

Disubmit 18 Februari 2021

Diterima 30 Juli 2021

## RASIONALITAS DALAM SWAMEDIKASI VITAMIN C PADA MASA PANDEMI COVID - 19 DI KOTA DENPASAR

### *RATIONALITY IN SELF-MEDICATION OF VITAMIN C DURING THE COVID-19 PANDEMIC IN DENPASAR CITY*

Ni Putu Aryati Suryaningsih<sup>1</sup>, Gde Palguna Reganata<sup>2</sup>, Ida Ayu Manik Partha Sutema<sup>3</sup>,  
Dhianciantyan Windydaca Brata Putri<sup>4</sup>

Program Studi Farmasi Klinis, Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan, Universitas Bali Internasional<sup>1,3,4</sup>

Program Studi Administrasi Rumah Sakit, Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan, Universitas Bali<sup>2</sup>  
Internasional

#### ABSTRAK

**Latar Belakang** Wabah penyakit yang bernama *Coronavirus Disease* (COVID-19) mempunyai dampak cukup besar disemua sektor kehidupan manusia. Indonesia melaporkan kasus COVID-19 pertama pada tanggal 2 Maret 2020 sejumlah dua kasus (WHO, 2020). Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menyarankan selama pandemi COVID-19 untuk mengonsumsi makanan sehat serta meningkatkan kekebalan tubuh dengan perbanyak vitamin. Vitamin C menjadi salah satu alternatif untuk meningkatkan sistem kekebalan tubuh. Peningkatan konsumsi vitamin C perlu dilihat rasionalitas dari penggunaan swamedikasi vitamin C selama masa pandemi COVID-19. Penggunaan vitamin yang kurang tepat atau berlebihan dapat mengakibatkan kerusakan pada organ-organ seperti ginjal. **Tujuan** dari penelitian ini adalah mengetahui rasionalitas dalam swamedikasi vitamin C pada masa pandemi COVID-19 dikota Denpasar. **Metode penelitian** menggunakan Desain penelitian rancangan deskriptif yang menggunakan teknik pengambilan non probability sampling, Instrumen yang digunakan berupa kuesioner. Populasi sampel sebanyak 100 responden pada masyarakat kota Denpasar. **Hasil Penelitian** ini menunjukkan rasionalitas penggunaan swamedikasi vitamin C selama masa pandemi COVID-19 di kota Denpasar sebesar 84,73% Rasional dan secara tidak rasional sebanyak 15,27%. Rasionalitas dilihat dari 4T1W meliputiu tepat indikasi obat, tepat cara pemberian obat, tepat dosis, tepat penyimpanan dan waspada efek samping.

**Kata kunci** : COVID-19, Rasionalitas, Swamedikasi, Vitamin C

#### ABSTRACT

**Background** The pandemic we can call *Coronavirus Disease* (COVID-19) has a significant impact in all sectors of human life. Indonesia reported its first cases of COVID-19 on March 2, 2020 totalin two cases (WHO, 2020). World Health Organization (WHO) recommends to consumption healthy foods and increase immunity with more vitamin that during the pandemic COVID-19. Vitamin C is an alternative to boost the immune system. Increasing

*consumption of vitamin C needs to be seen by the rationality of using self-medicated vitamin C during the COVID-19 pandemic. Inappropriate or excessive use of vitamins can result in damage to organs such as the kidneys. **The purpose** of this study was to describe the rationality of Samedication vitamin C during the pandemic COVID-19 in the Denpasar City. **Methods:** The design of this study is descriptive using a descriptive design that uses non-probability sampling t. The instrument used is a questionnaire. The sample population is 100 respondents in the community in Denpasar. **Results:** The results of the study show the rationality of using swamedication vitamin C during the pandemic COVID- 19 in Denpasar amounting to 84.73% rational and irrationally of 15.27%, the rationality were measured from the right indication of the drug, the right way of administration, medication, proper dosage, proper storage and side effect alert.*

**Keywords:** COVID-19, Rational, Swamedication, Vitamin C

---

Alamat Korespondensi : Program Studi Farmasi Klinis, Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan, Universitas Bali Internasional  
Email : aryatisuryaningsih@iikmpbali.ac.id

