tests to measure knowledge improvement. Participants consisted of 50 villagers, predominantly women (88%) and elderly aged 60-69 years (56%). The results showed a significant increase in participants understanding of drug information, with post-test scores reaching 96-100% compared to pre-test scores (6-24%). The paired T-Test analysis showing a p-value of 0.000 ( $<0,05$ ). Although awareness of consulting healthcare professionals improved, self-medication without consultation remained high (66%). These findings indicate that the "Ask 5-O" counseling approach effectively enhances community

---

knowledge on rational drug use. This activity also demonstrates the effectiveness of face-to-face interactive methods in improving health literacy among rural populations. For sustainability, the program should be integrated into local health services and involve pharmacy personnel.

---

\*Corresponding Author: danangfarma@gmail.com

---

## PENDAHULUAN

Penggunaan obat secara rasional telah menjadi isu global yang mendapat perhatian yang besar, karena berdampak langsung pada kualitas layanan kesehatan dan keselamatan pasien (1). *World Health Organization* (WHO) mendefinisikan pemakaian obat secara rasional sebagai kondisi dimana pasien menerima obat sesuai dengan diagnosanya, dalam dosis yang sesuai, selama periode waktu yang memadai, serta dengan pengeluaran yang terjangkau bagi individu dan masyarakat (2). Namun demikian, praktik penggunaan obat yang tidak tepat atau tidak rasional masih menjadi tantangan utama di Indonesia. Masyarakat pedesaan sebanyak 72% melakukan swamedikasi tanpa pemahaman dasar obat, dan temuan pada 65% ibu rumah tangga membeli obat keras tanpa resep (3,4). Hal ini dapat berupa penggunaan antibiotik yang berlebihan, penggunaan obat-obatan tanpa resep dokter, atau kurangnya informasi yang memadai tentang cara penggunaan obat yang benar (5). Kemajuan ilmiah yang disertai dengan meningkatnya keingintahuan publik, serta maraknya promosi obat melalui media massa dan tingginya biaya layanan kesehatan, yang menurut Kemenkes RI (2020) berkontribusi pada 60% kasus resistensi antibiotik, telah memicu masyarakat untuk melakukan swamedikasi (6).

Kondisi ini semakin meresahkan mengingat masih maraknya promosi obat dan keterbatasan akses layanan kesehatan mendorong praktik swamedikasi yang tidak rasional (6). Fenomena ini diperparah oleh rendahnya pemahaman masyarakat dalam membaca informasi obat, dimana hanya 12% yang secara rutin memeriksa label kemasan (4). Adanya *research gap* berupa kurangnya literasi kesehatan ini, pendekatan 'Tanya 5-O' dipilih sebagai solusi berbasis bukti, mengingat efektivitasnya dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat hingga 80-90% (7).

Swamedikasi merupakan tindakan individu untuk mengobati keluhan atau gejala penyakit secara mandiri tanpa terlebih dahulu mengunjungi fasilitas kesehatan. Disamping itu, aspek sosial juga mempengaruhi keputusan masyarakat dalam melakukan swamedikasi, karena dinilai mampu meningkatkan akses terhadap layanan kesehatan (6). Swamedikasi tanpa informasi yang memadai dapat mengakibatkan dampak negatif berupa timbulnya masalah kesehatan baru, sehingga tujuan pengobatan tidak tercapai dengan baik. (8,9). Masyarakat kerap menerima informasi yang berasal dari berbagai sumber yang belum terjamin keakuratannya. Oleh karena itu, diperlukan upaya pemberdayaan masyarakat guna meningkatkan literasi dan kemampuan dalam memilah informasi yang akurat. Informasi terkait kesehatan idealnya diperoleh dari tenaga kefarmasian, tenaga kesehatan lainnya, atau sumber-sumber terpercaya. (10).

Pemerintah Indonesia, melalui Kementerian Kesehatan, telah menggagas Gerakan Masyarakat Cerdas Menggunakan Obat (GeMa CerMat) sejak tahun 2015. Hal ini merupakan respons terhadap permasalahan penggunaan obat yang tidak tepat. Gerakan ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan masyarakat dalam menggunakan obat secara bijak, tepat, dan bertanggung jawab (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Salah satu pendekatan edukatif dalam GeMa CerMat yang semakin dikenal luas adalah metode "Tanya 5-O", yang terdiri dari lima pertanyaan penting yang sebaiknya diajukan pasien sebelum menggunakan obat: Apa nama dan kandungan obat ini? Apa khasiat obat ini? Berapa dosis obat ini? Bagaimana cara menggunakan obat ini? Dan apa efek samping obat ini? (12). Metode ini dirancang untuk memberdayakan masyarakat agar lebih aktif dalam mencari informasi dan berinteraksi dengan tenaga kesehatan, khususnya apoteker, terkait penggunaan obat yang aman dan efektif.

