



<http://ejournal.ihdn.ac.id/index.php/jyk>

Penggunaan Obat Tradisional Sebagai Upaya Swamedikasi pada Pasien Isolasi Mandiri Covid-19 di Desa Tegal Kerta, Kota Denpasar

Ni Made Umi Kartika Dewi^{1,2*}, Ni Made Diaris¹, Made Febriza Dyanthi Pradnya Swari³

¹Universitas Hindu Negeri I Gusti Bagus Sugriwa Denpasar

²Program Studi Doktor Ilmu Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Udayana

³Program Studi Yoga dan Kesehatan, Fakultas Brahma Widya, Universitas Hindu Negeri I Gusti Bagus Sugriwa Denpasar

Diterima 03 September 2024, direvisi 10 September 2024, diterbitkan 11 September 2024

e-mail: nimadeumikartikadewi@uhnsugriwa.ac.id

ABSTRAK

Obat tradisional merupakan warisan budaya yang banyak digunakan oleh masyarakat Indonesia baik untuk pencegahan maupun pengobatan penyakit. Di Tegal Desa Kerta, Kota Denpasar, 84% warga yang positif COVID-19 memilih menggunakan obat tradisional saat menjalani isolasi mandiri. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi pengalaman individu dalam melakukan pengobatan sendiri dengan obat tradisional selama isolasi, meliputi jenis obat tradisional yang digunakan, metode penyiapan dan pengolahan, pola penggunaan, manfaat yang dirasakan, efek samping, dan sumber informasi. Penelitian deskriptif kualitatif ini menggunakan purposive sampling dan melibatkan wawancara mendalam dengan lima informan. Temuan penelitian mengungkapkan bahwa pengobatan tradisional terutama digunakan untuk meringankan gejala COVID-19 yang ringan dan untuk meningkatkan kekebalan tubuh. Jenis obat yang digunakan sebagian besar adalah obat herbal yang diracik sendiri. Tidak ada efek samping yang dilaporkan, dan gejala berkurang. Namun, pemilihan bahan, waktu, dan dosis didasarkan pada pengetahuan generasi. Penelitian ini menyoroti perlunya edukasi publik tentang jenis obat tradisional, bahan herbal yang digunakan, dan penyiapannya yang tepat. Selain itu, perlu dilakukan edukasi kepada masyarakat tentang pemilihan obat tradisional yang dikemas dengan aman.

Kata Kunci: Obat Tradisional; Swamedikasi; Isolasi Diri; Terapi COVID-19

ABSTRACT

Traditional medicine is a cultural heritage widely used by the Indonesian people for both the prevention and treatment of diseases. In Tegal Desa Kerta, Denpasar City, 84% of residents who tested positive for COVID-19 opted to use traditional medicine during self-isolation. This study aims to explore individual experiences of self-medicating with traditional medicine during isolation, including the types of traditional medicine used, preparation and processing methods, usage patterns, perceived benefits, side effects, and sources of information. This descriptive qualitative study utilized purposive sampling and involved in-depth interviews with five informants. The findings reveal that traditional medicine was primarily used to alleviate mild COVID-19 symptoms and to boost the immune system. Most of the medicines used were self-prepared herbal remedies. No side effects were reported, and symptoms diminished. However, the selection of ingredients, timing, and dosage was based on generational knowledge. This study highlights the need for public education on the types of traditional medicine, the herbal ingredients used, and their proper preparation. Additionally, there is a need for public education on the safe selection of packaged traditional medicines.

Keywords : Traditional Medicine; Self-Medication; Self-Isolation; COVID-19 Therapy

I. PENDAHULUAN

Obat tradisional (TM) yang berasal dari biji, akar tanaman, buah, daun, kulit kayu, dan bunga dikenal karena manfaat terapeutiknya yang signifikan (Chaachouay et al., 2023; Parkash et al., 2018). Di Indonesia dan banyak negara lain, berbagai tanaman digunakan secara luas dalam pengobatan tradisional (Sumarni et al., 2019). Sebuah survei multinasional mengungkapkan bahwa 56,1% dari 1071 responden dari negara-negara seperti Cina, Jerman, Jepang, dan Amerika Serikat secara rutin menggunakan produk obat herbal (Youn et al., 2022). Penggunaan obat tradisional telah dipelajari secara ekstensif di beberapa negara. Di Jerman, obat tradisional umumnya digunakan untuk mengobati batuk dan pilek (Du et al., 2014).

Meskipun memiliki manfaat, penggunaan obat tradisional tidak lepas dari tantangan dan risiko. Salah satu masalah yang signifikan adalah kurangnya dosis standar dalam praktik pengobatan tradisional, yang dapat menyebabkan variasi dalam khasiat dan keamanan (Sisay et al., 2019). Potensi kontaminasi dalam produk obat tradisional juga menimbulkan risiko besar bagi konsumen, sebagaimana dibuktikan oleh kasus pemalsuan dengan zat berbahaya (Cunningham & Long, 2019).

Selama Pandemi Penyakit Coronavirus 2019 (COVID-19), permintaan untuk pengobatan komplementer dan alternatif (CAM) meningkat secara signifikan karena orang mencari cara untuk mencegah, mengurangi gejala, atau mengobati virus tersebut. Penelitian oleh Ang Ling pada tahun 2020 menunjukkan bahwa menggabungkan pengobatan tradisional atau herbal dengan pengobatan barat secara efektif meningkatkan tingkat pemulihan dari gejala COVID-

19 seperti batuk dan demam (Ang et al., 2020). Selain itu, sebuah penelitian di Iran menunjukkan bahwa formulasi obat tradisional Persia topikal dapat secara signifikan memperbaiki gejala COVID-19 (Med et al., 2023). Temuan ini menyoroti peran potensial pengobatan tradisional dalam manajemen terpadu COVID-19.

Penggunaan obat tradisional telah banyak didokumentasikan, namun masih terdapat kesenjangan yang signifikan dalam pemahaman kita tentang penerapan dan kemanjurannya selama pandemi COVID-19. Misalnya, meskipun banyak penelitian telah difokuskan pada manfaat obat tradisional untuk berbagai penyakit, belum ada penelitian komprehensif tentang penggunaannya secara khusus untuk manajemen gejala COVID-19. Penelitian di Hong Kong dan Iran telah menunjukkan hasil yang menjanjikan, tetapi penelitian lebih lanjut diperlukan untuk menetapkan protokol standar untuk penggunaan obat tradisional dalam mengobati COVID-19 (Lam et al., 2021; Med et al., 2023).