---

## PENDAHULUAN

Wabah penyakit yang bernama *Coronavirus Disease* (COVID-19) mempunyai dampak cukup besar disemua sektor kehidupan manusia. Sejak kasus pertama di Wuhan China, terjadi peningkatan kasus COVID-19 di China setiap hari dan memuncak diantara akhir Januari hingga awal Februari 2020. Indonesia melaporkan kasus COVID-19 pertama pada tanggal 2 Maret 2020 sejumlah dua kasus (WHO, 2020). Sejak diumumkan adanya kasus COVID-19 jumlahnya pasien terinfeksi dari waktu ke waktu terus meningkat. Salah satu upaya alternatif yang dapat dilakukan yaitu dengan meningkatkan sistem kekebalan tubuh, salah satu caranya adalah dengan konsumsi vitamin C yang cukup dan teratur sesuai kebutuhan tubuh setiap harinya. Vitamin C dapat digunakan sebagai terapi pencegahan COVID-19 (Cheng et all, 2020). Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menyarankan selama pandemi COVID-19 untuk mengonsumsi makanan sehat serta meningkatkan kekebalan tubuh dengan perbanyak vitamin. (WHO, 2020).

Swamedikasi adalah upaya masyarakat untuk mengobati dirinya sendiri (Depkes, 2007). Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di 4 apotek kota Denpasar peningkatan permintaan suplement vitamin meningkat sebesar 75% dari total penjualan perhari, dimana pada masa sebelum pandemi penjualan suplemen vitamin hanya 10% dari total penjualan perharinya. Permintaan Suplemen Vitamin di kalangan masyarakat cukup beragam. Salah satunya adalah vitamin C. Banyak masyarakat yang mulai mengonsumsi Vitamin C dikarenakan vitamin C disebut menjadi salah satu terapi penunjang untuk meningkatkan daya tahan tubuh, dimana vitamin C ini dapat mengaktifkan sistem daya tahan tubuh sehingga dapat membantu melawan virus COVID-19 (Burhan Erlina,dkk 2020). Di tengah banyaknya masyarakat yang mengonsumsi vitamin, masih banyak juga masyarakat yang kurang mengetahui tentang informasi penggunaan vitamin secara tepat sehingga terkesan hanya mengikuti trend yang ada. Hal ini dapat

mempengaruhi kesehatan dari masyarakat tersebut jika penggunaannya kurang tepat atau berlebihan (Rina et al, 2009). Penggunaan vitamin yang kurang tepat atau berlebihan dapat mengakibatkan kerusakan pada organ tubuh seperti ginjal (Vita Health, 2004). Konsumsi vitamin C dengan dosis di atas 1000 mg/hari menyebabkan absorpsi menurun hingga 50%, produk hasil yaitu asam askorbat (vitamin C) yang tidak dimetabolisme ini akan diekskresikan melalui ginjal (BPOM, 2020) Menurut penelitian yang dilakukan oleh Harahap (2017) dari 342 responden terdapat 139 responden (40,6 %) yang menggunakan obat secara swamedikasi yang tidak rasional dan 203 responden (59,4%) yang menggunakan obat secara swamedikasi yang rasional (Harahap et al., 2017). Penggunaan Obat Secara Rasional (POR) merupakan suatu kampanye yang disebarluaskan ke seluruh dunia, juga di Indonesia. Maka dari itu perlunya melihat rasionalitas dari penggunaan vitamin C, dengan merujuk pada penggunaan obat yang benar, sesuai dan tepat (Depkes,2006).

Berdasarkan beberapa masalah tersebutlah peneliti tertarik untuk mengetahui rasionalitas dalam swamedikasi vitamin C pada masa pandemi COVID-19 di kota Denpasar. Hal ini dikarenakan masih sangat terbatas penelitian terkait rasionalitas dalam penggunaan suplemen yang mengandung vitamin C. Diharapkan penelitian ini mampu memberikan informasi terkait penggunaan suplemen yang mengandung vitamin C yang rasional di kota Denpasar. Penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi masukan atau informasi kepada tenaga kesehatan khususnya farmasi sebagai bahan evaluasi mengenai rasionalitas swamedikasi suplemen yang mengandung Vitamin C sehingga mencegah terjadinya *Adverse Drug Reaction* pada pasien yang melakukan pengobatan secara swamedikasi. Gambaran rasionalitas diukur dengan parameter (Tepat Indikasi, Tepat Penyimpanan Obat, Tepat Dosis, Tepat Cara Pemberian, Tepat lama pemberian dan Waspada efek samping).