Strategi Tanya 5-O telah banyak digunakan dalam berbagai program penyuluhan dan terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman masyarakat tentang obat. Penyuluhan berbasis Tanya 5-O dianggap sebagai pendekatan komunikatif yang mampu menjembatani kesenjangan informasi antara tenaga kesehatan dan masyarakat awam. Dalam praktiknya, pertanyaan-pertanyaan dalam Tanya 5-O mendorong partisipasi aktif masyarakat untuk menggali informasi dari sumber terpercaya sebelum mengonsumsi obat (7).

Pemahaman dan praktik penggunaan obat secara rasional masih menjadi tantangan di berbagai

wilayah Indonesia, terutama di pedesaan atau pinggiran kota karena terbatasnya akses terhadap layanan dan informasi kesehatan. Pengetahuan masyarakat mengenai penggunaan obat masih terbatas, khususnya pada mereka yang hanya mengandalkan informasi dari media sosial atau lingkungan sekitar tanpa melakukan konfirmasi dengan tenaga kesehatan profesional (13). Menurut penelitian yang dilakukan oleh Supardi, dalam praktik swamedikasi, umumnya masyarakat masih kurang memiliki pengetahuan dan kesadaran tentang pentingnya membaca label pada kemasan obat saat menerima obat. Selain itu, masyarakat sering kali memperoleh informasi terkait obat-obatan dari media massa, tanpa melakukan konfirmasi kepada tenaga kesehatan profesional (3).

Masyarakat di wilayah panyabungan, sumatera utara sebanyak 68,3% melakukan swamedikasi untuk penyakit ringan tanpa memperhatikan informasi obat dan kontraindikasi obat (14). Temuan serupa di Yogyakarta, dimana 61,5% responden mengaku tidak pernah membaca petunjuk penggunaan obat secara lengkap sebelum mengkonsumsi obat (15). Desa Bajak 1, yang terletak di wilayah kabupaten Bengkulu Tengah, merupakan salah satu contoh daerah yang masih mengalami kesulitan dalam hal literasi kesehatan, khususnya terkait penggunaan obat. Masyarakat di desa ini pada pengamatan awal melakukan pengobatan mandiri yang tidak disertai dengan pemahaman yang memadai tentang obat yang dikonsumsi. Pandangan ini diperkuat dengan rendahnya kebiasaan membaca label obat atau menanyakan informasi penting sebelum penggunaan. Gema Cermat diharapkan terjadi peningkatan kesadaran masyarakat dalam penggunaan obat secara rasional dengan metode edukasi dan penguatan kapasitas komunitas. (16).

Penyuluhan Tanya 5-O hadir sebagai solusi yang bersifat edukatif, partisipatif, dan mudah diterapkan di komunitas. Melalui pendekatan ini, masyarakat diajak untuk memiliki sikap kritis terhadap obat-obatan yang mereka konsumsi. Pendekatan ini menekankan pentingnya komunikasi antara pasien dengan tenaga kesehatan sebagai fondasi utama dalam mewujudkan penggunaan obat yang aman dan tepat. Komunikasi yang efektif antara tenaga kesehatan dan masyarakat dapat mendorong kepatuhan terhadap terapi dan meningkatkan kepercayaan terhadap sistem pelayanan kesehatan (17).

Dalam konteks pengabdian kepada masyarakat, melalui penyuluhan program sosialisasi Tanya 5-O di Desa Bajak 1 menjadi langkah dalam upaya memperkuat peran institusi pendidikan tinggi dalam mendukung program nasional peningkatan literasi kesehatan. Penyuluhan ini juga bertujuan untuk mendorong perubahan perilaku yang berkelanjutan dan menyebar ke lingkungan sosial mereka. Pendekatan edukatif berbasis komunitas seperti GeMa CerMat lewat edukasi Tanya 5-O efektif meningkatkan pengetahuan dan praktik masyarakat terkait penggunaan obat (18).

Kegiatan penyuluhan ini juga menjadi bagian dari upaya menanggulangi informasi keliru yang kerap tersebar luas di masyarakat. Dalam era digital saat ini, masyarakat dengan mudah mendapatkan informasi dari internet, namun belum tentu informasi tersebut akurat. Bahkan, banyak informasi yang justru menyesatkan dan berpotensi membahayakan. Dengan membekali masyarakat dengan keterampilan dasar bertanya dan berpikir kritis terhadap informasi kesehatan, penyuluhan Tanya 5-O membantu membentuk masyarakat yang lebih cerdas dan mandiri dalam mengambil keputusan terkait kesehatannya (19).

