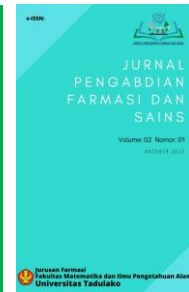




Jurnal Pengabdian Farmasi dan Sains (JPFS)  
Vol. 02 No.01 (Oktober 2023)  
e-ISSN :  
<https://bestjournal.untad.ac.id/index.php/JPFS>



## OBAT INFLUENZA DAN UPAYA PENCEGAHAN INFLUENZA DI DESA LAMPO, KECAMATAN BANAWA TENGAH, KABUPATEN DONGGALA, PROVINSI SULAWESI TENGAH

Tien Wahyu Handayani<sup>1\*</sup>

<sup>1</sup>Program Studi S1 Farmasi Sekolah tinggi Ilmu Farmasi Pelita Mas Palu

\*Corresponding Author: [tienwahyuhandayani16@gmail.com](mailto:tienwahyuhandayani16@gmail.com)

### ABSTRAK

Penyakit menular yang disebabkan oleh virus biasanya sering kita jumpai dalam kehidupan sehari-hari misalnya influenza. Influenza adalah infeksi virus yang menyerang hidung, tenggorokan, dan paru-paru. Penderita penyakit tersebut dapat mengalami demam, sakit kepala, pilek, hidung tersumbat, serta batuk. Penyakit ini sering ditemukan dalam kehidupan sehari-hari, tetapi pencegahan dan pengobatannya masih sering diabaikan oleh penderita penyakit tersebut. Oleh karena itu, perlu dilakukannya penyuluhan terkait penyakit influenza mengenai pengobatan dan pencegahannya di masyarakat desa Lampo. Edukasi melalui penyuluhan dengan metode ceramah interaktif. Efektivitas penyuluhan ini dapat diuji dengan pemberian kuisiner kepuasan mitra terhadap kegiatan yang dilaksanakan. Hasil pengamatan kegiatan menunjukkan 95% mitra merasa puas dengan edukasi tersebut.

**Kata kunci:** Edukasi, Influenza, Obat

### ABSTRACT

*Infectious diseases caused by viruses are usually encountered in everyday life, for example influenza. Influenza is a viral infection that attacks the nose, throat and lungs. Sufferers of this disease can experience fever, headache, runny nose, stuffy nose, and cough. This disease is often found in everyday life, but its prevention and treatment are often ignored by sufferers of this disease. Therefore, it is necessary to carry out counseling related to influenza regarding its treatment and prevention in the Lampo village community. Education through counseling with interactive lecture methods. The effectiveness of this counseling can be tested by administering a questionnaire on partner satisfaction with the activities carried out. The results of observing the activities show that 95% of the partners are satisfied with the education.*

Keywords: Education, Influenza, Medicinal

Riwayat Artikel:

Dikirim : 20 Juni 2023

Direvisi : 30 Oktober 2023

Diterima : 31 Oktober 2023

Sitasi :

Handayani, 2023, Obat Influenza dan Upaya Pencegahan Influenza di Desa Lampo, Kecamatan Banawa Tengah, Kabupaten Donggala, Provinsi Sulawesi Tengah. *Jurnal Pengabdian Farmasi dan Sains*. Volume 02, Nomor 01, Oktober 2023.

### PENDAHULUAN

Penyakit menular yang disebabkan oleh virus biasanya sering kita jumpai dalam kehidupan sehari-hari. Seluruh dunia sempat digegerkan oleh penyakit yang disebabkan oleh virus corona karena penularannya yang sangat cepat. Virus yang menyerang sistem pernapasan hingga sistem imun ini menyebabkan pandemi secara global sehingga banyak negara memutuskan untuk menerapkan sistem karantina atau lockdown selama beberapa saat di negaranya.

Dari peristiwa tersebut kita mengetahui bahwa virus sangat cepat menular dari satu individu ke individu lainnya. Kita sudah tidak asing lagi dengan virus corona karena adanya pandemi. Namun, ada satu virus yang juga menyerang sistem pernapasan tapi sering diabaikan banyak orang. Virus tersebut bernama Influenza. Penyakit yang disebabkan oleh virus tersebut biasa disebut influenza atau flu.

