

SOSIALISASI KEGIATAN WEBINAR: KENALI BAHAYA PENYALAHGUNAAN OBAT SEDATIF SEJAK DINI

**Herman Widjaja^{1*}, Aryanilo², Adylla Adawiyah Haryana³, Junaida
Pramesti⁴, Mario Parningotan Hutapea⁵, Susana Jelita Lestari
Tandang⁶, Pida Khaerunisa⁷, Raditha Dellafanny⁸, Fulgencia
Maria Amelia De Jesus Soares⁹, & Winda Novaliani¹⁰**

^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,&10}Program Studi Ilmu Farmasi, Fakultas Farmasi, Universitas 17 Agustus
1945 Jakarta, Jalan Sunter Permai Raya, Jakarta Utara, Daerah Khusus Ibukota
Jakarta 14350, Indonesia

*Email: hermanwijaya0303@gmail.com

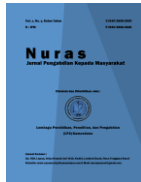
Submit: 08-04-2026; Revised: 05-07-2026; Accepted: 06-07-2026; Published: 11-07-2026

ABSTRAK: Penyalahgunaan obat sedatif masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang dapat menyebabkan ketergantungan, gangguan fungsi kognitif, gangguan pernapasan, serta berbagai dampak sosial yang merugikan. Rendahnya pengetahuan masyarakat, khususnya mahasiswa mengenai penggunaan obat sedatif yang aman menjadi salah satu faktor yang meningkatkan risiko penyalahgunaan. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran peserta mengenai bahaya penyalahgunaan obat sedatif sejak dini. Metode yang digunakan adalah webinar edukatif yang dilaksanakan melalui *zoom meeting* dengan peserta sebanyak 20 orang yang terdiri dari mahasiswa dan masyarakat umum. Materi disampaikan melalui presentasi, diskusi interaktif, dan sesi tanya jawab. Evaluasi kegiatan dilakukan menggunakan metode *pre-test* dan *post-test* untuk mengukur tingkat pemahaman peserta setelah mengikuti webinar. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa seluruh peserta mengikuti kegiatan hingga selesai dan mengisi *post-test*. Tingkat pengetahuan peserta setelah mengikuti webinar tergolong tinggi dengan persentase jawaban benar berkisar antara 70%–100% pada setiap indikator. Pemahaman tertinggi terdapat pada materi contoh obat golongan benzodiazepin dengan persentase jawaban benar mencapai 100%, sedangkan pemahaman terendah terdapat pada materi golongan sedatif yang memiliki risiko ketergantungan tertinggi sebesar 70%. Secara umum terjadi peningkatan pengetahuan peserta dengan rata-rata tingkat pemahaman mencapai 85%. Peserta memberikan respons positif terhadap materi yang disampaikan dan aktif berpartisipasi dalam sesi diskusi serta tanya jawab. Dampak nyata kegiatan ini adalah meningkatnya kesadaran peserta mengenai bahaya penyalahgunaan obat sedatif dan pentingnya penggunaan obat sesuai dengan anjuran tenaga kesehatan sebagai upaya pencegahan penyalahgunaan obat di kalangan mahasiswa dan masyarakat.

Kata Kunci: Kesehatan Masyarakat, Obat Sedatif, Peningkatan Pengetahuan, Penyalahgunaan Obat, Webinar Edukasi.

ABSTRACT: Sedative drug abuse remains a public health issue that can lead to dependency, cognitive impairment, respiratory problems, and various adverse social consequences. Limited public knowledge particularly among university students regarding the safe use of sedative drugs is a factor that increases the risk of abuse. This activity aimed to raise participant knowledge and awareness regarding the dangers of sedative drug abuse from an early stage. An educational webinar conducted via Zoom served as the method, involving 20 participants comprising university students and the general public. The material was delivered through presentations, interactive discussions, and Q&A sessions. Evaluation was conducted using *pre-test* and *post-test* methods to measure participants' level of understanding following the webinar. Results showed that all participants completed the activity and submitted the *post-test*. Participants demonstrated a high level of knowledge after the webinar, with correct answer rates ranging from 70% to 100% across all indicators. The highest level of understanding was observed regarding examples of benzodiazepine drugs (100% correct answers), while the lowest was regarding the sedative class with the highest risk of dependency (70% correct answers). Overall, there was an increase in participant knowledge, with an average understanding level of 85%. Participants responded

Uniform Resource Locator: <https://e-journal.lp3kamandanu.com/index.php/nuras>



positively to the material and actively engaged in the discussion and Q&A sessions. The tangible impact of this activity was heightened participant awareness regarding the dangers of sedative drug abuse and the importance of using medication according to healthcare professionals' recommendations, thereby helping to prevent drug abuse among students and the general public.