Dengan pertimbangan tersebut, penyelenggaraan kegiatan penyuluhan kesehatan tentang program GeMa Cermat menggunakan pendekatan Tanya 5-O di wilayah tersebut dinilai sangat tepat. Pelaksanaannya tidak hanya bermanfaat bagi peningkatan pemahaman kesehatan warga, tetapi juga sejalan dengan visi pemerintah untuk mewujudkan masyarakat yang lebih sehat dan cerdas.

## METODE PELAKSANAAN

Pelaksanaan penyuluhan GeMa CerMat dengan pendekatan "Tanya Lima O" dilakukan pada tanggal 8 Desember 2024 di Desa Bajak I, Kabupaten Bengkulu Tengah. Desain kegiatan ini menggunakan pendekatan partisipatif dan evaluatif dengan model *One Group Pretest-Posttest*. Instrumen berupa kuisisioner dengan pilihan jawaban ya dan tidak, dimana jawaban benar diberi nilai 1 dan jawaban salah diberi nilai 0. Kegiatan dimulai dengan pre-test untuk mengukur pengetahuan awal peserta terkait Lima O. Setelahnya, penyampaian materi Lima O melalui media visual/presentasi (*slide powerpoint*) oleh apoteker dari Prodi D3 Farmasi Universitas Bengkulu serta pemberian leaflet. Sesi diskusi dan tanya jawab juga menjadi bagian dari rangkaian kegiatan. Pada akhir kegiatan, post-test dilaksanakan untuk mengevaluasi tingkat penguasaan masyarakat terhadap materi "Tanya Lima O" yang telah disampaikan. Selain itu, kuisisioner diberikan untuk menganalisis perubahan pengetahuan peserta sebelum dan setelah penyuluhan GeMa CerMat "Tanya Lima O". Kegiatan ini dirancang untuk

memberikan pemahaman yang lebih mendalam kepada masyarakat mengenai pentingnya bertanya tentang nama obat, kandungannya, khasiat, dosis, cara penggunaan, serta efek sampingnya sebelum mengkonsumsi suatu obat. Melalui pendekatan partisipatif dan interaktif, masyarakat diharapkan dapat aktif mencari informasi dan berinteraksi dengan tenaga kesehatan untuk memastikan penggunaan obat yang aman dan efektif.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

GeMa CerMat merupakan program yang digagas oleh Kementerian Kesehatan yang melibatkan berbagai pemangku kepentingan dan elemen masyarakat dengan tujuan untuk meningkatkan literasi dan kepekaan masyarakat terkait penggunaan obat yang rasional dan tepat sasaran. Program ini juga mendorong kemandirian masyarakat dalam memilih, memperoleh, menggunakan, menyimpan, dan membuang obat secara benar, serta mendukung terciptanya penggunaan obat yang rasional.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini diikuti oleh 50 warga yang sebagian besar kelompok lanjut usia (lansia). Peserta pengabdian masyarakat didominasi oleh peserta perempuan (88%). Sementara itu, tingkat pendidikan SMA (78%) dan jenis pekerjaan petani (40%). Adapun karakteristik peserta dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Data Karakteristik Peserta

Karakteristik	Keterangan	Jumlah	%
Jenis Kelamin	Laki-Laki	6	12
	Perempuan	44	88
Usia	50-59	15	30
	60-69	28	56
	70-79	7	14
Pendidikan	SMP	5	10
	SMA	38	76
	Perguruan Tinggi	7	14
Pekerjaan	Buruh	5	10
	Petani	20	40
	Pedagang	5	10
	Swasta	15	30
	ASN	4	8
	Lainnya	1	2

Melalui kegiatan penyuluhan yang menyampaikan materi "Tanya Lima O", masyarakat didorong untuk berpartisipasi aktif dalam menggunakan obat secara tepat dan benar. Penggunaan obat secara rasional meliputi ketepatan dalam diagnosis, pemilihan obat, indikasi, karakteristik pasien, dosis, cara dan durasi pemberian, informasi, harga obat, serta kewaspadaan terhadap efek samping. (20).