Selain itu, literatur yang ada menyoroti tantangan yang terkait dengan kualitas dan keamanan produk obat tradisional. Potensi kontaminasi dan kurangnya dosis standar merupakan masalah signifikan yang belum ditangani secara memadai (Cunningham & Long, 2019). Masalah-masalah ini menggarisbawahi perlunya kerangka regulasi yang ketat dan validasi ilmiah untuk memastikan keamanan dan kemanjuran obat tradisional. Ketergantungan pada pengetahuan turun-temurun untuk persiapan dan penggunaan obat tradisional juga menghadirkan tantangan. Meskipun pengetahuan ini sangat berharga, pengetahuan ini sering kali tidak memiliki ketelitian ilmiah yang diperlukan untuk memastikan penggunaan yang konsisten dan aman. Penelitian oleh Mattummal et al. (2019) menekankan pentingnya validasi ilmiah untuk mendukung praktik tradisional dan mengurangi risiko yang terkait dengan penggunaan yang tidak tepat (Mattummal et al., 2019).

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengeksplorasi pengalaman individu di Desa Tegal Kerta, Denpasar, yang melakukan pengobatan mandiri dengan obat tradisional selama isolasi mandiri akibat COVID-19. Hal ini meliputi pemahaman tentang tujuan penggunaan obat tradisional, jenis obat yang digunakan, metode pengadaan dan pengolahan, cara penggunaan, manfaat dan efek samping yang dirasakan, serta sumber informasi tentang obat tradisional.

II. METODE

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan menggunakan metode kualitatif. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *purposive sampling*, berdasarkan data isolasi mandiri trimester pertama tahun 2022 di Kota Tegal. Kerta Kelurahan, Kota Denpasar, Bali. Kriteria inklusi sampel dalam penelitian ini adalah individu yang pernah terinfeksi COVID-19

dengan hasil *Polymerase Chain Reaction* (PRC) positif, menjalani isolasi mandiri di rumah, menggunakan obat tradisional selama isolasi mandiri, tercatat dalam data isolasi mandiri Satgas COVID-19 Desa Tegal Kerta, Kota Denpasar, Bali, mampu berkomunikasi dengan baik dan bersedia memberikan informasi yang dibutuhkan kepada peneliti. Ukuran sampel dalam penelitian kualitatif ditentukan oleh kebutuhan peneliti. Penelitian ini melibatkan lima informan dengan pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah pedoman wawancara yang berisi beberapa pertanyaan terkait pengalaman pengobatan sendiri gejala COVID-19 menggunakan obat tradisional. Pertanyaan tersebut meliputi beberapa tema antara lain tujuan penggunaan obat tradisional, jenis obat tradisional yang digunakan, cara memperoleh atau mengolah obat tradisional, cara penggunaan obat tradisional, manfaat yang dirasakan, efek samping dan sumber informasi tentang penggunaan obat tradisional. Data kemudian dianalisis secara tematik dan disajikan berdasarkan kutipan wawancara mendalam dengan setiap kutipan diberi kode sesuai dengan inisial informan.

III. PEMBAHASAN

a. Karakteristik Demografi Informan

Sebanyak lima informan berpartisipasi dalam penelitian ini, yang sebagian besar berjenis kelamin perempuan dengan rentang usia 26 hingga 45 tahun. Pekerjaan para informan tersebut meliputi pegawai swasta, ibu rumah tangga, wiraswasta, dan pegawai negeri sipil.

Tabel 1. Karakteristik Demografi Informan

Nomor	Inisial Informan	Jenis kelamin	Usia	Pekerjaan
1	Informan 01	Perempuan	36	Ibu rumah tangga
2	Informan 02	Pria	41	Pengusaha
3	Informan 03	Perempuan	39	Karyawan
4	Informan 04	Pria	45	Pegawai Negeri Sipil
5	Informan 05	Perempuan	29	Karyawan

Memahami hubungan antara faktor demografi seperti usia, jenis kelamin, dan pekerjaan dengan perilaku penggunaan obat tradisional selama pandemi COVID-19 sangatlah penting. Variabel-variabel ini dapat memengaruhi preferensi dan praktik individu terkait modalitas penyembuhan alternatif. Studi penelitian memberikan wawasan berharga tentang interaksi

antara karakteristik demografi dan pemanfaatan obat tradisional selama pandemi. Sebuah studi oleh Brotto et al. (2021) mengeksplorasi pengaruh jenis kelamin, jenis kelamin, usia, dan etnis pada faktor psikososial dan penggunaan zat selama berbagai fase pandemi COVID-19, yang menunjukkan bagaimana perbedaan demografi dapat memengaruhi perilaku seperti penggunaan zat, yang mungkin juga berhubungan dengan penggunaan obat tradisional (Brotto et al., 2021).

Studi lain oleh Nehme (2023) menyelidiki penggunaan pengobatan komplementer selama pandemi COVID-19 dan hubungannya dengan faktor demografi seperti jenis kelamin, usia, dan tingkat pendidikan, yang menawarkan wawasan tentang bagaimana karakteristik demografi tertentu dapat dikaitkan dengan pemanfaatan terapi komplementer (Nehme, 2023). Penelitian oleh Kwapong et al. (2022) meneliti pengetahuan, sikap, dan praktik individu terhadap penggunaan pengobatan tradisional, menganalisis hubungan antara usia, jenis kelamin, status pendidikan, dan pemanfaatan pengobatan tradisional, memberikan informasi berharga tentang bagaimana faktor demografi dapat memengaruhi keputusan individu untuk terlibat dengan praktik penyembuhan tradisional selama pandemi COVID-19 (Kwapong et al., 2022).