Keywords: Public Health, Sedative Drugs, Knowledge Enhancement, Drug Abuse, Educational Webinar.

How to Cite: Widjaja, H., Aryanilo, A., Haryana, A. A., Pramesti, J., Hutapea, M. P., Tandang, S. J. L., Khaerunisa, P., Dellafanny, R., Soares, F. M. A. D. J., & Novaliani, W. (2026). Sosialisasi Kegiatan Webinar: Kenali Bahaya Penyalahgunaan Obat Sedatif Sejak Dini. *Nuras : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(3), 1106-1115. <https://doi.org/10.36312/nuras.v6i3.1242>



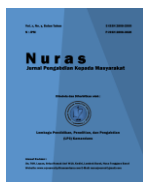
Nuras : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat is Licensed Under a CC BY-SA [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

PENDAHULUAN

Obat sedatif merupakan golongan obat yang bekerja dengan menekan aktivitas sistem saraf pusat, sehingga dapat menimbulkan efek menenangkan, mengurangi kecemasan, dan membantu tidur. Dalam dunia medis, obat ini memiliki manfaat yang besar apabila digunakan sesuai indikasi dan pengawasan tenaga kesehatan. Namun, penyalahgunaan obat sedatif dapat menimbulkan berbagai dampak negatif, seperti gangguan fungsi otak, ketergantungan, gangguan pernapasan, hingga risiko toksisitas (BPOM, 2020). Kurangnya pemahaman masyarakat, khususnya generasi muda mengenai bahaya penyalahgunaan obat sedatif menjadi salah satu faktor meningkatnya kasus tersebut. Oleh karena itu, diperlukan kegiatan edukatif berupa webinar untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran mahasiswa mengenai aspek farmakologi dan toksikologi obat sedatif serta dampak penyalahgunaan (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2021).

Penggunaan obat golongan sedatif biasanya diindikasikan bagi orang yang mengalami kondisi ansietas atau insomnia. Obat sedatif dibagi menjadi tiga golongan antara lain barbiturate, benzodiazepine, dan *z-drugs* (Maust *et al.*, 2019). Obat sedatif memberikan efek euforia yang menyebabkan penggunaanya ketergantungan, sehingga terjadi penyalahgunaan obat tersebut dengan pemakaian dosis tinggi. Studi ini bertujuan untuk mengidentifikasi dampak yang ditimbulkan dari penggunaan obat sedatif (Stahl, 2021).

Pada kalangan remaja, penyalahgunaan obat sedatif dapat menimbulkan kekacauan pada kegiatan belajar mengajar di kelas, dan juga berpotensi melakukan tindakan kriminal. Penyalahgunaan obat didefinisikan sebagai penggunaan obat-obatan ilegal atau peresepan atau penggunaan obat OTC (*Over-The-Counter*) untuk tujuan yang tak semestinya, atau dalam jumlah yang tak semestinya yang dapat mengarah kepada permasalahan sosial, fisik, emosional, hingga pekerjaan. Berdasarkan data WHO pada tahun 2019, terdapat lebih dari 180.000 kematian yang berhubungan dengan gangguan penggunaan obat-obatan terlarang, termasuk alkohol dan nikotin (WHO, 2019). Dilaporkan bahwa per tahunnya terdapat setengah juta kematian akibat penggunaan obat terlarang, salah



satu obat-obatan yang disalahgunakan adalah sedatif (Lembke *et al.*, 2018). Sedatif merupakan obat depresan yang bekerja pada sistem saraf pusat dan secara primer digunakan sebagai terapi pada gangguan insomnia, ansietas, relaksasi otot, dan antikonvulsan (UNODC, 2023). Penyalahgunaan sedatif disebabkan karena efek hipnotik-sedatif yang dapat mengarah pada peningkatan dosis penggunaan tanpa pantauan dari tenaga kesehatan atau setelah insomnia, ansietas, atau rasa sakit mereda (Zolezzi *et al.*, 2018).