Salah satu komponen penting dalam mengukur efektivitas kegiatan penyuluhan kesehatan adalah evaluasi pengetahuan masyarakat sebelum dan sesudah intervensi dilakukan. Dalam kegiatan ini, dilakukan *pretest* dan *posttest* pemahaman masyarakat mengenai informasi obat: logo obat, nama obat, khasiat, dosis, cara penggunaan, dan efek samping. Setiap jawaban benar pada pertanyaan-pertanyaan tersebut diberikan skor satu, sedangkan jawaban yang salah diberikan skor nol. Hasil tes awal (*pretest*) dan tes akhir (*posttest*) dapat dilihat pada tabel 2.

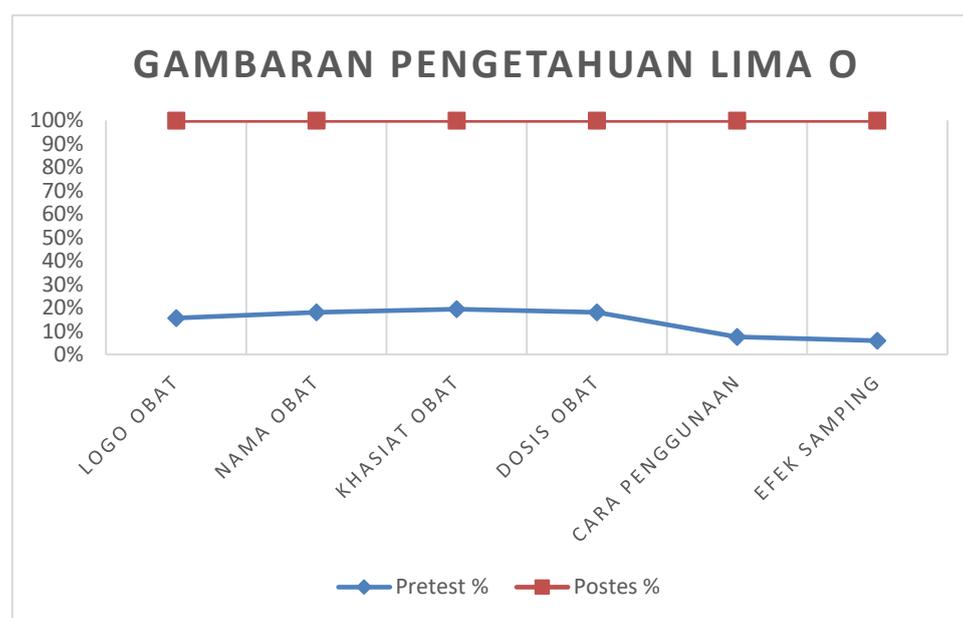
Tabel 2. Gambaran Pengetahuan Penggunaan Obat yang Benar

Pertanyaan	<i>Pretest</i>		<i>Posttest</i>	
	Nilai Benar	%	Nilai Benar	%
Logo Obat	9	18	49	98
Nama Obat	11	22	50	100
Khasiat Obat	12	24	50	100
Dosis Obat	11	22	50	100
Cara Penggunaan	4	8	49	98
Efek Samping	3	6	48	96

Sebelum penyuluhan GeMa CerMat diberikan, hasil *pretest* menunjukkan bahwa pengetahuan masyarakat masih sangat rendah terhadap informasi dasar mengenai obat. Hasil *pretest* mengindikasikan

masih terdapat kesenjangan informasi yang signifikan di tingkat masyarakat, terutama dalam hal pemahaman mengenai identitas, manfaat, dan risiko penggunaan obat. Hal ini dapat dikaitkan dengan kurangnya edukasi langsung dan partisipatif yang mendorong masyarakat untuk membaca dan memahami informasi yang tertera pada label obat (21).

Rendahnya pemahaman mengenai cara penggunaan (8%) dan efek samping (6%) merupakan aspek yang sangat mengkhawatirkan. Ketidaktahuan terhadap cara pakai dan efek samping obat dapat meningkatkan risiko penggunaan yang salah, overdosis, interaksi obat, serta efek toksik yang tidak diharapkan (8). Setelah diberikan edukasi melalui penyuluhan GeMa CerMat, terjadi peningkatan berkisar 96% - 100% sangat signifikan pada seluruh indikator pengetahuan. Rata-rata pengetahuan awal responden sangat rendah ( $16.67\% \pm 7.21$ ), dengan variasi cukup tinggi. Setelah postes Rata-rata pengetahuan meningkat signifikan ( $98.67\% \pm 1.63$ ), dengan variasi sangat kecil (hampir semua responden mencapai nilai maksimal). Berdasarkan uji normalitas *Shapiro-wilk* diperoleh nilai signifikansi lebih dari 0,05. Hal ini dapat dimaknai bahwa keseluruhan data hasil pengukuran terdistribusi normal. Hasil analisa *Paired T-Test* diperoleh nilai  $p=0,000$  ( $p < 0,05$ ), yang mengindikasikan adanya perbedaan yang sangat signifikan antara nilai pretest dan posttest. Hal ini membuktikan bahwa penyuluhan GeMa CerMat dengan pendekatan "Tanya Lima O" secara efektif dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat terkait penggunaan obat.