Studi yang mengeksplorasi dampak pandemi pada kesehatan mental dan kesejahteraan, seperti yang dilakukan oleh Bleck dan Lipowsky (2022), menawarkan wawasan tentang bagaimana faktor demografi seperti usia dan jenis kelamin memengaruhi perilaku dan strategi koping individu selama masa-masa sulit (Bleck & Lipowsky, 2022). Memahami bagaimana karakteristik demografi bersinggungan dengan hasil kesehatan mental memberikan pandangan komprehensif tentang bagaimana kelompok populasi yang berbeda dapat beralih ke pengobatan tradisional sebagai mekanisme koping selama pandemi. Menganalisis hubungan antara faktor demografi seperti usia, jenis kelamin, dan pekerjaan dengan perilaku penggunaan pengobatan tradisional selama pandemi COVID-19 dapat memberikan wawasan berharga tentang faktor-faktor yang memengaruhi pilihan individu mengenai praktik perawatan kesehatan alternatif. Studi yang mempertimbangkan variabel demografi ini membantu menjelaskan pola dan preferensi dalam penggunaan pengobatan tradisional, berkontribusi pada pemahaman yang lebih baik tentang bagaimana kelompok populasi yang berbeda terlibat dengan modalitas penyembuhan alternatif selama masa krisis.

b. Tujuan Penggunaan Obat Tradisional

Para informan menyatakan bahwa pengobatan tradisional yang digunakan selama isolasi mandiri terutama untuk meredakan gejala pernapasan seperti sakit tenggorokan, batuk, dan

pilek. Selain itu, pengobatan tradisional digunakan untuk meningkatkan kekebalan tubuh. Misalnya, Informan 01 mengatakan bahwa pengobatan tradisional "meredakan sakit tenggorokan dan pilek." Informan 05 menyebutkan, "Saya merasa lemas, pusing, dan sedikit batuk; penggunaan obat herbal ini membantu mempercepat pemulihan saya dari COVID-19 saat itu." Informan 02 menambahkan, "Saya biasanya membuat loloh kunyit setiap kali sakit, termasuk saat saya terkena corona, terutama selama pemulihan untuk mengembalikan vitalitas tubuh." Informan 03 mencatat, "Saya menggunakan minyak hampir setiap hari sebelum tidur karena memperlancar peredaran darah." Informan 04 menyatakan, "Untuk menghilangkan nyeri tubuh dan tidur lebih nyenyak, saya memijat punggung dan kaki saya menggunakan minyak kutus-kutus."

Penelitian Ismiyana dkk. (2013) menyebutkan bahwa pengobatan sendiri dengan obat tradisional untuk penyakit ringan seperti demam, nyeri, pusing, batuk, dan flu merupakan praktik yang lazim dilakukan (Ismiyana et al., 2013). Kementerian Kesehatan RI mencatat gejala COVID-19 yang ringan antara lain demam, kelelahan, dan batuk kering (Kementerian Kesehatan RI, 2021). Praktik penggunaan obat tradisional untuk meningkatkan kekebalan tubuh sangat penting dalam memerangi COVID-19. Kebersihan yang baik, gizi, suplemen, dan ramuan herbal turut berperan dalam menjaga dan meningkatkan kekebalan tubuh (BPOM RI, 2020). Tingginya pengetahuan masyarakat tentang peran tanaman herbal dalam meningkatkan kekebalan tubuh selama pandemi tercermin dari praktik dan ketergantungan informan terhadap obat tradisional untuk mendukung pemulihan dari COVID-19 (Shaleha & Yuliana, 2022).

Temuan ini menyoroti manfaat praktis pengobatan tradisional dalam mengobati gejala ringan COVID-19 dan mendukung kesehatan secara keseluruhan. Namun, perlu ditekankan penelitian lebih lanjut dan pendidikan publik mengenai penggunaan obat tradisional yang aman dan efektif untuk memastikan manfaat maksimal dan meminimalkan risiko.

c. Jenis Obat Tradisional yang Digunakan

Para informan menunjukkan penggunaan bahan-bahan umum dalam berbagai ramuan untuk meringankan gejala dan meningkatkan kekebalan tubuh selama isolasi diri untuk COVID-19. Informan 01 membuat air panas dengan madu, jahe, dan serai, biasanya meminumnya hingga tiga kali. Informan 02 mengonsumsi jamu kunyit sekali sehari selama tiga hari berturut-turut. Informan 03 mencampur kunyit, terkadang jahe, madu, garam, dan air dingin, dan menggunakan minyak gosok dari apotek. Selain itu, beberapa informan menggunakan obat tradisional kemasan seperti minyak gosok untuk nyeri tubuh dan ramuan uap untuk gejala seperti lemas, pusing, dan batuk. Informan 03 menyebutkan minum jamu dan

menggunakan minyak gosok di malam hari. Informan 04 menggunakan minyak kutus-kutus untuk kekakuan tubuh saat terkena COVID-19. Informan 05 menggunakan ramuan uap yang disebut Barak usada ketika merasa lemas, pusing, dan batuk ringan.

Obat-obatan tradisional di Indonesia, seperti jamu , Obat Herbal Terstandar (OHT), dan Fitofarmaka , telah digunakan secara turun-temurun dan terintegrasi secara mendalam ke dalam warisan budaya (BPOM RI, 2020). Bahan-bahan seperti jahe dan kunyit khususnya terkenal karena khasiat obatnya. Jahe dan kunyit terkenal karena efek antioksidan dan anti-inflamasinya (Helmalia et al., 2019; Qaiser et al., 2018). Kurkumin, komponen aktif dalam kunyit, telah menunjukkan sifat antivirus yang efektif melawan berbagai virus, termasuk SARS-CoV-2 (Das et al., 2020). Selama pandemi COVID-19, obat-obatan tradisional telah menunjukkan potensi kemanjuran dalam meringankan gejala. Formulasi Pengobatan Tradisional Tiongkok (TCM) seperti Rebusan Qingfeipaidu, Rebusan Huashibaidu , dan Rebusan Xuanfeibaidu telah diakui keefektifannya dalam mengobati COVID-19 (Luo et al., 2020). Formula Klasik Tiongkok ini menggarisbawahi pentingnya pengobatan tradisional dalam mengatasi tantangan kesehatan kontemporer. Obat herbal memainkan peran penting dalam mengelola gejala COVID-19 di berbagai budaya. Berbagai penelitian telah mendokumentasikan penggunaan tanaman obat untuk mengobati demam, batuk, diare, nyeri otot, sakit kepala, sakit tenggorokan, dan gejala umum lainnya yang terkait dengan COVID-19 (Phumthum et al., 2021). Integrasi pengobatan herbal ke dalam praktik perawatan kesehatan mencerminkan pendekatan yang luas untuk mengelola pandemi, yang menekankan pentingnya metode penyembuhan tradisional.