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan di Kota Denpasar pada bulan Mei-Juli 2020. Sampel penelitian yang digunakan adalah Masyarakat kota Denpasar yang melakukan swamedikasi vitamin C selama masa pandemic COVID-19. Masyarakat kota Denpasar yang membeli Vitamin C dengan resep dokter, tidak dimasukkan sebagai sample dalam penelitian ini. Penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif dengan teknik pengambilan non probability sampling (convenience sampling). Variabel dalam penelitian ini adalah Rasionalitas swamedikasi. Definisi Operasional: Sejauh mana masyarakat menggunakan suplemen/vitamin dengan tepat, sehingga dapat terhindar dari efek samping serta interaksi dari obat-obatan yang digunakan. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner yang diberikan kepada masyarakat kota Denpasar yang melakukan swamedikasi vitamin C. Kuesioner penelitian telah divalidasi menggunakan cara content validity (validasi isi). Validasi isi menunjukkan sejauh mana item-item yang dilihat dari isinya dapat diukur. Validasi isi alat ukur ditentukan melalui pendapat professional dalam proses telaah soal. Sehingga item-item yang telah dikembangkan memang mengukur apa yang dimaksudkan untuk diukur (Suryabrata, 1998). Isi Kuesioner dibagi menjadi

tiga bagian yaitu; Bagian pertama yaitu lembar kuesioner mengenai data demografi responden; Bagian kedua yaitu lembar kuesioner mengenai distribusi frekuensi swamedikasi vitamin C yang terdiri dari nama vitamin C yang digunakan, alasan memilih vitamin C tersebut, darimana mendapat informasi vitamin dan jenis informasi yang dicari; Bagian ketiga yaitu lembar kuesioner rasionalitas swamedikasi berupa pertanyaan pilihan ganda dan pertanyaan pendapat, tujuan dari pertanyaan yang digunakan pada bagian rasionalitas swamedikasi adalah untuk mengetahui rasionalitas penggunaan obat swamedikasi yang pernah digunakan oleh responden. Data yang diperoleh melalui kuesioner kemudian dianalisis dengan cara dilakukan pengkodean pada setiap jawaban dengan memberi skor atau nilai tertentu. Kemudian data dikelompokkan sesuai dengan karakteristik masing-masing dihitung frekuensinya dalam bentuk persen (%) dan ditampilkan dalam bentuk tabel.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil Penelitian

Berikut adalah Karakteristik Responden yang melakukan Swamedikasi Vitamin C di Kota Denpasar.

**Tabel 1. Karakteristik Responden**

Karakteristik	Jumlah	Persentase(%)
<b>1. Usia</b>		
- 17-25 tahun	68	68
- 26-35 tahun	13	13
- 36-45 tahun	9	9
- 46-55 tahun	7	7
- 56-65 tahun	3	3
<b>2. Jenis Kelamin</b>		
- Pria	37	37
- Wanita	63	63
<b>3. Pendidikan</b>		
- SMA	20	20
- Diploma	34	34
- Strata 1/S1	44	44
- Strata 2/S2	2	2
<b>4. Pekerjaan</b>		
- Tidak Bekerja	29	29
- Pemilik Usaha/ Pengusaha Online/Bekerja membuat sesuatu dengan modal sendiri	20	20
- Karyawan Swasta/Bekerja dengan orang lain/Gojek	46	46
- PNS/ABRI/POLRI/BUMN	5	5

Berdasarkan data karakteristik responden pada tabel 1 dari kategori usia diketahui bahwa usia 17-25 tahun yang terbanyak yaitu 68% dan didominasi oleh

Wanita sebanyak 63 %. Berdasarkan tingkat pendidikan terakhir, didapatkan data bahwa responden terbanyak dengan tingkat pendidikan strata 1/S1 sebesar 44 %.

**Tabel 2. Rasionalitas Swamedikasi Vitamin C pada masa pandemi COVID-19 di Kota Denpasar**

Komponen Tepat	Rasional(%)	TidakRasional(%)
Tepat Indikasi		
1. Konsumsi vitamin C untuk meningkatkan daya tahan tubuh	98	2
2. Konsumsi vitamin C ketika sakit	93	7
Tepat Dosis		
3. Melihat brosur obat terkait dosis sebelum mengkonsumsi vitamin	89	11
4. Intensitas mengkonsumsi Vitamin C dalam sehari	98	2
Tepat Cara Pemberian		
5. Waktu konsumsi vitamin	89	11
6. Membaca aturan konsumsi	56	44
Tepat Waspada Efek Samping		
7. Membaca informasi efek samping obat yang terdapat pada kemasan obat	81	19
8. Efek samping setelah mengkonsumsi vitamin C tersebut	91	9
9. Iritasi lambung setelah mengkonsumsi vitamin C	83	17
Tepat Penyimpanan		
10. Cara menyimpan vitamin C	90	10
11. Menyimpan di dalam wadah tertutup	64	36
Gambaran Rasionalisasi Swamedikasi	84,73	15,27

