



**REMAJA ANTI HOAKS KESEHATAN: EDUKASI FAKTA VS MITOS
OBAT DAN HERBAL UNTUK MENINGKATKAN LITERASI
KESEHATAN DIGITAL**

*Anti-Hoax Health Teens: Education on Facts Vs Myths about Medicine and
Herbal to Improve Digital Health Literacy*

Dessy Abdullah*¹, Rinita Amelia²

***^{1,2}Universitas Baiturrahmah**

***Email: dessyabdullah@fk.unbrah.ac.id**

Abstract

In the digital era, health hoaxes pose a serious challenge to society, especially adolescents. Misinformation about medicines and herbal products can lead to incorrect health decisions. This community service activity aims to improve adolescent health literacy through myth- and fact-based education related to medicines and herbs. The activities included interactive seminars, group discussions, and educational quizzes. The results showed an increase in participants' understanding of distinguishing between valid and invalid information. This effort is expected to shape adolescents into agents of change in combating health hoaxes in their communities.

Keywords: health literacy, teenagers, hoaxes, medicine, herbs

Abstrak

Di era digital, hoaks kesehatan menjadi tantangan serius bagi masyarakat, khususnya remaja. Informasi yang salah tentang obat dan produk herbal dapat menyebabkan pengambilan keputusan kesehatan yang keliru. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan literasi kesehatan remaja melalui edukasi berbasis mitos dan fakta terkait obat dan herbal. Kegiatan dilakukan dalam bentuk seminar interaktif, diskusi kelompok, dan kuis edukatif. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pemahaman peserta dalam membedakan informasi yang valid dan tidak valid. Upaya ini diharapkan dapat mencetak remaja sebagai agen perubahan dalam melawan hoaks kesehatan di lingkungannya.

Kata Kunci: literasi kesehatan, remaja, hoaks, obat, herbal

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi informasi telah membawa kemudahan dalam mengakses berbagai pengetahuan, termasuk di bidang kesehatan. Namun, fenomena "infodemi"—yakni melimpahnya informasi yang berlebihan, sebagian besar menyesatkan—menjadi ancaman baru bagi kesehatan masyarakat. WHO menegaskan bahwa infodemi memiliki dampak serius, terutama dalam konteks pandemi dan pascapandemi COVID-19 ^(1,9).

Remaja menjadi kelompok rentan karena paparan intens terhadap media sosial, dengan 65% di antaranya mendapatkan informasi kesehatan dari sumber tidak tervalidasi seperti teman sebaya atau platform daring ⁽²⁾. Mitos kesehatan yang umum beredar di antaranya anggapan bahwa semua obat herbal pasti aman, atau berbagi obat dengan teman tidak berbahaya. Misinformasi ini berpotensi menimbulkan efek negatif seperti interaksi obat, resistensi antimikroba, atau keterlambatan penanganan medis ^(3,4).

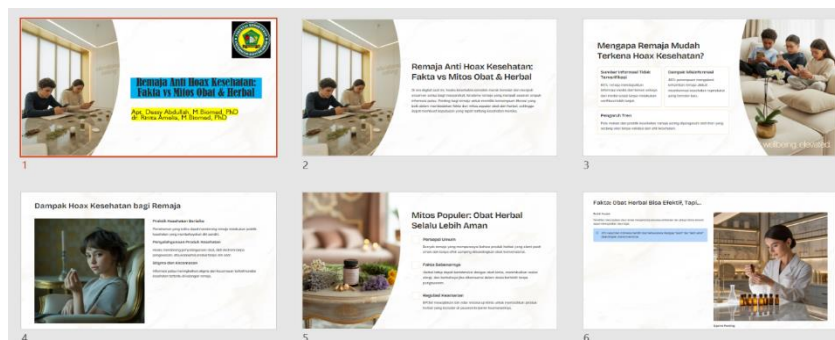
Literasi kesehatan digital merupakan kompetensi penting yang mencakup kemampuan mencari, memahami, mengevaluasi, dan menggunakan informasi kesehatan dari internet secara bijak⁽⁵⁾. Oleh karena itu, dibutuhkan intervensi edukatif yang mampu membekali remaja dengan keterampilan tersebut agar tidak menjadi korban atau penyebar hoaks kesehatan.