Influenza adalah infeksi virus yang menyerang hidung, tenggorokan, dan paru-paru. Penderita penyakit tersebut dapat mengalami demam, sakit kepala, pilek, hidung tersumbat, serta batuk. Penyakit ini sering ditemukan dalam kehidupan sehari-hari, tetapi pencegahan dan pengobatannya masih sering diabaikan oleh penderita penyakit tersebut. Oleh karena itu, perlu dilakukannya penyuluhan terkait penyakit influenza mengenai pengobatan dan pencegahannya

Warga di Desa Lampo, Kec. Banawa, Kab. Donggala merupakan desa binaan kampus STIFA Pelita Mas Palu. Lokasi geografisnya berada di bawah kaki gunung sehingga menghambat akses warga untuk mendapatkan pertolongan apabila mengalami influenza. Sehingga diperlukan untuk diadakan program peningkatan pengetahuan masyarakat desa Lampo mengenai obat Influenza dan upaya pencegahan influenza dengan tujuan agar masyarakat dapat menangani penyakit influenza dengan baik.

## METODE

Pelaksanaan program kerja terstruktur ini dilaksanakan dengan memberikan materi dan brosur tentang obat influenza dan upaya pencegahan influenza. Pemateri menyampaikan materinya dan dilanjutkan dengan diskusi Tanya jawab. Untuk menilai tingkat pemahaman masyarakat terkait dengan materi yang disampaikan, pemateri membagikan kuisioner yang berisi instrument penilaian terkait keberhasilan kegiatan yang diisi oleh masyarakat yang mengikuti kegiatan ini

**Flu (Influenza)**  
**APA itu Flu (Influenza)?**

Flu atau influenza adalah infeksi virus yang menyerang saluran pernapasan. Penyakit ini biasanya datang secara tiba-tiba dan berlangsung selama 7-10 hari. Penyakit ini biasanya bisa sembuh dengan sendirinya tanpa harus minum obat flu. Anda juga bisa menggunakan obat-obatan flu alami untuk meredakan gejalanya.

**Obat-obatan medis**

Flu tidak bisa disembuhkan dengan antibiotik karena disebabkan oleh virus. Namun, ada beberapa obat yang bisa digunakan untuk meredakan gejala flu atau obat antivirus agar Anda tak terlalu lama mengalami flu. Beberapa pilihan obat flu, antara lain antinyeri dan penurun panas (paracetamol) serta obat batuk (dekongestan)

**Pengobatan alami**

Selain menggunakan obat-obatan medis, Anda juga bisa mencoba pengobatan flu alami yang sederhana, seperti menghirup uap hangat atau menggunakan minyak esensial.

**Pengobatan Rumahan**

Caya hidup dan pengobatan di rumah yang bisa membantu Anda mengatasi penyakit ini adalah:

- Menggosokkan balsam dengan formula bahan-bahan alami berkehasiat seperti camphor, eucalyptus oil, dan menthol pada dada, leher, dan punggung.
- Menghirup uap hangat dengan menyampurkan 2 sendok teh balsam dengan air panas. Atau dengan bantuan vaporizer untuk mengencerkan ingus yang menyumbat hidung.
- Berkumur dengan air garam hangat atau obat kumur bisa meringankan sakit tenggorokan.
- Mandi air hangat atau kompres dengan bantal pemanas bisa membantu meringankan nyeri otot.
- Minum air yang banyak adalah yang paling penting.
- Perbanyak cairan dalam tubuh, minum 2 liter air putih setiap harinya untuk mengganti cairan tubuh yang hilang.
- Konsumsi suplemen atau vitamin untuk daya tahan tubuh
- Istirahat yang cukup
- Konsumsi obat penghilang rasa sakit

Gambar 1. Materi edukasi



**Gambar 3.** Kegiatan Edukasi kepada Masyarakat Desa Lampo

### HASIL DAN PEMBAHASAN

Edukasi obat influenza dan upaya pencegahan influenza Di Desa Lampo, Kec. Banawa, Kab. Donggala ini dilakukan secara kolektif yang diikuti oleh seluruh dosen dan beberapa Mahasiswa STIFA Pelita Mas Palu sehingga kegiatan ini di koordinir langsung oleh Lembaga Pengabdian Kepada Masyarakat (LPKM) STIFA Pelita Mas Palu pada tanggal 26 November 2022. Edukasi ini dihadiri oleh masyarakat Desa Lampo berjumlah 45 orang. edukasi ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan pengetahuan masyarakat tentang tumbuhan yang dapat digunakan sebagai obat pada penyakit diabetes. Adapun materi yang disampaikan yang berisi edukasi obat influenza dan upaya pencegahan influenza.