d. Persiapan dan Pengolahan Obat Tradisional

Para informan biasanya menyiapkan obat tradisional mereka sendiri dengan menggunakan bahan-bahan yang mudah didapat, menggabungkan beberapa bahan tanpa rasio tertentu. Misalnya, Informan 01 menyatakan, "Saya menggunakan bahan-bahan dari rumah, merebus air dengan jahe dan serai yang dihaluskan." Informan 02 menyebutkan, "Saya membeli kunyit di toko, mengupasnya, dan memotongnya menjadi beberapa bagian." Informan 03 berbagi, "Saya mencampur kunyit, terkadang jahe, madu, garam, dan air hangat." Metode persiapan umumnya melibatkan perebusan dan penyeduhan tanpa pedoman waktu atau suhu yang tepat, menggunakan peralatan dapur standar. Informan 01 menjelaskan prosesnya: "Saya mematikan kompor setelah air mendidih, menggunakan panci baja tahan karat biasa." Informan 02 mengatakan, "Saya menghancurkan kunyit terlebih dahulu, terkadang menggunakan bentuk bubuk, mencampurnya dengan air dalam gelas, dan langsung minum," dan Informan 03 menambahkan, "Larutkan dalam air biasa atau air hangat, terkadang menggunakan dispenser

air." Untuk obat tradisional yang dikemas, para informan tidak selalu memeriksa kondisi kemasan, label, izin edar, atau tanggal kedaluwarsa. Informan 03 menyatakan, "Saya membeli Tamba Sari di apotek tanpa mengecek izinnya," dan "Saya berasumsi Tamba Sari aman jika dijual di apotek." Informan 04 mengakui, "Saya tidak mengecek dengan teliti, saya pikir Tamba Sari ada tanggal kadaluarsanya," sedangkan Informan 05 menyatakan, "Saya menerima Tamba Sari dalam bentuk botol kecil berwarna putih dari saudara saya tanpa kemasan, tidak mengecek BPOM atau tanggal kadaluarsanya."

Metode penyiapan dan pemrosesan yang diamati oleh para informan sejalan dengan praktik umum dalam pengobatan tradisional di mana pengukuran yang tepat dan prosedur standar sering kali tidak ada. Instruksi pemrosesan yang tepat, termasuk penggunaan peralatan dan waktu perebusan yang tepat, sangat penting untuk memastikan keamanan dan kemanjuran (Direktur Jenderal Pelayanan Kesehatan, 2020). Kurangnya standarisasi ini dapat menimbulkan risiko karena penyiapan yang tidak tepat dapat mengurangi kemanjuran khasiat obat atau menimbulkan kontaminan. Temuan dari penelitian ini konsisten dengan penelitian sebelumnya. Ahmed dkk. (2020) menyoroti pentingnya memahami metode penyiapan untuk pengobatan sendiri guna memastikan penggunaan yang aman dan efektif (Ahmed et al., 2020). Kasole (2019) menekankan perlunya teknik penyiapan yang akurat, khususnya dalam penanganan kondisi kronis seperti diabetes, yang sejalan dengan perlunya persiapan yang tepat dalam penanganan gejala akut COVID-19 (Kasole et al., 2019). Lebih lanjut, penelitian Pariyana (2021) menggarisbawahi pentingnya peningkatan pengetahuan masyarakat tentang praktik pengobatan mandiri yang aman, termasuk penggunaan obat tradisional yang tepat selama pandemi COVID-19 (Pariyana et al., 2021). Hal ini sejalan dengan perilaku informan yang diamati, yang tidak selalu mematuhi protokol keselamatan saat menggunakan obat tradisional kemasan sebagaimana dicatat oleh Badan Pengawas Obat dan Makanan Indonesia (BPOM RI, 2020).

Metode penyiapan dan pemrosesan obat tradisional yang digunakan oleh para informan menyoroti implikasi yang signifikan bagi kesehatan dan keselamatan masyarakat. Kurangnya pengukuran yang tepat dan prosedur standar dalam menyiapkan obat tradisional dapat menyebabkan variasi dalam khasiat dan keamanan. Memastikan bahwa individu menyadari teknik penyiapan yang tepat sangat penting untuk memaksimalkan manfaat dan meminimalkan potensi risiko yang terkait dengan penggunaan obat tradisional. Mempromosikan penggunaan praktik berbasis bukti dan kepatuhan terhadap pedoman keselamatan sangat penting. Seperti yang dicatat oleh Ahmed et al. (2020) dan Pariyana et al. (2021), pendidikan publik tentang praktik pengobatan sendiri yang aman, termasuk penggunaan obat tradisional, dapat

meningkatkan hasil kesehatan dan mengurangi kemungkinan efek samping (Ahmed et al., 2020; Pariyana et al., 2021). Hal ini sangat penting selama pandemi COVID-19, di mana praktik pengobatan sendiri telah meningkat karena terbatasnya akses ke fasilitas kesehatan. Ketergantungan para informan pada bahan-bahan yang mudah diakses dan kurangnya perhatian terhadap detail pengemasan untuk obat tradisional komersial menggarisbawahi perlunya pengawasan regulasi dan kesadaran publik yang lebih baik. Mendidik masyarakat tentang pentingnya memeriksa label, izin edar, dan tanggal kedaluwarsa dapat mencegah potensi bahaya kesehatan terkait dengan produk yang tidak disiapkan dengan benar atau kedaluwarsa (BPOM RI, 2021).

e. Pemanfaatan Obat Tradisional

Para informan menggunakan pengobatan tradisional terutama berdasarkan pengalaman pribadi, biasanya mengonsumsi ramuan tersebut satu hingga tiga kali sehari, terutama di pagi hari. Informan 01 mencatat, "Saya meminumnya di pagi hari dan malam hari sebelum tidur." Informan 02 melaporkan, "Sekali sehari, tiga kali berturut-turut, biasanya di pagi hari," dan Informan 03 menyebutkan, "Loloh sekali di pagi hari, oleskan minyak sebelum tidur." Salep herbal dan uap digunakan berdasarkan saran dari keluarga dan teman, dengan minyak dioleskan pada malam hari dan uap dihirup untuk mengatasi masalah pernapasan. Informan 03 menyatakan, "Oleskan minyak sebelum tidur," dan Informan 04 menambahkan, "Pijat dengan minyak kutus-kutus, terutama di malam hari." Selain itu, Informan 05 menjelaskan, "Hirup uap dari baskom kecil dengan dua hingga tiga tetes obat dalam air panas."