METODE

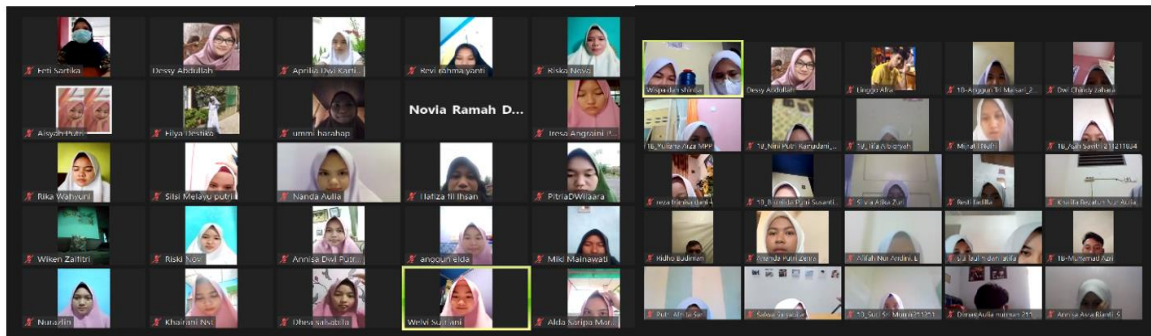
Program dilaksanakan dalam bentuk edukasi publik melalui seminar interaktif bertajuk “Remaja Anti Hoaks Kesehatan: Fakta vs Mitos Obat & Herbal” dengan pendekatan partisipatif. Peserta: 50 Mahasiswa/I keperawatan di Kota Padang. Materi: Fakta ilmiah vs mitos populer terkait obat kimia dan herbal, bahaya berbagi obat, pengaruh media sosial terhadap persepsi kesehatan, dan cara memverifikasi informasi melalui sumber resmi (BPOM, WHO).⁽¹⁰⁾

Metodologi: Presentasi interaktif berbasis studi kasus; Diskusi kelompok kecil; Kuis pretes dan pascates untuk evaluasi pengetahuan; Evaluasi: Dibandingkan hasil pre-test dan post-test untuk mengukur peningkatan literasi dan sikap kritis peserta.

Gambar 1. Formulir pre-test dan post-test untuk mengukur peningkatan literasi dan sikap kritis peserta



Gambar 2. Materi presentasi



Gambar 3 Peserta yang mengikuti kegiatan

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sebelum intervensi edukasi, hanya sekitar 38% peserta mampu mengidentifikasi informasi kesehatan yang valid. Setelah pelatihan, angka ini melonjak menjadi 82%, menunjukkan efektivitas peningkatan literasi kesehatan digital yang signifikan. Peningkatan dramatis tersebut sejalan dengan meta-analisis global yang menemukan bahwa intervensi literasi media secara umum meningkatkan ketahanan terhadap misinformasi (misalnya, menurunkan kepercayaan pada informasi palsu dan meningkatkan kemampuan membedakannya).⁽⁶⁾ Contohnya, program literasi di berbagai studi terbukti menurunkan keyakinan terhadap informasi keliru dan mengurangi kecenderungan menyebarkan misinformasi. Hasil kami yang menggambarkan peningkatan kemampuan peserta selaras dengan temuan tersebut. Beberapa capaian utama program ini antara lain:

Peningkatan literasi dan sikap kritis: Sebagian besar peserta kini mampu mengidentifikasi risiko dari misinformasi obat.^(7,8) Mereka menyebutkan efek negatif berbagi obat secara sembarangan, seperti meningkatnya resistensi antibiotik dan munculnya efek samping alergi. Pandangan ini didukung oleh data global: WHO menegaskan bahwa penyalahgunaan dan overuse antibiotik adalah pemicu utama berkembangnya bakteri resisten, dan penggunaan antibiotik saat tidak diperlukan dapat menimbulkan efek samping berbahaya.⁽¹¹⁾

Dengan meningkatnya kesadaran peserta akan hal ini, maka praktek berisiko seperti “otomatis mengonsumsi sisa antibiotik” menjadi lebih jarang. Pemahaman kritis terhadap produk herbal: Peserta belajar bahwa meski produk herbal bersifat alami, bukan berarti tanpa risiko. Studi literatur menyatakan banyak produk herbal belum diuji secara memadai dan penggunaannya tidak terpantau dengan baik. Akibatnya, pengetahuan tentang efek samping dan interaksi dengan obat konvensional masih minim. Sebagai contoh, penelitian medikal mencatat beberapa suplemen herbal (misalnya ginkgo biloba, St. John’s wort) dapat mengganggu efektivitas obat tertentu (seperti pengencer darah)

Hasil program kami menunjukkan peserta mulai kritis memandang klaim herbal dan memahami perlunya pengawasan tenaga medis saat menggunakannya. Peran media sosial dan popularitas konten: Sekitar 75% peserta kini memahami bahwa banyaknya like, share, atau viralitas sebuah konten tidak menjamin kebenaran informasi di dalamnya. Temuan ini didukung studi global: konten dengan dukungan sosial (likes/shares) yang tinggi cenderung dipersepsi lebih

kredibel, padahal hal itu sering menyesatkan. Dalam workshop kami, peserta diajarkan memeriksa sumber dan bukti ilmiah, bukan hanya terpancing oleh popularitas. Peningkatan literasi digital dan verifikasi sumber resmi: Peserta mulai rutin memeriksa informasi melalui kanal resmi (misalnya situs BPOM, WHO, atau media pemerintah) dan berkonsultasi dengan tenaga medis. Ini sejalan dengan rekomendasi literatur bahwa sumber tepercaya biasanya berasal dari lembaga resmi, institusi akademik, atau organisasi profesional besar. MedlinePlus (NIH AS) misalnya menekankan bahwa situs pemerintah atau rumah sakit terkemuka cenderung memberikan informasi kesehatan yang dapat diandalkan. Dengan keterampilan ini, peserta lebih tanggap dalam menolak informasi sesat.