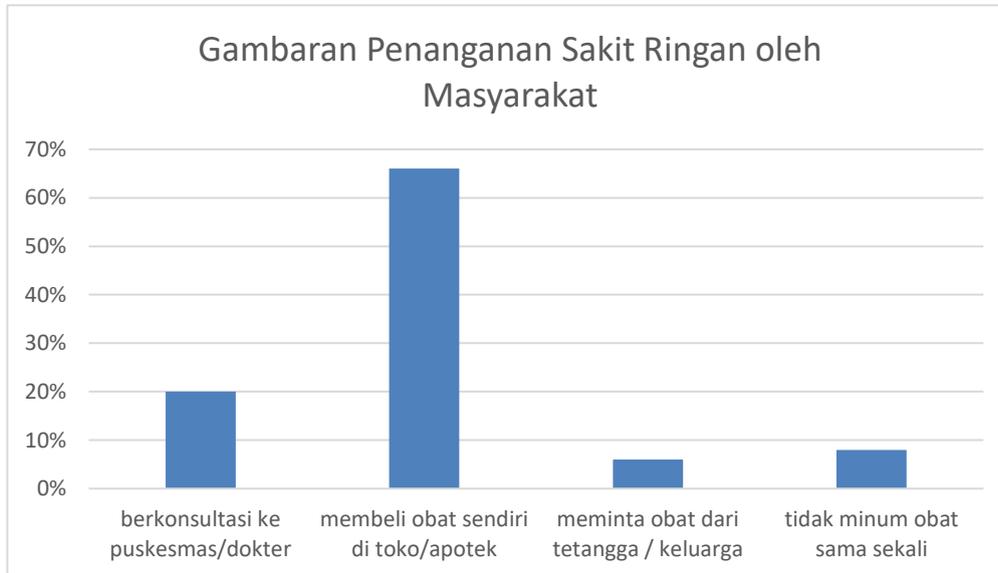
Gambar 1. Grafik Gambaran Pengetahuan Lima O

Perbandingan nilai pretest dan posttest menunjukkan adanya lonjakan pemahaman masyarakat terhadap informasi obat. Ini membuktikan bahwa pendekatan edukatif yang komunikatif dan interaktif seperti penyuluhan GeMa CerMat memiliki efektivitas tinggi dalam meningkatkan literasi masyarakat tentang obat. Peningkatan yang hampir menyentuh 100% pada lima indikator menunjukkan bahwa materi disampaikan dengan jelas dan diterima dengan baik oleh peserta.

Peningkatan literasi masyarakat setelah diberikan penyuluhan serupa mengenai penggunaan obat rasional. Penyuluhan dilakukan dalam format ceramah interaktif, diskusi dan praktik langsung membaca label obat. Pendekatan ini terbukti lebih berhasil dibanding metode satu arah. Metode partisipatif dapat meningkatkan daya serap informasi karena masyarakat merasa terlibat secara aktif dalam proses belajar. Pemilihan istilah sederhana dan penggunaan media visual seperti brosur dan contoh kemasan obat memperkuat daya ingat peserta (22). Gerakan Tanya 5-O yang digaungkan dalam kegiatan ini terbukti menjadi alat bantu edukasi yang praktis dan mudah diingat. Slogan edukatif yang sederhana namun bermakna mampu membentuk kebiasaan bertanya yang kritis saat menerima obat (23). Hasil kegiatan pengabdian yang menunjukkan bahwa intervensi edukasi farmasi yang terstruktur dan sistematis dapat meningkatkan pengetahuan pasien tentang obat secara signifikan (16).

Sebagai bagian dari evaluasi mendalam terhadap kegiatan pengabdian, dilakukan survei lanjutan setelah sesi tes akhir untuk mengetahui sikap, kebiasaan, dan preferensi masyarakat terkait penggunaan

obat. Hasil ini penting tidak hanya untuk menilai efektivitas jangka pendek program penyuluhan, tetapi juga untuk merancang strategi edukasi berkelanjutan yang sesuai dengan konteks lokal. Hasil pertanyaan yang diajukan berkaitan dengan langkah yang biasa diambil saat mengalami penyakit ringan seperti demam, batuk, atau flu ditunjukkan pada gambar 2.