Pola penggunaan yang diamati di antara para informan mencerminkan praktik penggunaan obat tradisional yang lebih luas selama pandemi COVID-19. Konsumsi obat tradisional, biasanya sekali atau dua kali sehari, sejalan dengan rekomendasi umum untuk penggunaan obat herbal (BPOM RI, 2020). Penggunaan kebiasaan ini untuk meredakan gejala dan mendukung kekebalan tubuh sesuai dengan temuan oleh Jang et al. (2021), yang menekankan peran obat tradisional dalam mengelola gejala COVID-19 (Jang et al., 2021). Ketergantungan pada pengalaman pribadi dan nasihat dari keluarga dan teman menggarisbawahi aspek komunal dari praktik pengobatan tradisional. Pengaruh sosial ini merupakan faktor signifikan dalam adopsi dan penggunaan obat tradisional yang berkelanjutan (Pariyana et al., 2021). Namun, sifat informal dari rekomendasi ini menimbulkan kekhawatiran tentang potensi penggunaan yang tidak tepat, seperti dosis yang tidak tepat atau keamanan yang tidak diverifikasi.

Temuan ini juga menyoroti pentingnya memahami dosis yang tepat dan potensi interaksi obat tradisional (Binyane & Mfengwana, 2022). Meskipun obat tradisional seperti minyak

kutus-kutus dan inhalasi uap populer untuk penanganan gejala, studi klinis lebih lanjut sangat penting untuk menetapkan dosis standar dan memastikan keamanannya. Kurangnya kepatuhan terhadap praktik yang direkomendasikan, seperti memeriksa kemasan dan tanggal kedaluwarsa, seperti yang dilaporkan oleh Informan 03 dan Informan 04, menggarisbawahi perlunya peningkatan kesadaran dan edukasi publik tentang penggunaan obat tradisional yang aman.

Temuan tentang penggunaan obat tradisional selama pandemi COVID-19 mengungkap beberapa implikasi penting bagi kesehatan dan keselamatan publik. Ketergantungan informan pada pengalaman pribadi dan saran informal menyoroti perlunya pedoman yang jelas dan berbasis bukti untuk memastikan penggunaan obat tradisional yang aman dan efektif. Mendidik masyarakat tentang penggunaan yang tepat, termasuk memeriksa tanggal kedaluwarsa dan memahami potensi interaksi, sangat penting untuk mencegah efek samping dan memaksimalkan manfaat. Integrasi obat tradisional ke dalam strategi manajemen COVID-19 mencerminkan peran pentingnya dalam mendukung fungsi kekebalan tubuh dan meringankan gejala. Studi oleh Jang et al. (2021) dan Luo et al. (2021) memberikan wawasan berharga tentang penggunaan obat herbal tradisional yang efektif, menggarisbawahi perlunya penelitian lebih lanjut untuk menetapkan dosis standar dan profil keamanan (Jang et al., 2021; Luo et al., 2021). Penelitian ini sangat penting untuk menjembatani kesenjangan antara praktik tradisional dan pedoman medis modern.

Selain itu, aspek komunal penggunaan obat tradisional, yang didorong oleh keluarga dan jaringan sosial, menekankan pentingnya intervensi kesehatan masyarakat yang peka terhadap budaya. Menyesuaikan kampanye edukasi untuk menghormati dan menggabungkan praktik tradisional dapat meningkatkan efektivitas dan penerimaan praktik tersebut di dalam masyarakat. Seperti yang diamati dalam penelitian oleh Pariyana (2021), memanfaatkan struktur sosial yang ada untuk menyebarluaskan informasi yang akurat tentang obat tradisional dapat meningkatkan hasil kesehatan masyarakat secara signifikan (Pariyana et al., 2021).

f. Manfaat dan Efek Samping yang Dirasakan

Para informan melaporkan tidak ada efek samping dari penggunaan obat tradisional dan mencatat berbagai manfaat, termasuk meredakan gejala dan meningkatkan vitalitas. Informan 01 menyatakan, "Tidak ada efek samping, badan lebih hangat, gatal di tenggorokan berkurang, hidung tersumbat berkurang." Informan 02 menyebutkan, "Badan terasa lebih segar, tidak lemas lagi, pemulihan lebih cepat." Senada dengan itu, Informan 03 mengatakan, "Badan lebih segar, lebih bertenaga, tidak ada efek samping," dan Informan 04 melaporkan, "Meringankan

pegal-pegal badan, tidur lebih nyenyak, tidak ada efek samping." Terakhir, Informan 05 berbagi, "Bernapas lebih ringan, tidak lemas lagi, tidur lebih nyenyak, tidak ada efek samping."

Manfaat yang dirasakan dan minimnya efek samping yang dilaporkan oleh para informan sesuai dengan temuan dalam literatur tentang pengobatan tradisional. Pengobatan tradisional sering dianggap lebih aman dan dikaitkan dengan lebih sedikit efek samping dibandingkan dengan obat-obatan modern. Hal ini sejalan dengan penelitian oleh Pratiwi et al. (2018), yang menekankan bahwa pengobatan tradisional, jika digunakan dengan benar, memiliki risiko efek samping yang minimal. Penggunaan dan dosis yang tepat sangat penting untuk memaksimalkan manfaat dan meminimalkan efek samping (Pratiwi et al., 2018). Sumayyah dan Salsabila (2017) menyoroti pentingnya memastikan keakuratan bahan obat, dosis, dan waktu untuk mencegah potensi efek samping (Sumayyah & Salsabila, 2017). Pengalaman positif para informan mencerminkan kepatuhan mereka terhadap praktik penggunaan yang tepat, yang menunjukkan pendekatan yang tepat terhadap penggunaan pengobatan tradisional. Selain itu, manfaat yang dilaporkan, seperti meredakan gejala dan meningkatkan vitalitas, menggarisbawahi kemanjuran pengobatan tradisional dalam mengelola gejala COVID-19. Temuan ini mendukung literatur yang lebih luas tentang potensi terapeutik obat-obatan herbal dalam memberikan kelegaan dari gejala pernapasan dan meningkatkan kesejahteraan secara keseluruhan (Pratiwi et al., 2018).