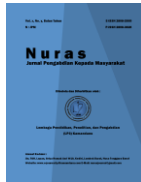
Secara garis besar, terdapat tiga jenis utama yang termasuk ke dalam golongan sedatif, di antaranya adalah *barbiturate* (dapat digunakan secara tunggal atau diperuntukkan sebagai anestesi, contohnya seperti pentobarbital dan fenobarbital), *benzodiazepine* (diperuntukkan menangani *seizures*, kejang otot, dan ansietas sebelum prosedur medis seperti operasi, contohnya adalah *alprazolam*, *diazepam*, *lorazepam*, dan sebagainya), dan *z-drugs* (obat tidur yang bekerja secara spesifik terhadap reseptor sistem saraf pusat yang disebut BZ1, contohnya adalah *zolpidem*, *zaleplon*, dan *eszopiclone*). Obat-obatan sedatif bermanfaat untuk mengatasi ansietas dan insomnia, akan tetapi penggunaannya dapat mengarah pada adiksi dan ketergantungan yang dapat beresiko terhadap ketiga jenis obat yang telah disebutkan sebelumnya (Katzung *et al.*, 2021).

Apabila seorang individu mengalami ketergantungan terhadap obat tertentu, maka individu tersebut memerlukan dosis yang lebih tinggi untuk memberikan efek, dan terdapat efek secara fisik atau psikologis yang ditimbulkan saat konsumsi obat tersebut dihentikan (Rang *et al.*, 2019). Oleh karena itu, penghentian konsumsi obat sedatif tak bisa dihentikan begitu saja, tetapi dapat dilakukan dengan pengurangan dosis secara berkala. Selain euforia, terdapat dampak berbahaya lainnya yang dapat ditimbulkan akibat penyalahgunaan sedatif (Goodman *et al.*, 2018). Oleh karena itu, penulis melakukan kajian literatur terhadap penyalahgunaan sedatif dan dampaknya terhadap pengguna. Adapun tujuan kajian literatur ini adalah untuk memberikan gambaran dan sebagai penyedia informasi yang *up-to-date* terkait dampak penyalahgunaan sedatif.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dalam bentuk webinar edukatif bertema "Kenali Bahaya Penyalahgunaan Obat Sedatif Sejak Dini" yang diselenggarakan secara daring melalui platform *zoom meeting* pada tanggal 13 Januari 2026. Sasaran kegiatan adalah mahasiswa Universitas 17 Agustus 1945 Jakarta dan masyarakat umum dengan jumlah peserta sebanyak 20 orang. Metode pelaksanaan kegiatan menggunakan pendekatan edukatif melalui penyuluhan kesehatan yang dikombinasikan dengan presentasi, diskusi interaktif, serta sesi tanya jawab. Kegiatan diawali dengan registrasi peserta, kemudian dilanjutkan dengan penyampaian materi mengenai pengertian obat sedatif, jenis-jenis obat sedatif, mekanisme kerja, dampak penyalahgunaan terhadap kesehatan fisik dan mental, serta upaya pencegahan penyalahgunaan obat sedatif. Penyampaian materi dilakukan menggunakan media *PowerPoint* yang dirancang secara komunikatif agar mudah dipahami oleh peserta.

Evaluasi kegiatan menggunakan desain *one-group post-test evaluation*, yaitu penilaian yang dilakukan setelah peserta mengikuti seluruh rangkaian

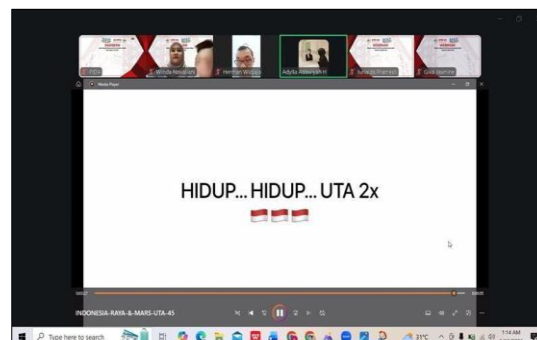


webinar. Instrumen evaluasi berupa *post-test* yang terdiri atas lima soal pilihan ganda untuk mengukur tingkat pemahaman peserta mengenai materi yang telah disampaikan. Indikator yang diukur meliputi konsep dasar obat sedatif, neurotransmitter yang berperan dalam mekanisme kerja obat sedatif, golongan obat sedatif yang berisiko menyebabkan ketergantungan, indikasi klinis golongan *z-drugs*, serta contoh obat golongan *benzodiazepin*. Selain *post-test*, peserta juga diminta mengisi formulir evaluasi melalui *google form* untuk memberikan umpan balik mengenai kualitas materi, penyampaian narasumber, serta pelaksanaan webinar secara keseluruhan. Umpan balik tersebut digunakan sebagai bahan evaluasi untuk meningkatkan kualitas kegiatan pengabdian pada pelaksanaan berikutnya.