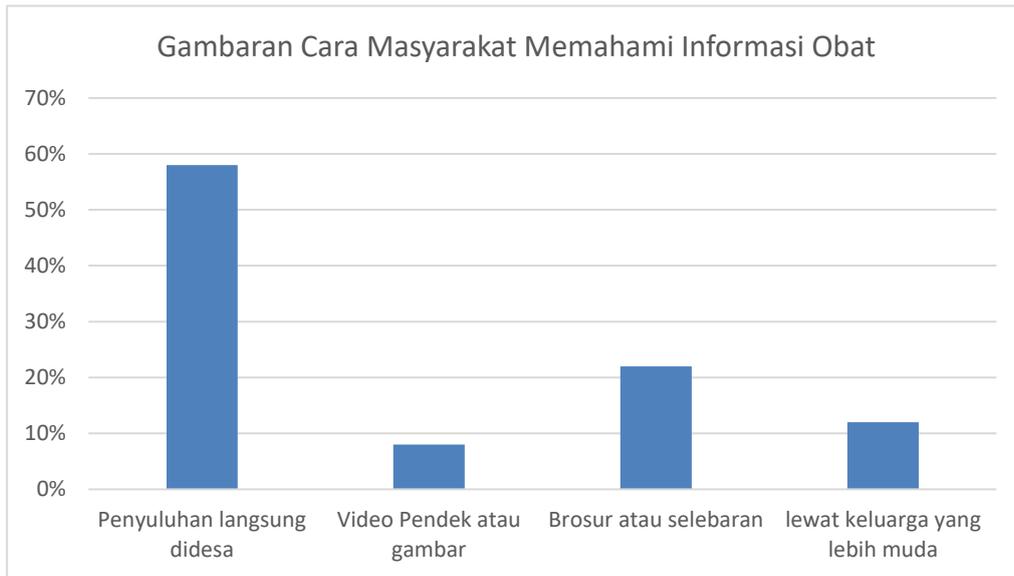
Gambar 2. Gambaran Penanganan Sakit Ringan oleh Masyarakat

Hasil menunjukkan sebanyak 66% responden memilih membeli obat sendiri di toko atau apotek tanpa berkonsultasi terlebih dahulu. Temuan ini mengonfirmasi bahwa praktik swamedikasi masih sangat tinggi di masyarakat. Masyarakat lebih memilih membeli obat tanpa resep dibanding berkonsultasi ke fasilitas kesehatan. Alasan yang paling umum adalah efisiensi waktu, persepsi bahwa keluhannya ringan, serta keinginan untuk menghindari antrean atau biaya pelayanan medis (4).

Dalam hal pertanyaan mengenai kesadaran pentingnya bertanya sebelum menggunakan obat, sebanyak 100% responden menyatakan hal yang penting. Ini merupakan indikator positif bahwa pesan utama dari program Tanya 5-O berhasil ditangkap dengan baik oleh masyarakat. Keterbukaan masyarakat untuk bertanya menunjukkan adanya peningkatan kesadaran kritis terhadap penggunaan obat.

Untuk kebutuhan terhadap informasi tambahan, sebanyak 100% responden menyatakan keinginan untuk mendapatkan lebih banyak informasi tentang cara pemakaian obat yang tepat. Hal ini memperlihatkan bahwa penyuluhan yang telah dilakukan membuka wawasan masyarakat dan mendorong rasa ingin tahu mereka untuk belajar lebih lanjut. Ini juga menjadi sinyal bahwa edukasi satu kali tidak cukup; masyarakat membutuhkan pendampingan dan informasi yang kontinu dan berulang.

Dalam menggali strategi penyampaian informasi yang paling mudah dipahami masyarakat, diperoleh hasil yang ditunjukkan pada gambar 3.



Gambar 3. Gambaran Cara Masyarakat Memahami Informasi Obat

Data ini mencerminkan bahwa penyuluhan langsung didesa secara tatap muka tetap menjadi pilihan utama masyarakat desa dalam menerima informasi kesehatan. Keterbatasan literasi digital, keterbatasan sinyal internet, serta faktor budaya yang lebih menyukai interaksi langsung membuat metode penyuluhan langsung lebih efektif di konteks ini. Namun demikian, metode lain seperti brosur dan pendekatan melalui keluarga juga tidak bisa diabaikan. Media cetak dapat berfungsi sebagai penguat setelah penyuluhan, dan keluarga muda dapat dijadikan agen informasi yang menjembatani generasi tua dengan informasi baru. Evaluasi dampak penyuluhan hanya dilakukan dalam waktu singkat setelah intervensi, sehingga belum dapat mengukur keberlanjutan perubahan pengetahuan atau perilaku dalam jangka panjang. Meskipun penyuluhan tatap muka dinilai efektif, keterbatasan sumber daya (waktu, tenaga, dan dana) dapat menjadi kendala untuk melakukannya secara berkelanjutan. Keterbatasan ini membuka peluang untuk pengembangan pengabdian selanjutnya, seperti kolaborasi dengan puskesmas setempat untuk program pendampingan berkala, pemanfaatan media hybrid (digital dan cetak) untuk memperluas jangkauan, atau pelibatan kader kesehatan sebagai agen edukasi yang terlatih.