Temuan tentang manfaat yang dirasakan dan tidak adanya efek samping dari penggunaan obat tradisional memiliki implikasi ilmiah dan praktis yang signifikan. Pengalaman positif yang dilaporkan oleh para informan memperkuat peran obat tradisional sebagai pilihan yang layak untuk mengelola gejala COVID-19, terutama bagi mereka yang mencari alternatif untuk obat-obatan konvensional. Kurangnya efek samping yang dilaporkan menyoroti pentingnya penggunaan dan dosis yang tepat dalam penerapan pengobatan tradisional yang aman. Hal ini menggarisbawahi perlunya pendidikan publik tentang persiapan dan konsumsi obat tradisional yang benar. Memastikan bahwa pengguna memiliki informasi yang akurat tentang dosis dan pemilihan bahan sangat penting untuk meminimalkan risiko dan memaksimalkan manfaat terapeutik. Lebih jauh, temuan ini menunjukkan bahwa obat tradisional dapat diintegrasikan ke dalam strategi perawatan kesehatan yang lebih luas, terutama dalam mengelola gejala ringan dan meningkatkan vitalitas secara keseluruhan. Hasil positif yang dilaporkan oleh para informan sejalan dengan semakin banyaknya bukti yang mendukung kemanjuran dan keamanan obat tradisional jika digunakan dengan tepat (Pratiwi et al., 2018; Sumayyah & Salsabila, 2017).

g. Sumber Informasi

Para informan menyatakan bahwa informasi tentang pengobatan tradisional terutama diwariskan melalui keluarga dan kerabat dekat. Informan 01 menyatakan, "Mendengar dari saudara, badan lebih hangat, batuk berkurang." Informan 02 menyebutkan, "Kepercayaan desa pada kunyit loloh untuk kekuatan, terutama saat sakit." Demikian pula, Informan 03 mencatat, "Kebiasaan keluarga, resep keluarga." Informan 04 mengutip, "Informasi dari teman dan Facebook," dan Informan 05 berbagi, "Diinformasikan oleh saudara."

Ketergantungan pada sumber informasi keluarga dan masyarakat mengenai pengobatan tradisional, sebagaimana dilaporkan oleh para informan, konsisten dengan temuan dalam literatur. Pengalaman empiris dan transmisi budaya memainkan peran penting dalam penggunaan pengobatan tradisional. Akan tetapi, meskipun sumber-sumber ini memberikan pengetahuan praktis yang berharga, sumber-sumber ini sering kali tidak memiliki validasi ilmiah yang diperlukan untuk memastikan keamanan dan kemanjuran. Park (2016) menyoroti risiko yang terkait dengan penggunaan pengobatan tradisional tanpa panduan yang tepat dari para profesional perawatan kesehatan (Park et al., 2016). Kejadian buruk, termasuk dampak kesehatan yang parah, telah didokumentasikan ketika pengobatan tradisional digunakan hanya berdasarkan informasi anekdot. Hal ini menggarisbawahi pentingnya mengintegrasikan validasi ilmiah dan pendidikan publik ke dalam praktik pengobatan tradisional untuk mencegah potensi penyalahgunaan dan risiko kesehatan terkait. Selain itu, keberadaan zat-zat beracun dalam beberapa pengobatan tradisional, seperti timbal, arsenik, dan antimon, menekankan perlunya regulasi dan penyebaran informasi yang tepat (Karwowski et al., 2017). Zat-zat beracun ini dapat menimbulkan risiko kesehatan yang serius, terutama bagi populasi yang rentan seperti anak-anak. Oleh karena itu, memastikan bahwa informasi mengenai penggunaan pengobatan tradisional akurat dan tervalidasi secara ilmiah sangat penting untuk keselamatan kesehatan masyarakat.

Temuan tentang sumber informasi untuk penggunaan obat tradisional memiliki implikasi ilmiah dan praktis yang signifikan. Ketergantungan yang besar pada pengetahuan keluarga dan masyarakat menyoroti perlunya mengintegrasikan praktik tradisional dengan penelitian ilmiah dan pedoman kesehatan masyarakat. Meskipun pengetahuan empiris sangat berharga, pengetahuan tersebut harus dilengkapi dengan validasi ilmiah untuk memastikan penggunaan obat tradisional yang aman dan efektif. Kampanye pendidikan publik sangat penting untuk menjembatani kesenjangan antara pengetahuan tradisional dan pemahaman ilmiah. Kampanye ini dapat membantu menyebarluaskan informasi yang akurat tentang penggunaan yang tepat, potensi risiko, dan manfaat obat tradisional. Mendidik masyarakat tentang pentingnya

berkonsultasi dengan profesional kesehatan sebelum menggunakan pengobatan tradisional dapat mengurangi risiko yang terkait dengan penyalahgunaannya. Selain itu, pengawasan regulasi sangat penting untuk memastikan keamanan produk obat tradisional.

IV. PENUTUP

Penggunaan obat tradisional selama pandemi COVID-19 telah menjadi signifikan di antara para informan penelitian, terutama karena manfaatnya yang dirasakan dalam meringankan gejala dan meningkatkan imunitas. Para informan melaporkan menggunakan berbagai pengobatan tradisional seperti kunyit, jahe, dan minyak herbal berdasarkan pengetahuan generasi dan praktik masyarakat. Pengobatan ini digunakan untuk mengelola gejala COVID-19 ringan, meningkatkan kesejahteraan secara keseluruhan, dan meningkatkan kekebalan tubuh. Khususnya, para informan mengalami perbaikan gejala dan peningkatan imunitas tanpa efek samping yang dilaporkan. Temuan ini menggarisbawahi pentingnya mengintegrasikan pengetahuan empiris dengan validasi ilmiah untuk memastikan penggunaan obat tradisional yang aman dan efektif. Pendidikan publik tentang penggunaan yang tepat dan potensi risiko yang terkait dengan pengobatan tradisional sangat penting untuk mencegah penyalahgunaan dan efek samping. Pengawasan regulasi diperlukan untuk memastikan keamanan produk obat tradisional, terutama mengingat adanya zat toksik yang terdokumentasi dalam beberapa pengobatan.