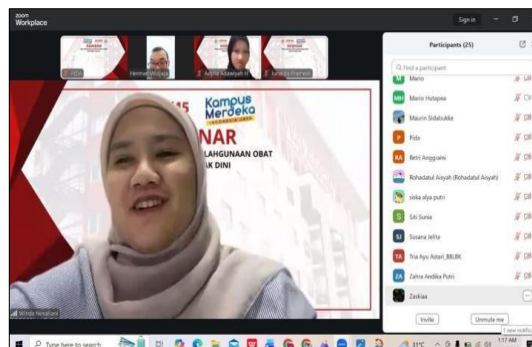
Data hasil *post-test* dianalisis secara deskriptif kuantitatif dengan menghitung jumlah dan persentase jawaban benar pada setiap indikator pertanyaan. Hasil analisis disajikan dalam bentuk tabel dan grafik untuk memberikan gambaran mengenai tingkat pemahaman peserta setelah mengikuti webinar. Keberhasilan kegiatan dinilai berdasarkan tingkat pemahaman peserta yang ditunjukkan melalui hasil *post-test*, partisipasi aktif selama sesi diskusi dan tanya jawab, serta hasil evaluasi kepuasan peserta terhadap pelaksanaan kegiatan.

HASIL DAN DISKUSI

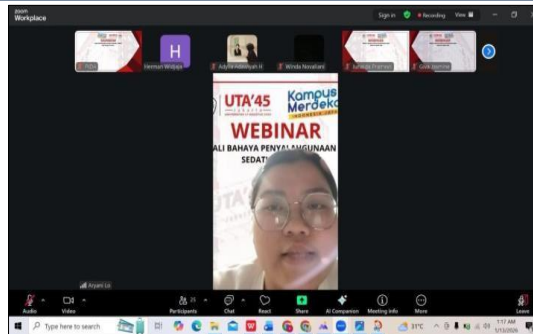
Kegiatan ini dilaksanakan menggunakan webinar dengan tema “Kenali Bahaya Penyalahgunaan Obat Sedatif Sejak Dini” melalui *zoom meeting* dengan mengundang mahasiswa dan mahasiswi Universitas 17 Agustus 1945 Jakarta dan masyarakat disertai dengan *post-test* pada akhir kegiatan.



Gambar 1. Menyanyikan Lagu Indonesia Raya & Mars Universitas 17 Agustus 1945.



Gambar 2. Pembagian Link Post-test.



Gambar 3. Sesi Tanya Jawab.

Kegiatan ini juga melibatkan sesi tanya jawab untuk menjawab pertanyaan peserta mengenai penggunaan obat sedatif sejak dini. Selama kegiatan, dilakukan *post-test* untuk mengukur tingkat pemahaman peserta sebelum dan sesudah webinar, dengan soal penyalahgunaan obat sedatif sejak dini.

Beberapa Soal *Pre-test* dan *Post-test*

1. Apa yang di maksud dengan obat sedatif?
 - a) Zat atau obat untuk menghilangkan rasa sakit
 - b) Zat atau obat yang fungsinya merelaksasi otot, menghilangkan kecemasan, dan menginduksi tidur
 - c) Zat atau obat yang fungsinya untuk menekan peradangan dan mengurangi aktivitas sistem kekebalan
 - d) Obat atau zat yang digunakan untuk meredakan atau mencegah gejala alergi

Jawaban: b

2. Saat mengonsumsi obat sedatif, tubuh akan memproduksi neurotransmitter penghambat yang bernama?
 - a) Dopamin
 - b) Asetilkolin
 - c) Glutamat
 - d) Asam Gamma Amino-Butirat (GABA)

Jawaban: d

3. Di antara golongan obat sedatif, mana yang memiliki resiko ketergantungan dan penyalahgunaan yang tinggi?
 - a) Benzodiazepine
 - b) Barbitruat
 - c) Z-Drugs
 - d) Antihistamin generasi 1