Diharapkan dari pengabdian masyarakat ini dapat menjadi bagian dari program pembinaan desa sehat yang tidak hanya fokus pada penyuluhan satu arah, tetapi juga membangun komunitas yang saling belajar dan peduli terhadap penggunaan obat yang aman dan bertanggung jawab.

## KESIMPULAN DAN SARAN

### Kesimpulan

Kegiatan penyuluhan Gema Cermat "Tanya 5 O" di Desa Bajak 1 secara signifikan meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang penggunaan obat rasional, dengan peningkatan pemahaman dari seluruh aspek. Meskipun kesadaran untuk bertanya kepada tenaga kesehatan meningkat, praktik swamedikasi tanpa konsultasi masih tinggi, menunjukkan perlunya pendekatan berkelanjutan. Metode tatap muka interaktif terbukti efektif untuk masyarakat desa, dengan peran krusial tenaga kefarmasian dalam menyampaikan informasi kredibel.

### Saran

Program Gema Cermat "Tanya 5 O" perlu diintegrasikan secara berkelanjutan dalam layanan kesehatan masyarakat (puskesmas/posyandu) dengan melibatkan apoteker dan kader kesehatan. Monitoring jangka panjang dan pengembangan media edukasi sederhana (video/booklet) diperlukan untuk memperkuat pemahaman masyarakat, didukung kolaborasi multisektor dengan sekolah dan tokoh masyarakat guna memperluas dampak program.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada tim pengabdian dari Program Studi D3 Farmasi Universitas Bengkulu yang bersedia membantu kelancaran proses pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini.