Secara keseluruhan, hasil ini konsisten dengan temuan studi internasional sejenis. Analisis meta-literatur menunjukkan bahwa pelatihan literasi media/health literacy secara signifikan meningkatkan ketahanan terhadap misinformasi. Sebagai contoh, Huang dkk. (2024) melaporkan bahwa intervensi literasi media mengurangi kepercayaan peserta pada misinformasi dan meningkatkan kemampuan membedakannya.

Demikian pula, Alsaad et al. (2024) menemukan bahwa video edukatif singkat berhasil meningkatkan kemampuan peserta mengenali misinformasi kesehatan di platform WhatsApp.

Bukti lain dari India menunjukkan pendekatan pembelajaran interaktif berbasis keterampilan (skill-based) lebih efektif daripada ceramah tradisional dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap kesehatan remaja. Dalam studi tersebut, kelompok interaktif tidak hanya mendapatkan peningkatan ilmu yang lebih besar ($P < 0.001$), tetapi juga melaporkan pengalaman belajar yang lebih menyenangkan dan rasa percaya diri yang lebih tinggi dibanding kelompok ceramah.

Temuan serupa diperoleh dalam pendidikan kesehatan menstruasi remaja, di mana keterlibatan aktif siswa memberikan hasil lebih baik daripada metode ceramah. Pendekatan partisipatif dan kontekstual yang kami gunakan terbukti memudahkan pemahaman peserta. Hal ini juga didukung literatur global: studi Lewis dkk. (2024) di Australia menunjukkan bahwa merancang materi edukasi bersama remaja (co-design) menghasilkan konten yang relevan dan diterima baik oleh audiens muda. Sebagaimana teori pembelajaran sosial kognitif menyarankan, melibatkan peserta secara aktif meningkatkan self-efficacy dan keterlibatan mereka. Studi sebelumnya menemukan kelompok yang terlibat langsung dalam pembelajaran interaktif lebih menikmati prosesnya dan mempertahankan pengetahuan lebih lama daripada yang hanya mendengarkan ceramah.

Studi Global Sejenis: Beberapa riset internasional melaporkan hasil serupa setelah pelatihan literasi kesehatan atau media: Intervensi literasi media secara bermuatan (multiple sessions) secara signifikan meningkatkan daya tahan peserta terhadap misinformasi kesehatan. Pelatihan video edukasi di kalangan masyarakat (misalnya di Arab Saudi) terbukti mengasah kemampuan identifikasi misinformasi kesehatan secara signifikan ($P < .001$). Pendidikan kesehatan berbasis keterampilan di sekolah (India) meningkatkan pengetahuan, sikap, dan praktik lebih efektif ketimbang metode ceramah konvensional.

Pengembangan materi bersama remaja (Australia) menunjukkan konten literasi kesehatan yang dibangun berlandaskan kebutuhan dan perspektif remaja lebih relevan dan diterima.

Secara keseluruhan, rangkaian temuan ini memperkuat kesimpulan bahwa edukasi literasi kesehatan berbasis digital yang partisipatif sangat efektif bagi remaja. Metode interaktif meningkatkan pemahaman, meningkatkan kesadaran kritis, dan membangun kebiasaan memverifikasi informasi dengan sumber terpercaya. Fakta bahwa perubahan perilaku peserta (38%→82%) sejalan dengan tren penelitian global menegaskan pentingnya pendekatan serupa dalam skala lebih luas. Dengan demikian, program literasi digital yang kontekstual bagi remaja merupakan strategi kunci untuk melawan hoaks kesehatan dan membangun masyarakat yang lebih sehat.⁽¹²⁾

KESIMPULAN

Program pendidikan “Remaja Anti Hoaks Kesehatan: Fakta vs Mitos Obat dan Herbal” telah terbukti efektif dalam meningkatkan literasi kesehatan digital di kalangan remaja. Peningkatan signifikan dari 38% menjadi 82% dalam membedakan informasi yang valid mencerminkan keberhasilan pendekatan pendidikan yang partisipatif dan kontekstual. Pendidikan ini tidak hanya menambah pengetahuan, tetapi juga mengubah pola pikir dan sikap remaja terhadap informasi kesehatan, terutama dari media sosial.