Flu atau influenza adalah infeksi virus yang menyerang saluran pernapasan. Penyakit ini biasanya datang secara tiba-tiba dan berlangsung selama 7-10 hari. Gejala flu umumnya datang secara tiba-tiba. Tanda dan gejalanya biasanya mulai dari 24-48 jam setelah terpapar virus. Gejala dan demam terburuk biasanya berlangsung selama 3-5 hari. eberapa gejala flu, antara lain: Panas tinggi (sampai atau bahkan lebih dari 40°C), mengigil, nyeri otot, merasa sangat lemah atau lelah, sakit kepala, mata berair dan panas, batuk dan bersin, sakit tenggorokan, hidung tersumbat, sakit perut (lebih sering pada anak-anak dibandingkan orang dewasa), batuk dan merasa sangat lemah dan lelah bisa bertahan hingga 6 minggu.

Flu tidak bisa disembuhkan dengan antibiotik karena disebabkan oleh virus. Namun, ada beberapa obat yang bisa digunakan untuk meredakan gejala flu atau obat antivirus agar tak terlalu lama mengalami flu. Beberapa pilihan obat flu, antara lain antinyeri dan penurun panas (paracetamol) serta obat batuk (dekongestan), selain menggunakan obat-obatan medis, juga bisa mencoba pengobatan flu alami yang sederhana, seperti menghirup uap hangat atau menggunakan minyak esensial.

Gaya hidup dan pengobatan di rumah yang bisa membantu mengatasi penyakit ini adalah: Menggosokkan balsam dengan formula bahan-bahan alami berkhasiat seperti camphor, eucalyptus oil, dan menthol pada dada, leher, dan punggung, Menghirup uap hangat dengan menyampurkan 2 sendok teh balsam dengan air panas. Atau dengan bantuan vaporizer untuk mengencerkan ingus yang menyumbat hidung, Berkumur dengan air garam hangat atau obat kumur bisa meringankan sakit tenggorokan, Mandi air hangat atau kompres dengan bantalan pemanas bisa membantu meringankan nyeri otot, Minum air yang banyak adalah yang paling penting, Perbanyak cairan dalam tubuh: minum 2 liter air putih setiap harinya untuk mengganti cairan tubuh yang hilang, Konsumsi suplemen atau vitamin untuk daya tahan tubuh, Istirahat yang cukup, Konsumsi obat penghilang rasa sakit.

Sebelum meminum obat ataupun suplemen, pastikan Anda berkonsultasi terlebih dulu dengan dokter atau apoteker untuk mendapatkan saran yang sesuai dengan kondisi Anda, sekalipun itu obat bebas.

Menurut World Health Organization atau WHO, cara terbaik untuk terhindar dari penyakit ini adalah dengan mendapatkan vaksinasi flu. Virus flu adalah jenis virus yang akan berevolusi secara terus-menerus. Itu sebabnya, WHO juga membuat rekomendasi untuk terus memperbaharui bahan-bahan vaksin. WHO menganjurkan vaksinasi tahunan untuk kelompok berisiko tinggi, termasuk petugas kesehatan. Idealnya, vaksin ini dilakukan sebelum musim flu dimulai. Namun, mendapatkan vaksinasi kapan pun masih dapat membantu Anda terhindar dari sakit flu.