Jawaban: b

4. Golongan obat sedatif z-drugs, memiliki indikasi klinis untuk pasien yang menderita penyakit?
 - a) Insomnia
 - b) Insomnia, kecemasan, AUD, & OUD
 - c) Alergi & Pilek
 - d) Anestesi umum

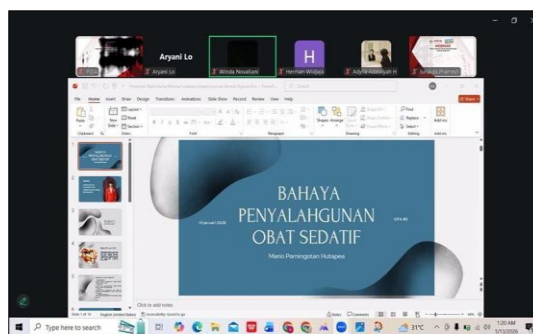
Jawaban: a

5. Sebutkan contoh obat golongan benzodiazepine?

- a) Alprazolam, Diazepam & Lorazepam
- b) Phenobarbital & Pentobarbital
- c) CTM, Diphenhydramine & Hydroxyzine
- d) Zolpidem, Zopiclone & Zaleplon

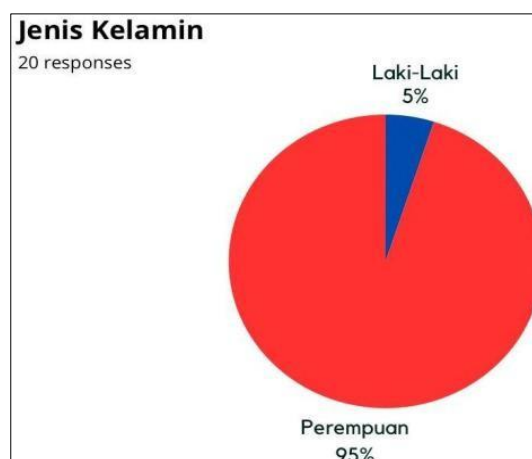
Jawaban: a

Hasil dari *post-test* akan dianalisis untuk menentukan tingkat peningkatan pemahaman peserta, dan data akan disajikan dalam bentuk tabel atau grafik. Evaluasi kegiatan juga akan dilakukan dengan mengumpulkan umpan balik dari peserta mengenai materi dan metode pelaksanaan, serta menilai keberhasilan kegiatan berdasarkan partisipasi dan pemahaman peserta.



Gambar 4. Presentasi dengan Media PowerPoint.

Evaluasi akhir kegiatan akan dilakukan dengan mengumpulkan umpan balik dari peserta mengenai materi dan metode pelaksanaan webinar, serta dengan menilai keberhasilan kegiatan berdasarkan peningkatan pemahaman peserta dan partisipasi aktif dalam sesi diskusi. Berdasarkan kegiatan webinar yang telah dilaksanakan dengan cara menyebarkan *post-test*, maka hasilnya dapat dilihat pada Gambar 5.



Gambar 5. Jumlah Peserta Pengabdian.

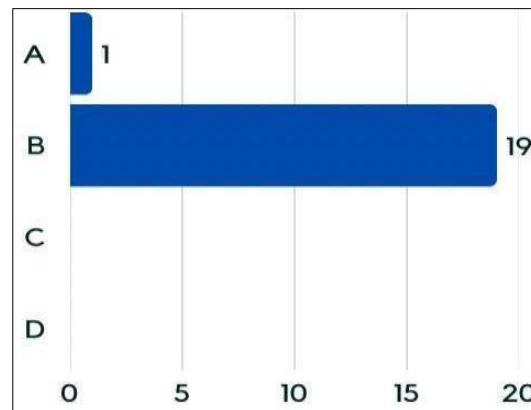
Dari 20 peserta yang hadir, terdiri atas 19 wanita dan 1 pria, semuanya mengisi *post-test* (19 wanita dan 1 pria).



Gambar 6. Hasil *Post-test* Webinar.

Gambar 6 menunjukkan keseluruhan hasil *post-test* pada setiap pertanyaan yang dijawab peserta (19 wanita dan 1 pria).