Penelitian di masa mendatang harus difokuskan pada pelaksanaan studi klinis untuk menetapkan pedoman berbasis bukti untuk dosis dan pemberian obat tradisional. Pendekatan ini akan membantu menjembatani kesenjangan antara praktik tradisional dan perawatan kesehatan modern, serta memastikan bahwa pengobatan tradisional terus memberikan kontribusi positif bagi kesehatan masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmed, S. M., Sundby, J., Aragaw, Y. A., & Abebe, F. (2020). Self-Medication and Safety Profile of Medicines Used Among Pregnant Women in a Tertiary Teaching Hospital in Jimma, Ethiopia: A Cross-Sectional Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(11), 3993. <https://doi.org/10.3390/ijerph17113993>
- Ang, L., Song, E., Lee, H. W., & Lee, M. S. (2020). Herbal medicine for the treatment of coronavirus disease 2019 (COVID-19): A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *Journal of Clinical Medicine*, 9(5), 1–20. <https://doi.org/10.3390/jcm9051583>

- Binyane, M. E., & Mfengwana, P.-M.-A. H. (2022). *Traditional Medicinal Plants as the Potential Adjuvant, Prophylactic and Treatment Therapy for COVID-19 Disease: A Review*. <https://doi.org/10.5772/intechopen.104491>
- Bleck, V., & Lipowsky, F. (2022). Teachers' Emotional Exhaustion Before and During the COVID-19 Pandemic: Neither Emotional Exertion Nor Vacation Feeling. *Frontiers in Psychology, 13*. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.887494>
- BPOM RI. (2020). *Pedoman Penggunaan Herbal dan Suplemen Kesehatan dalam Menghadapi COVID-19 di Indonesia: Vol. I*. BPOM RI.
- BPOM RI. (2021). Cerdas Memilih dan Menggunakan Obat Tradisional yang Aman. *Badan POM RI*, 1–39.
- Brotto, L. A., Chankasingh, K., Baaske, A., Albert, A., Booth, A., Kaida, A., Smith, L., Racey, S., Gottschlich, A., Murray, M., Sadarangani, M., Ogilvie, G., & Galea, L. A. (2021). The Influence of Sex, Gender, Age, and Ethnicity on Psychosocial Factors and Substance Use Throughout Phases of the COVID-19 Pandemic. *Plos One, 16*(11), e0259676. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0259676>
- Chaachouay, N., Azeroual, A., Bencharki, B., Douira, A., Zidane, L., Medicine, I., Khoshnevisan, K., Alipanah, H., Baharifar, H., Ranjbar, N., & Osanloo, M. (2023). Cannabis sativa L.: A Review on Traditional Uses, Botany, Phytochemistry, and Pharmacological Aspects. *Traditional & Integrative Medicine, 8*(1), 97–116. <http://jtim.tums.ac.ir>
- Cunningham, A. B., & Long, X. (2019). Linking Resource Supplies and Price Drivers: Lessons From Traditional Chinese Medicine (TCM) Price Volatility and Change, 2002–2017. *Journal of Ethnopharmacology, 229*, 205–214. <https://doi.org/10.1016/j.jep.2018.10.010>
- Das, M., Banerji, A., Cheemalapati, V. N., & Hazra, J. (2020). Antiviral Activity of Indian Medicinal Plants: Prventive Measures for Covid-19. *Journal of Global Biosciences, 9*(5), 7307. www.mutagens.co.in
- Direktur Jenderal Pelayanan Kesehatan. (2020). *Pemanfaatan Obat Tradisional untuk Pemeliharaan Kesehatan, Pencegahan Penyakit dan Perawatan Kesehatan* (pp. 1–5).
- Du, Y., Wolf, I. K., Zhuang, W., Bodemann, S., Knöss, W., & Knopf, H. (2014). Use of herbal medicinal products among children and adolescents in Germany. *BMC Complementary and Alternative Medicine, 14*, 1–13. <https://doi.org/10.1186/1472-6882-14-218>
- Helmalia, A. W., Putrid, & Dirpan, D. A. (2019). Potensi Rempah-Rempah Tradisional Sebagai Sumber Antioksidan Alami Untuk Bahan Baku Pangan Fungsional. *Canrea Journal: Food Technology, Nutritions, and Culinary Journal, 2*(1), 26–31. <https://doi.org/10.20956/CANREA.V2I1.113>
- Ismiyana, F., Rahman Hakim, A., & Sujono, T. A. (2013). *Gambaran Penggunaan Obat Tradisional Untuk Pengobatan Sendiri Pada Masyarakat Di Desa Jimus Polanharjo Klaten*.