Pada penelitian ini gambaran penggunaan swamedikasi vitamin C selama masa pandemi COVID-19 di kota Denpasar tergolong rasional dengan persentase keseluruhanebesar 84,73% responden menggunakan Vitamin C swamedikasi secara rasional dan sebagian kecil masyarakat menggunakan Vitamin C secara tidak rasional dengan jumlah persentase 15,27%.

Komponen ketepatan tepat pemilihan obat sebagian besar responden memilih mengkonsumsi vitamin C untuk meningkatkan daya tahan tubuh dan ketika sedang sakit responden menjawab sebesar 98% untuk meningkatkan daya tahan tubuh dan sebesar 93% ketika sakit. Berdasarkan ketepatan dosis sebagian besar responden melihat brosur obat terkait dosis sebelum mengkonsumsi vitamin responden yang menjawab “Iya” sebesar 83%. Penggunaan vitamin 1 kali dalam sehari sebanyak 98 %. Berdasarkan hasil dari komponen ketepatan tepat pemberian obat dari waktu konsumsi vitamin C penggunaan vitamin 2 jam sesudah makan sebesar 98 %. Dari cara konsumsi yang mendominasi adalah penggunaan vitamin C dengan cara ditelan yaitu sebesar 68 %. Berdasarkan hasil komponen ketepatan waspada efek

samping dari 100 responden sebanyak 81% menjawab “Iya” dalam membaca efek samping sebelum mengkonsumsi vitamin C Berdasarkan komponen ketepatan tepat penyimpanan hasil dari 100 responden memilih menyimpan vitamin C disimpan pada suhu ruangan tidak terkena sinar matahari sebanyak 90%.

## Pembahasan

Berdasarkan data karakteristik responden dalam penelitian ini Total jumlah responden didominasi oleh kelompok usia 17-25 tahun. Pada kelompok usia ini merupakan kelompok usia produktif yang memiliki mobilitas tinggi sehingga membutuhkan suplemen vitamin untuk menunjang aktivitasnya. Hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian Chotimah yaitu sebagian besar konsumen melakukan swamedikasi berada pada usia dewasa awal. (Chotimah, 2003) Dari hasil karakteristik jenis kelamin pada table 1 jumlah responden yang lebih dominan yaitu berjenis kelamin wanita. Faktor jenis kelamin dapat mempengaruhi dimana Kristina,dkk dalam penelitiannya menyebutkan bahwa responden dengan jenis kelamin perempuan lebih cenderung melakukan pengobatan sendiri yang rasional dibandingkan dengan jenis kelamin laki-laki dan perempuan lebih sering melakukan pengobatan dibandingkan laki-laki. (Kristina, dkk). Dalam karakteristik tingkatan pendidikan responden yang melakukan swamedikasi vitamin C berdasarkan tingkat pendidikan terakhir, didapatkan data bahwa responden terbanyak yang berpartisipasi adalah tingkat pendidikan tinggi hal ini sejalan dengan penelitian Kristina, Prabandari dan Sudjaswandi 2008 yang mengatakan bahwa faktor pendidikan berpengaruh besar terhadap swamedikasi dimana tingkat pendidikan tinggi paling banyak melakukan swamedikasi secara rasional. Pekerjaan adalah kegiatan responden sehari-hari untuk mendapat penghasilan, klasifikasi pekerjaan diambil berdasarkan pekerjaan yang berstatus tinggi, sedang dan rendah. Profil responden yang melakukan swamedikasi vitamin C berdasarkan pekerjaan, didapatkan data bahwa responden terbanyak yang berpartisipasi adalah karyawan swasta/bekerja dengan orang lain. Tingkat pekerjaan tinggi seseorang juga mempengaruhi dalam swamedikasi yang aman, tepat dan rasional. Semakin tinggi tingkat pekerjaan seseorang maka semakin rasional dan berhati-hati pula dalam memilih obat untuk pengobatan sendiri, responden yang bekerja lebih banyak berinteraksi dengan rekan kerjanya dan dengan latar pendidikan yang cukup tinggi ini akan mempengaruhi pola pikir responden dan akhirnya mempengaruhi keputusan pengobatan sendiri yang diambil (Palilati Defriyanti, 2014).