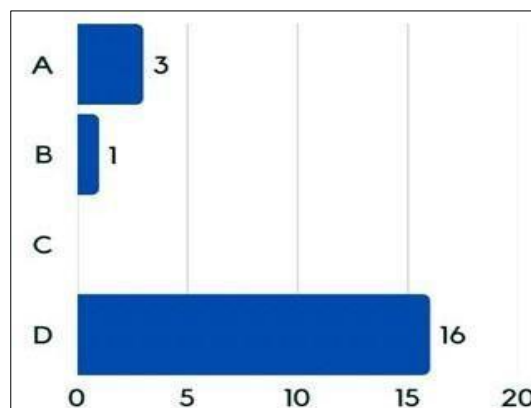
Soal Nomor 1: Apa yang Dimaksud dengan Obat Sedatif?



Gambar 7. Mayoritas Jawaban 1.

Berdasarkan data *chart* pada soal nomor 1, jumlah yang memilih benar 19 responden dan salah 1 responden, maka pada pertanyaan ini mayoritas menjawab benar, meskipun ada beberapa responden yang salah.

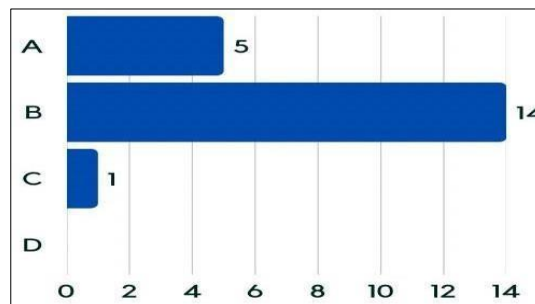
Soal Nomor 2: Saat Mengonsumsi Obat Sedatif, Tubuh akan Memproduksi Neurotransmitter Penghambat yang Bernama?



Gambar 8. Mayoritas Jawaban 2.

Berdasarkan data *chart* pada soal nomor 2, jumlah yang memilih benar 16 responden dan salah 4 responden, maka pada pertanyaan ini mayoritas menjawab benar, meskipun ada beberapa responden yang salah.

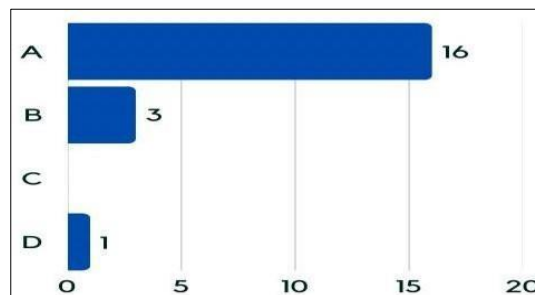
Soal Nomor 3: Di Antara Golongan Obat Sedatif, Mana yang Memiliki Risiko Ketergantungan dan Penyalahgunaan yang Tinggi?



Gambar 9. Mayoritas Jawaban 3.

Berdasarkan data *chart* pada soal nomor 3, jumlah yang memilih benar 14 responden dan salah 6 responden, maka pada pertanyaan ini mayoritas menjawab benar meskipun ada beberapa responden yang salah.

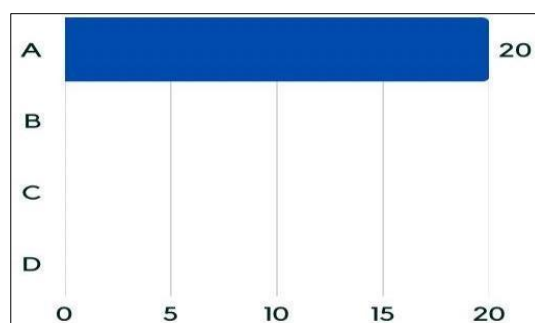
Soal Nomor 4: Golongan Obat Sedatif Z-Drugs Memiliki Indikasi Klinis untuk Pasien yang Menderita Penyakit?



Gambar 10. Mayoritas Jawaban 4.

Berdasarkan data *chart* pada soal nomor 4, jumlah yang memilih benar 16 responden dan salah 4 responden, maka pada pertanyaan ini mayoritas menjawab benar, meskipun ada beberapa responden yang salah.

Soal Nomor 5: Sebutkan Contoh Obat Golongan Benzodiazepine?



Gambar 11. Mayoritas Jawaban 5.



Berdasarkan data *chart* pada soal nomor 5, jumlah yang memilih benar 20 responden dan salah tidak ada, maka pada pertanyaan ini seluruh peserta menjawab dengan benar.