**DAFTAR PUSTAKA**

1. Haris RNH, Ali NFM, Burhan HT, Masrida WO, Sidiq I, Irwan I, et al. Penyuluhan penggunaan obat bijak (dagusibu) pada masyarakat di desa labuan bajo, buton utara. *J Pengabdian Nasant* [Internet]. 2022;2(2):159. Available from: <https://doi.org/10.33772/jpnus.v2i2.28803>
2. Maxwell S. Rational prescribing: the principles of drug selection. *Clin Med (Northfield Il)* [Internet]. 2016;16(5):459–64. Available from: <https://doi.org/10.7861/clinmedicine.16-5-459>
3. Supardi S, Notosiswoyo M. Pengobatan Sendiri Sakit Kepala, Demam, Batuk Dan Pilek Pada Masyarakat Di Desa Ciwalen, Kecamatan Warungkondang, Kabupaten Cianjur, Jawa Barat. *Maj Ilmu Kefarmasian*. 2005;2(3):134–44.
4. Aswad PA, Kharisma Y, Andriane Y, Respati T, Nurhayati E. Pengetahuan dan Perilaku Swamedikasi oleh Ibu-Ibu di Kelurahan Tamansari Kota Bandung. *J Integr Kesehat Sains* [Internet]. 2019;1(2):107–13. Available from: <http://ejournal.unisba.ac.id/index.php/jiks>
5. Apridamayanti P, Heryani S, Murniati M, Grasella S, Syafitri DA. Pendampingan Masyarakat Desa Sungai Rengas Sebagai Upaya Peningkatan Kesadaran Akan Pentingnya Kesehatan Mental. *J Pengabdian* [Internet]. 2023;6(1). Available from: <https://doi.org/10.26418/jplp2km.v6i1.61884>
6. Lydya NP, Putu N, Suryaningsih A, Arimbawa E. Gambaran Tingkat Pengetahuan Penggunaan Swamedikasi Analgesik Di Kota Denpasar. *Lomb J Sci* [Internet]. 2020;2(2):34–9. Available from: <https://e-journal.unizar.ac.id/index.php/mathscience/article/view/270>
7. Nopitasari BL, Qiyaam N, Pradiningsih A, Rahmawati C, Lenysia B, Anjani P, et al. Memasyarakatkan tanya lima o di taman udayana kota mataram. 2023;7:717–22.
8. Sari L, Sailan MZ, Lanaya D. INDRA : Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat Edukasi Gema Cermat golongan obat keras pada guru dan orang tua siswa SDN 11 Pangkalan Baru , Bangka Tengah. 2020;1(2):1–5.
9. Silalahi. Pendidikan Kesehatan Tentang Kesehatan Reproduksi Remaja Di Taruna Swastika Yuwana, Desa Laban Kulon Kecamatan Menganti Kabupaten Gresik. *J Kreat Pengabdian Kpd Masy*. 2021;4(5):1034–42.
10. Dewi C, Siharis FS, Hasanuddin S, Lolok N, Isrul M. PKM Gerakan Masyarakat Cermat Cerdas Menggunakan Obat (Gema Cermat) di SMK Negeri 4 Kendari. *J Mandala Pengabdian Masy*. 2021;2(1):40–5.
11. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Kerangka Acuan Kegiatan Term of Reference Melaksanakan Edukasi Gerakan Masyarakat Cerdas Menggunakan Obat (Gem Cermat) di Kab/Kota Tahun 2018. Surabaya: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia; 2018.
12. Simbara A, Primanda AZ, Tetuko A, Savitri CN. Edukasi Gerakan Masyarakat Cerdas Menggunakan Obat (Gema CerMat) untuk Meningkatkan Pengetahuan Swamedikasi. *Indones J Farm*. 2019;4(1):1–5.
13. Megawaty F, Novia J, Riskianto R, Rosa D. Penyuluhan penggunaan obat dan pemeriksaan kesehatan di kelurahan binong, kabupaten tangerang, Banten. *Pros Konf Nas Pengabdian Kpd Masy dan Corp Soc Responsib* [Internet]. 2022;5:1–10. Available from: <https://doi.org/10.37695/pkmcscr.v5i0.1544>
14. Harahap NA, Khairunnisa, Tanuwijaya J. Pengetahuan pasien dan rasionalitas swamedikasi di tiga apotek Kota Panyabungan. *J Sains Farm dan Klin*. 2017;3(2):186–92.
15. Widayati A. Swamedikasi di kalangan masyarakat perkotaan di Kota Yogyakarta. *J Farm Klin Indones*. 2013;2(4):145–52.
16. Nurmala S, Ambarwati R, Oktaviani E. Peningkatan keingintahuan masyarakat mengenai penggunaan obat yang baik dan benar. *Dharmakarya* [Internet]. 2019;8(2):137. Available from: <https://doi.org/10.24198/dharmakarya.v8i2.22323>
17. Na'imah J, Nasyanka AL, Aulia R. Monitoring Pengetahuan Tanya 5O dan Dagusibu Obat yang Benar pada Ibu PKK RT/RW 003/003 Desa Kedayang, Kebomas, Gresik. *Acad ACTION J Community Empower*. 2020;2(1):12.
18. Krisnawati M. Gerakan Masyarakat Cerdas Menggunakan Obat Dengan Edukasi “ Tanya Lima O .” 2023;5(1):30–4.
19. Kementerian Kesehatan RI. Pedoman Pelaksanaan Program Gerakan Masyarakat Cerdas Menggunakan Obat (GeMA CerMat). Jakarta: Kementrian Kesehatan RI; 2020.

20. Muliasari H, Ananto AD, Annisa BS, Hidayat LH, Puspitasari CE. Edukasi dan sosialisasi gerakan masyarakat cerdas menggunakan obat (Gema Cermat) dengan metode CBIA. *INDRA J Pengabdian Kpd Masy*. 2021;2(2):53–7.
21. Wiryanto W, Reveny J, Tanuwijaya J, Suwarso E, Surjanto S. Increasing knowledge and community attitude in doing Swamedication through extension. *ABDIMAS Talent J Pengabdian Kpd Masy* [Internet]. 2019;4(2):182–6. Available from: <https://doi.org/10.32734/abdimastalenta.v4i2.2816>
22. Setiani LA, Sofihidayati T, Rustiani E. Pemberdayaan masyarakat tentang penggunaan antibiotika melalui edukasi gema cermat dengan metode CBIA di Desa Jambu Luwuk Kabupaten Bogor. *J Karya Abdi Masy*. 2020;4(3):607–11.
23. Fitria M, Agustini NDP, Suwantara IPT, Antari NPU, Sari GAPLP. Sosialisasi Gema Cermat (Gerakan Masyarakat Cerdas Menggunakan Obat) dengan Memasyarakatkan “Tanya 5 O” di Desa Sembung Gede. *Poltekita J Pengabdian Masy*. 2023;4(2):405–12.