Pada penelitian ini gambaran penggunaan swamedikasi vitamin C selama masa pandemi COVID-19 di kota Denpasar tergolong rasional. Masih adanya masyarakat yang melakukan swamedikasi vitamin c secara tidak rasional dikarenakan masih kurangnya pengetahuan yang dimiliki responden. Sehingga perlunya memberikan informasi secara obyektif tentang suplement vitamin kemasyarakatan sehingga masyarakat bisa menggunakan vitamin C secara rasional (Haenen, 2002). Penggunaan obat pada responden dapat dikatakan secara rasional dilihat dari pertanyaan yang diajukan kepada responden sebagian besar dapat dijawab dengan benar. Berikut merupakan kategori rasionalitas yang diteliti yaitu berupa : Tepat pemilihan Obat, Tepat Dosis, Waspada Efek samping Obat, dan Tepat penyimpanan Obat.

Tepat Indikasi artinya obat yang diberikan harus yang tepat bagi suatu penyakit (Depkes, 2017). Berdasarkan hasil sebagian besar responden memilih mengkonsumsi vitamin C pada masa pandemic COVID-19 adalah untuk meningkatkan daya tahan tubuh dan ketika sakit. Responden yang memilih “Iya” mengkonsumsi vitamin C untuk meningkatkan daya tahan tubuh sebesar 98% sedangkan responden yang memilih “Tidak” sebesar 2%. Peran Vitamin c terhadap sistem daya tahan tubuh manusia yaitu vitamin C berkontribusi untuk daya tahan tubuh dan mendukung berbagai fungsi seluler pada system kekebalan tubuh (innate immune dan adaptive imun) (BPOM, 2020). Selain itu Vitamin c berkontribusi dalam menjaga integritas sel, yang dapat melindungi sel terhadap spesies oksigen reaktif yang dihasilkan selama pernapasan dan pada respon peradangan (Wintergerst & Hornig, 2006) sehingga klaim inilah yang membuat banyak orang memilih vitamin c untuk digunakan sebagai salah satu terapi COVID-19. Berdasarkan hasil sebagian besar responden memilih mengkonsumsi vitamin C ketika sedang sakit. Responden yang memilih “Iya” mengkonsumsi vitamin c ketika sakit sebesar 93% dan memilih “Tidak” mengkonsumsi vitamin C ketika sakit sebesar 7%. Hal ini sesuai dengan klaim yang menyatakan bahwa vitamin C dapat membantu proses penyembuhan seseorang ketika sakit. Walaupun penggunaan profilaksis vitamin c tidak secara signifikan dapat mengurangi resiko terkena flu pada populasi umum. Namun dalam uji coba yang melibatkan pelari marathon, pemain ski, dan tentara yang terpapar pada latihan fisik ekstrem dan lingkungan dingin, penggunaan profilaksis vitamin C dalam dosis mulai dari 250 mg/hari hingga 1 g/hari dapat mengurangi kejadian pilek pada seseorang hingga 50% (BPOM, 2020). Pada populasi umum, penggunaan vitamin C profilaksis secara sederhana mengurangi durasi flu sebesar 8% pada orang dewasa dan 14% pada anak-anak (BPOM, 2020). Ketika diminum setelah timbulnya gejala pilek, vitamin C tidak mempengaruhi durasi pilek atau beratnya gejala (NIH, 2020b). Berdasarkan tiga uji terkontrol manusia telah melaporkan bahwa ada kejadian pneumonia yang secara signifikan lebih rendah pada kelompok suplemen vitamin C, hasil menunjukkan bahwa vitamin C dapat mencegah kerentanan terhadap infeksi saluran pernapasan yang lebih rendah dalam kondisi tertentu. COVID - 19 telah dilaporkan menyebabkan infeksi saluran pernapasan bawah, sehingga vitamin C bisa menjadi salah satunyapilihan efektif terapi penunjang COVID - 19 (Zhang et al, 2020). Berdasarkan komponen ketepatan tepat indikasi obat sudah rasional hal ini dapat dilihat berdasarkan pemilihan penggunaan vitamin C selama masa pandemi COVID-19 ini digunakan untuk membantu meningkatkan daya tahan tubuh sebesar 98% dan ketika sakit 93%.