- Jang, S., Dongsu, K., Yi, E., Choi, G., Song, M., & Lee, E. (2021). Telemedicine and the Use of Korean Medicine for Patients With COVID-19 in South Korea: Observational Study. *Jmir Public Health and Surveillance*, 7(1), e20236. <https://doi.org/10.2196/20236>
- Karwowski, M. P., Morman, S. A., Plumlee, G. S., Law, T., Kellogg, M., & Woolf, A. D. (2017). Toxicants in folk remedies: implications of elevated blood lead in an American-born infant due to imported diaper powder. *Environmental Geochemistry and Health*, 39(5), 1133–1143. <https://doi.org/10.1007/s10653-016-9881-6>
- Kasole, R., Martin, H., & Kimiywe, J. (2019). Traditional Medicine and Its Role in the Management of Diabetes Mellitus: “Patients’ and Herbalists’ Perspectives”. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*, 2019, 1–12. <https://doi.org/10.1155/2019/2835691>
- Kementerian Kesehatan RI. (2021). *SE-No.-HK.02.01-MENKES-1391-2021-ttg-Pencegahan-dan-Pengendalian-Kasus-COVID-19-Variasi-Omicron-B.1.1.529*.
- Kwapong, F. L., Normeshie, C. A., Eghan, N. C., Mensah, H. A., & Yeboah, N. K. O. (2022). Knowledge, Attitude, and Practices of People in Bosomtwe District Towards Traditional Medicine Use and Their Early Healthcare-Seeking Behavior in Ashanti Region, Ghana. *World Journal of Advanced Research and Reviews*, 15(1), 128–137. <https://doi.org/10.30574/wjarr.2022.15.1.0667>
- Lam, C. S., Koon, H. K., Chung, V. C. H., & Cheung, Y. T. (2021). A public survey of traditional, complementary and integrative medicine use during the COVID-19 outbreak in Hong Kong. *PLoS ONE*, 16(7 July). <https://doi.org/10.1371/JOURNAL.PONE.0253890>
- Luo, H., Gao, Y., Zou, J., Zhang, S., Chen, H., Li, Q., Tan, D. Q., Han, Y., Zhao, Y., & Wang, S. (2020). Reflections on Treatment of COVID-19 With Traditional Chinese Medicine. *Chinese Medicine*, 15(1). <https://doi.org/10.1186/s13020-020-00375-1>
- Luo, H., Hong-guo, C., Liu, C., Zhang, S., Vong, C. T., Tan, D. Q., Dai, Y., Wang, Y., & Chen, S. (2021). The Key Issues and Development Strategy of Chinese Classical Formulas Pharmaceutical Preparations. *Chinese Medicine*, 16(1). <https://doi.org/10.1186/s13020-021-00483-6>
- Mattummal, R., Gopi, D. K., Bobbili, E., & Narayana, S. K. K. (2019). A Review on Molecular Techniques Employed for Authentication of Indian Medicinal Plants. *Plant Science Today*, 6(4), 465–478. <https://doi.org/10.14719/pst.2019.6.4.588>
- Med, T. I., Presl, J., Randomized, A., Khajavi, A., Ghahramany, M., & Salarbashi, D. (2023). *Evaluation of a Persian Natural Topical Medicine Based on Sesame Oil on Chitosan Nanoparticles Containing Cinnamomum verum Patients : Essential Oil and Cinnamaldehyde : Preparation , , Hiva Alipanah Negar Ranjbar Characterization and Anticancer Effects ag*. 7(1), 249–255.
- Nehme, M. (2023). Use of Complementary Medicine and Its Association With SARS-CoV-2 Vaccination During the COVID-19 Pandemic: A Longitudinal Cohort Study. *Swiss Medical Weekly*, 153(12), 3505. <https://doi.org/10.57187/s.3505>

- Pariyana, Aziz, M., Mariana, Tjekyan, S., Suryani, P. R., Viani, T., & Amalia, S. (2021). An Overview of Knowledge of Traditional Medicine for Self-Medication in the Community in the Era of the COVID-19 Pandemic. *International Journal of Community Service*, 1(2), 136–146. <https://doi.org/10.51601/ijcs.v1i2.19>
- Park, J., Choi, S., Moon, S., Kim, S., Kim, B., Kim, M., & Lee, S. (2016). Development of an adverse events reporting form for Korean folk medicine. *Pharmacoepidemiology and Drug Safety*, 26. <https://doi.org/10.1002/pds.4077>
- Parkash, J., Prasad, D., Shahnaz, M., & Dev, D. (2018). Herbs As Traditional Medicines: a Review. *Journal of Drug Delivery and Therapeutics*, 8(5), 146–150. <https://doi.org/10.22270/jddt.v8i5.1910>
- Phumthum, M., Nguanchoo, V., & Balslev, H. (2021). Medicinal Plants Used for Treating Mild Covid-19 Symptoms Among Thai Karen and Hmong. *Frontiers in Pharmacology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fphar.2021.699897>
- Pratiwi, R., Amelia Saputri, F., & Rina Fajri Nuwarda, D. (2018). Tingkat Pengetahuan dan Penggunaan Obat Tradisional di Masyarakat: Studi Pendahuluan Pada Masyarakat di Desa Hegarmanah, Jatinangor, Sumedang. *Dharmakarya : Jurnal Aplikasi Ipteks Untuk Masyarakat*, 7(2), 97–100. <http://journal.unpad.ac.id/dharmakarya/article/view/19295>
- Qaiser, D., Srivastava, A., & Qaiser, A. (2018). Anticancer Herbs for Improving the Quality of Life. *International Annals of Science*, 5(1), 1–11. <https://doi.org/10.21467/ias.5.1.1-11>
- Shaleha, R. R., & Yuliana, A. (2022). Tingkat Pengetahuan Masyarakat tentang Penggunaan Tanaman Herbal Sebagai Salah Satu Pencegah Covid-19 (Corona Virus Disease). *Tingkat Pengetahuan Masyarakat ... Journal of Pharmacopolium*, 5(1), 81–89.
- Sisay, M., Bussa, N., Gashaw, T., & Mengistu, G. (2019). Investigating in Vitro Antibacterial Activities of Medicinal Plants Having Folkloric Repute in Ethiopian Traditional Medicine. *Journal of Evidence-Based Integrative Medicine*, 24, 2515690X1988627. <https://doi.org/10.1177/2515690x19886276>
- Sumarni, W., Sudarmin, S., & Sumarti, S. S. (2019). The scientification of jamu: a study of Indonesian's traditional medicine. *Journal of Physics: Conference Series*, 1321(3), 032057. <https://doi.org/10.1088/1742-6596/1321/3/032057>
- Sumayyah, S., & Salsabila, N. (2017). Obat Tradisional : Antara Khasiat dan Efek Sampingnya. *Majalah Farmasetika*, 2(5), 1–4. <https://doi.org/10.24198/FARMASETIKA.V2I5.16780>
- Youn, B. Y., Moon, S., Mok, K., Cheon, C., Ko, Y., Park, S., Jang, B. H., Shin, Y. C., & Ko, S. G. (2022). Use of traditional, complementary and alternative medicine in nine countries: A cross-sectional multinational survey. *Complementary Therapies in Medicine*, 71, 102889. <https://doi.org/10.1016/J.CTIM.2022.102889>