Berdasarkan nilai persentase perindikator pada kuisioner yang telah dibagikan kepada 45 responden, maka nilai rata-rata persentasi kepuasan masyarakat/mitra terhadap kegiatan PKM di Desa Lampo, Kec. Banawa, Kab. Donggala adalah merasa puas (baik sekali) dengan kegiatan pengabdian masyarakat yang diselenggarakan oleh STIFA Pelita Mas Palu bekerja sama dengan pemerintah daerah Desa Lampo, seperti pada tabel berikut :

Tabel 1. Nilai Kepuasan Penduduk

No.	PERYATAANNYA	Persentase kepuasa	Keterangan
1.	Materi PKM sesuai kebutuhan Mitra	85%	Sangat baik
2.	Kegiatan PKM yang dilaksanakan sesuai dengan harapan Mitra	80%	Sangat baik
3.	Cara pemeteri menyampaikan materi PKM menarik	95%	Sangat baik
4.	Materi yang disajikan jelas dan mudah dipahami	82%	Sangat baik
5.	Waktu yang disediakan sesuai untuk penyampaian materi dan kegiatan PKM	90%	Sangat baik
6.	Kegiatan PKM berhasil meningkatkan kesejahteraan/kecerdasan Mitra	90%	Sangat baik
7.	Secara umum Mitra puas terhadap kegiatan PKM ini	95%	Sangat baik

Keterangan : sangat baik antara 80%-100%, baik antara 51%-75%, cukup baik antara 26%-50% dan kurang baik antara 1%-25%.

Berdasarkan respon warga terhadap kuisisioner yang diberikan, dapat dilihat adanya lonjatan tingkat pemahaman warga terhadap materi yang disampaikan. Warga mendapatkan pengetahuan baru tentang obat influenza dan upaya pencegahannya setelah mengikuti edukasi tersebut.

Manfaat dari kegiatan ini adalah masyarakat mutlak memerlukan informasi obat yang jelas dan dapat dipercaya agar penentuan jenis obat yang diperlukan menjadi rasional. Apoteker sebagai salah satu profesi kesehatan sudah seharusnya berperan sebagai pemberi informasi (*drug informer*) khususnya untuk obat influenza yang digunakan dalam edukasi. (Kemenkes, 2014).

## KESIMPULAN

Dari kegiatan edukasi obat influenza dan upaya pencegahan influenza ini diketahui bahwa persentase kepuasan masyarakat/mitra terhadap kegiatan PKM di Desa Lampo, Kec. Banawa, Kab. Donggala adalah merasa puas (baik sekali) dengan nilai 95% dari 45 jumlah responden.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih yang sebesar-besarnya kepada aparat Desa Lampo dan Lembaga Pengabdian Kepada Masyarakat STIFA Pelita Mas Palu yang telah memberi dukungan moral dan dana terhadap kegiatan ini dan juga kepada anak-anak mahasiswa(i) Pelita Mas Palu yang telah ikut berpartisipasi dalam Kegiatan kali ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Stohr, K. (2002). Influenza—WHO peduli. *Penyakit menular Lancet*, 2 (9), 517.
- Kemenkes. (2013). Riset Kesehatan Dasar 2013. *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*. Jakarta.
- Kilbourne, ED (2012). *Influenza*. Sains Springer & Media Bisnis.
- Nicholson, KG (1992, Maret). Gambaran klinis influenza. Dalam Seminar Infeksi Saluran Pernapasan (Vol. 7, No. 1, hlm. 26-37).
- Świerczyńska, M., Mirowska-Guzel, DM, & Pindelska, E. (2022). Obat antivirus pada influenza. *Jurnal Internasional Penelitian Lingkungan dan Kesehatan Masyarakat*, 19 (5), 3018.
- Tandi, J. (2017) 'Pengaruh Ekstrak Etanol Daun Jambu Air ( *Syzygium aqueum* ( Burm f .) Alston ) Terhadap Glukosa Darah , Ureum dan Kreatinin Tikus Putih ( *Rattus norvegicus* )', *J. Trop. Pharm. Chem*, 4(2), pp. 43–51.
- Koszalka, P., Subbarao, K., & Baz, M. (2022). Perkembangan praklinis dan klinis untuk pengobatan kombinasi influenza. *Patogen PLoS*, 18 (5), e1010481.
- Holstein, R., Dawood, FS, O'Halloran, A., Cummings, C., Ujamaa, D., Daily Kirley, P., ... & Garg, S. (2022). Karakteristik dan hasil wanita hamil yang dirawat di rumah sakit dengan influenza, 2010 hingga 2019: studi cross-sectional berulang. *Annals of Internal Medicine*, 175 (2), 149-158.