Tepat dosis yaitu ketepatan suatu pemberian obat dengan dosis sesuai dengan range terapi (Depkes, 2017). Berdasarkan komponen ketepatan tepat dosis menurut hasil dari tabel sebagian besar responden melihat brosur obat terkait dosis sebelum mengkonsumsi vitamin C. Hasil dari tabel menyatakan responden yang menjawab “Iya” sebesar 83% dan yang menjawab “Tidak” melihat brosur obat sebelum mengkonsumsi Vitamin C sebesar 17%. Hal tersebut sejalan dengan penelitian sebelumnya yaitu bahwa alasan utama masyarakat selalu membaca petunjuk pada kemasan obat yang dijual bebas ialah supaya aman setelah mengkonsumsi obat tersebut, khususnya dosis dan masa berlaku obat (Puji 2015). Berdasarkan hasil dari 100 responden yang menggunakan vitamin C secara rasional saat pandemic

COVID-19 dari kriteria tepat dosis 98 % yang terdiri dari penggunaan vitamin 1 kali dalam sehari dan 2 kali sehari, sedangkan untuk responden yang tidak menggunakan vitamin secara tidak rasional sebesar 2 % yaitu penggunaan 3 kali sehari. Hasil dari penelitian mayoritas responden mengkonsumsi vitamin C sebesar 1000 mg per hari. Berdasarkan literature penggunaan profilaksis Vitamin C perhari yang diajurkan 250 mg-1000 mg perhari (BPOM, 2020). Batas penggunaan vitamin sebagai suplemen kesehatan adalah 1000 mg, Vitamin C 500-1000 mg dapat membantu memelihara daya tahan tubuh, suplementasi vitamin c pada keadaan sariawan, pendarahan gusi, kondisi penyembuhan ketika sakit/ operasi, serta bagi usia lanjut serta pembentuk kolagen (BPOM, 2020). Konsumsi vitamin C melebihi 2000 mg perhari dari suplemen dapat mengakibatkan dampak buruk seperti diare, mual, dan resiko lebih tinggi akan menyebabkan batu ginjal (Utami, 2013).

Tepat cara pemberian artinya cara pemberian obat harus tepat (Depkes, 2017) Berdasarkan komponen ketepatan tepat cara pemberian hasil dari 100 responden yang menggunakan vitamin C secara rasional saat pandemic COVID-19 dari kriteria rasional tepat pemberian sebesar 98% yang terdiri dari penggunaan vitamin 2 jam sesudah makan sebesar 98 %, sedangkan untuk penggunaan yang tidak rasional sebesar 8% yang terdiri dari 2 jam sebelum makan. Waktu konsumsi Vitamin C adalah pagi hari dimana dikonsumsi 2 jam sesudah makan, agar makanan dalam tubuh dicerna terlebih dahulu karena saat konsumsi vitamin dalam keadaan perut kosong dapat menimbulkan rasa mual pada sebagian orang bahkan diare saat mengkonsumsi vitamin C dalam keadaan perut kosong terutama jika dosis vitamin yang dikonsumsi tinggi. Dari hasil cara konsumsi vitamin C pada masa pandemic COVID-19 dikota Denpasar dengan cara dihisap sebesar 10%, dengan cara ditelan sebesar 68% dan dengan cara dilarutkan sebesar 22%. Yang mendominasi adalah penggunaan vitamin C dengan cara ditelan yaitu sebesar 68 %. Dari ahasil membaca aturan minum obat hasil menunjukkan sebesar responden 56% membaca aturan dan sebesar 44% tidak membaca aturan. Berdasarkan komponen ketepatan tepat cara pemberian obat sudah rasional hal ini dapat dilihat berdasarkan cara konsumsi vitamin C dimana untuk jenis vitamin C kapsul dan tablet ditelan, untuk jenis vitamin tablet evervescent dikonsumsi dengan cara dilarutkan terlebih dahulu. Hasil yang didapat dari waktu konsumsi rasional sebesar 89 %. Namun dalam membaca aturan konsumsi sebesar 44% belum rasional hal ini perlu diperbaiki dengan cara tenaga kesehatan lebih aktif dalam memberi informasi kepada masyarakat agar menciptakan kesadaran pada masyarakat untuk lebih aware dalam membaca aturan konsumsi obat sehingga efek samping dari penggunaan vitamin dapat terhindar.