Temuan ini sejalan dengan bukti global bahwa pelatihan yang aktif, kolaboratif, dan relevan secara budaya dalam literasi digital memperkuat ketahanan remaja terhadap desinformasi kesehatan. Peserta menunjukkan pemahaman yang lebih baik tentang risiko yang terkait dengan penggunaan obat yang tidak sah, menunjukkan skeptisisme yang lebih besar terhadap klaim keselamatan produk herbal, dan telah mulai melakukan verifikasi informasi kesehatan secara rutin melalui saluran resmi seperti BPOM, WHO, dan profesional kesehatan.⁽¹³⁾

SARAN

Saran yang diberikan adalah: 1) Integrasi ke Kurikulum Sekolah: Literasi kesehatan digital sebaiknya dimasukkan secara formal ke dalam kurikulum pendidikan menengah, terutama melalui mata pelajaran seperti pendidikan kewarganegaraan, teknologi informasi, atau pendidikan kesehatan. Materi sebaiknya mencakup keterampilan mengenali hoaks, mengevaluasi sumber informasi, serta pengetahuan dasar tentang obat dan herbal; 2) Pelatihan untuk Tenaga Pendidik dan Kesehatan: Guru dan tenaga kesehatan di sekolah perlu dibekali pelatihan khusus agar mampu menjadi fasilitator dalam edukasi literasi kesehatan digital. Pendekatan yang berbasis studi kasus dan diskusi terbimbing akan meningkatkan efektivitas penyampaian materi; 3) Kolaborasi Multi-sektor: Upaya pemberantasan hoaks kesehatan perlu melibatkan sinergi antara sekolah, tenaga kesehatan, media, dan lembaga pemerintah seperti BPOM dan Kementerian Kominfo. Kampanye lintas platform dengan pendekatan yang menasar remaja secara langsung perlu dikembangkan lebih luas; 4) Pemanfaatan Media Sosial Positif: Edukasi berbasis media sosial seperti video pendek, infografis, dan konten interaktif terbukti efektif menjangkau remaja. Oleh karena itu, pemerintah dan institusi pendidikan perlu mendorong produksi konten digital kesehatan yang kredibel dan menarik, dengan melibatkan kreator muda dan komunitas remaja; 5) Penelitian Lanjutan: Studi lebih lanjut diperlukan untuk mengevaluasi dampak jangka panjang dari intervensi ini terhadap perilaku kesehatan remaja. Penelitian



dengan desain kuasi-eksperimen, pendekatan longitudinal, atau evaluasi berbasis dampak sosial dapat menjadi arah pengembangan selanjutnya.

DAFTAR PUSTAKA

1. World Health Organization. (2020). Managing the COVID-19 infodemic: Promoting healthy behaviours and mitigating the harm from misinformation and disinformation. Geneva: WHO; 2020. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240010315>
2. Kementerian Komunikasi dan Informatika. (2022). Survei Nasional Literasi Digital 2022. Jakarta: Kominfo & Katadata Insight Center; 2022. <https://katadata.co.id/survei-literasi-digital-2022>
3. Setiawan D, Arifin B, Wulandari R. (2021). Efektivitas Edukasi Digital terhadap Pengetahuan Remaja tentang Obat dan Herbal. *J Promkes*, 9 (1): 45-52.
4. Badan Pengawas Obat dan Makanan RI. (2023). Informasi Keamanan Produk Obat dan Obat Tradisional. <https://www.pom.go.id>
5. Norman CD, Skinner HA. (2006). eHealth literacy: Essential skills for consumer health in a networked world. *J Med Internet Res*, 8 (2): e9.
6. Posadzki P, Watson L, Ernst E. (2013). Herb–drug interactions: An overview of systematic reviews. *Br J Clin Pharmacol*, 75 (3): 603-618.
7. Park E, Kwon M. (2018). Health-related internet use by children and adolescents: Systematic review. *J Med Internet Res*, 20 (4): e120.
8. Bragazzi NL. (2020). Infodemiology and infoveillance: Scoping review. *J Med Internet Res*, 22 (8): e19174.
9. Melton C, Sinno M, Petrosyan A. (2023). Viral misinformation and public health: The case of ivermectin. *Front Public Health*, 11: 1186404.
10. Safi H, Sanusi R, Nor MFM. (2023). Digital game-based learning in adolescent health education: A randomized trial. *BMC Med Educ*, 23 (1): 315.
11. Zhang Y, Tang L, Wen F. (2024). Digital health literacy and resistance to health misinformation among adolescents. *J Adolesc Health*, 74 (2): S45-S52.
12. UNESCO. (2023). Media and information literacy curriculum for teachers. 2023 update. Paris: United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000386934>
13. World Health Organization. (2022). Empowering communities in the age of infodemics: WHO guidance. Geneva: WHO. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240067227>