Waspada terhadap efek samping, obat dapat menimbulkan efek samping yaitu efek tidak diinginkan yang timbul pada pemberian obat dengan dosis terapi, seperti timbulnya mual, muntah, gatal-gatal dan lain sebagainya (Depkes, 2017). Berdasarkan komponen ketepatan waspada efek samping hasil dari 100 responden sebanyak 81% menjawab “Iya” dalam membaca efek samping sebelum mengkonsumsi vitamin C dan sebanyak 19% menjawab “Tidak” dalam membaca efek samping obat. Dari hasil dari 100 responden sebanyak 91% menjawab “Tidak” mengalami efek samping setelah mengkonsumsi vitamin C, sebanyak 9% menjawab “Iya” mengalami efek samping yang terdiri dari gejala diare sebesar 1%, Mual 6% dan Muntah sebesar 2 %. Sesuai dengan hasil penelitian sebelumnya

keluhan yang paling umum efek samping vitamin C adalah diare, mual, muntah, kram perut dan gangguan gastrointestinal lainnya karena iritasi dan efek osmotik dari vitamin C yang tidak diserap dalam saluran pencernaan (Jacob & Sotoudeh, 2002). Dari hasil dari 100 responden yang mengalami iritasi lambung setelah mengkonsumsi vitamin C sebesar 17 % dan yang tidak mengalami iritasi lambung setelah mengkonsumsi vitamin C sebanyak 83%. Selama sepuluh tahun, vitamin C dosis tinggi dapat menstimulasi pembentukan oksalat dan meningkatkan absorpsi konsumsi oksalat yang memungkinkan mengakibatkan batu ginjal (Massey LK et al., 2005).

Tepat cara penyimpanan obat, yaitu obat disimpan dalam kemasan asli dan dalam wadah tertutup rapat (Depkes, 2017). Berdasarkan komponen ketepatan tepat penyimpanan obat, hasil dari 100 responden memilih menyimpan vitamin C disimpan pada suhu ruangan tidak terkena sinar matahari sebanyak 90%, disimpan dikulkas/dilemari pendingin sebanyak 9% dan disimpan pada suhu ruangan terkena sinar matahari sebanyak 1 %. Dari 100 responden sebanyak 36 % memilih membuka kemasan asli obat lalu menyimpan obat dalam wadah tertutup dan sebanyak 64% memilih tidak membuka kemasan asli obat dan membiarkan obat tetap dikemasan aslinya. Penyimpanan obat-obatan sebaiknya tetap disimpan dalam wadah asli (Puspita, 2019). Hal ini dilakukan untuk menjaga vitamin, obat, dan suplemen tersebut memerlukan kemasan tertentu untuk tetap menjaga kandungan atau zat yang terkandung sehingga obat tetap terjaga efektivitasnya. Beberapa suplemen kehilangan efektivitas ketika terkena cahaya dan harus disimpan dalam kontainer buram atau berwarna gelap. Hindari mengganti wadah vitamin Anda atau digabungkan dengan suplemen lain dalam satu wadah (Puspita, 2019).

## SIMPULAN DAN SARAN

### Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian rasionalitas dari penggunaan swamedikasi vitamin C selama masa pandemi COVID-19 maka disimpulkan Karakteristik responden yang paling mendominasi dalam melakukan swamedikasi vitamin C adalah usia 17-25 tahun dengan jenis kelamin wanita, berpendidikan tinggi strata s1 dan memiliki pekerjaan swasta. Swamedikasi Vitamin C di Kota Denpasar tergolong rasional dengan persentase keseluruhan sebesar 84,73%. Rasionalitas dilihat dari komponen Tepat Indikasi Obat, Tepat Dosis, tepat cara pemberian, Waspada Efek samping Obat, dan Tepat penyimpanan Obat.

### Saran

Masih banyaknya keterbatasan dalam penelitian ini, maka dari peneliti menyampaikan saran untuk penelitian selanjutnya Perlu adanya penelitian lebih lanjut terkait hubungan antara variable-variabel dalam karakteristik seperti pendidikan, pekerjaan dll.

## DAFTAR PUSTAKA

- BPOM RI. (2020a). *Buku saku Supplement Kesehatan Untuk Memelihara Daya Tahan Tubuh Dalam Menghadapi COVID-19*. Badan Pengawasan Obat dan Makanan Republik Indonesia.
- BPOM RI. (2020b). *Informatorium Obat COVID-19 Di Indonesia*. . Badan Pengawasan Obat dan Makanan Republik Indonesia.
- Carr, A. C., & Maggini, S. (2017). Vitamin C and immune function. *Nutrients*, 9(11), 1–25. <https://doi.org/10.3390/nu9111211>
- CDC. (2020). *Vaccines Testing and the Approval Procrss*. Prevention, Centers for Disease Control And. <https://www.cdc.gov/vaccines/basics/test-approve.html>
- Chen N, Zhou M, Dong X, et al. (2020). Epidemiological and clinical characteristics of 99 cases of 2019 novel coronavirus pneumonia in Wuhan, China : *A Descriptive Study*, 507–513. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30211-7](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30211-7)
- Cheng RZ, Kogan M, D. D. (2020). Ascorbate as Prophylaxis and Therapy for COVID-19—Update From Shanghai and U.S. Medical Institutions. *Glob Adv Heal Med*, 9. <https://doi.org/216495612093476>
- Chotimah, C. (2003). *Perilaku konsumsi suplemen pada wanita dewasa di Kota Bogor*. Bogor : Jurusan Gizi Masyarakat dan Sumberdaya Keluarga, Institut Pertanian Bogor.
- Depkes RI. (2006). *Kriteria Penggunaan Obat Rasional*. Jakarta :Departemen Kesehatan RI.
- E. S. Wintergerst, S. M. and D. H. H. (2006). Immune-Enhancing Role of Vitamin C and Zinc and Effect on Clinical Conditions. *Annals of Nutrition and Metabolism*, Vol 50(2), 85–94. <http://dx.doi.org/10.1159/000090495>
- Erlina B, Fathiyah I, A. D. S. (2020). *Pneumonia COVID19. Diagnosis dan Tatalaksana di Indonesia*. Jakarta : Perhimpunan Dokter Paru Indonesia.
- Haenen, G R R M., & A. B. (2002). The use of vitamin supplements in self-medication. *PMC Article*, 57(2), 119–122.
- Harahap, N. A., Khairunnisa, K., & Tanuwijaya, J. (2017). Patient knowledge and rationality of self-medication in three pharmacies of Panyabungan City, Indonesia. *Jurnal Sains Farmasi & Klinis*, 3(2), 186. <https://doi.org/10.29208/jsfk.2017.3.2.124>
- Jacob, R, A., & Soutoudeh, F. G. (2002). *Vitamin C Function and status in Chronic Disease*. 5(2), 66–72.
- Kemenkes RI. (n.d.). Pedoman Pencegahan dan Pengendalian Corona Disease (COVID-19). *Germas*, 0–115.
- Kristina, S. A., Prabandari, Y. S., & Sudjaswadi, R. (2007). Perilaku Pengobatan Sendiri Yang Rasional Pada Masyarakat. *Berita Kedokteran Masyarakat*, 23(4), 176.
- Massey LK, et al. (2005). Ascorbate Increases Human Oxaluria and Kidney Stone Risk. *F Nutr*, 135:1673.
- Nanda P, Wardiyah. (2019). *The Development of Motion Graphic as Education*

*Material For Promoting Adequate Home Drug Storage. 10, 92–101.*

NIH. (2020). Vitamin C Fact Sheet For Health Professionals. *Retrieved from NIH (National Institute of Health) Office of Dietary Supplements.*

Puji Lestari & Purnama Cahya. (2015). *Literasi Informasi tentang Kemasan Produk Obat Bebas. Universitas Pembangunan Nasional. Vol 2, 357–375.*  
<https://doi.org/10.36525/sanitas.2019.10>

Rina, Winda Martha, Abidillah Mursyid, dan W. K. (2009). Perbedaan Tingkat Pengetahuan Terhadap Konsumsi Suplemen Pada Anggota Klub Olahraga YUSO (Yuwana Sarana Olahraga Sleman". *Jurnal Nutrisis.*

Viva Health. (2004). *Seluk Beluk Food Suplemen.* PT Gramedia Pustaka Utama.

WHO. (2000a). Guidelines for the Regulatory Assessment of Medicinal Products for Use in Self-Medication. *World Health Organization.*  
<https://doi.org/10.1038/clpt.2008.254>

WHO. (2000b). Guidelines for the Regulatory Assessment of Medicinal Products for Use in Self-Medication. In *World Health Organization.* Geneva : World Health Organization.