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui webinar edukatif bertema “Kenali Bahaya Penyalahgunaan Obat Sedatif Sejak Dini” telah terlaksana dengan baik dan diikuti oleh 20 peserta yang terdiri atas mahasiswa dan masyarakat umum. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa tingkat pemahaman peserta terhadap materi yang disampaikan berada pada kategori tinggi, dengan persentase jawaban benar berkisar antara 70% hingga 100% pada setiap indikator penilaian. Temuan ini menunjukkan bahwa webinar yang dilaksanakan efektif dalam meningkatkan pengetahuan peserta mengenai pengertian obat sedatif, mekanisme kerja, jenis-jenis obat sedatif, serta dampak penyalahgunaannya terhadap kesehatan dan kehidupan sosial.

Meskipun demikian, hasil evaluasi juga menunjukkan bahwa pemahaman peserta terkait golongan obat sedatif yang memiliki risiko ketergantungan tertinggi masih lebih rendah dibandingkan indikator lainnya. Oleh karena itu, materi mengenai risiko adiksi dan dampak jangka panjang penyalahgunaan obat sedatif perlu mendapatkan penekanan yang lebih mendalam pada kegiatan edukasi selanjutnya. Secara keseluruhan, kegiatan ini memberikan dampak positif dalam meningkatkan kesadaran peserta mengenai pentingnya penggunaan obat sesuai indikasi dan pengawasan tenaga kesehatan. Kegiatan edukasi kesehatan berbasis webinar dapat menjadi salah satu strategi preventif yang efektif untuk meningkatkan literasi kesehatan masyarakat dan mencegah terjadinya penyalahgunaan obat sedatif, khususnya di kalangan mahasiswa dan generasi muda.

SARAN

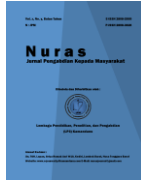
Kegiatan edukasi mengenai penyalahgunaan obat perlu dilakukan secara berkelanjutan dengan melibatkan lebih banyak peserta dari berbagai kalangan. Materi mengenai risiko ketergantungan dan dampak jangka panjang penggunaan obat sedatif perlu diberikan secara lebih mendalam melalui studi kasus atau simulasi. Pada kegiatan berikutnya, disarankan menggunakan desain *pre-test* dan *post-test*, sehingga efektivitas program dapat diukur secara lebih akurat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih atas perhatian dan partisipasi aktif seluruh peserta selama kegiatan ini. Semoga ilmu yang diperoleh dapat bermanfaat dalam pembelajaran maupun praktik profesi farmasi ke depannya.

REFERENSI

- BPOM. (2020). *Pedoman Penggunaan Obat yang Rasional*. Jakarta: Badan Pengawas Obat dan Makanan Republik Indonesia.
- Goodman, L. S., Brunton, L. L., Hilal-Dandan, R., & Knollmann, B. C. (2018). *Goodman & Gilman's the Pharmacological Basis of Therapeutics* (13th



-
- ed.). New York: McGraw-Hill Education.
- Katzung, B. G., Vanderah, T. W., & Trevor, A. J. (2021). *Basic and Clinical Pharmacology* (15th ed.). New York: McGraw-Hill Education.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Petunjuk Teknis Penggunaan Obat Psikotropika*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Lembke, A., Papac, J., & Humphreys, K. (2018). Our Other Prescription Drug Problem. *New England Journal of Medicine*, 378(8), 693–695. <https://doi.org/10.1056/NEJMp1715050>
- Maust, D. T., Lin, L. A., & Blow, F. C. (2019). Benzodiazepine Use and Misuse Among Adults in the United States. *Psychiatric Services*, 70(2), 97–106. <https://doi.org/10.1176/appi.ps.201800321>
- Rang, H. P., Ritter, J. M., Flower, R. J., Henderson, G., & Dale, M. M. (2019). *Rang and Dale's Pharmacology* (9th ed.). London: Elsevier.
- Stahl, S. M. (2021). *Stahl's Essential Psychopharmacology: Neuroscientific Basis And Practical Applications* (5th ed.). Cambridge: Cambridge University Press.
- UNODC. (2023). *World Drug Report 2023*. Vienna: United Nations Office on Drugs and Crime.
- WHO. (2019). *Guidelines for the Rational Use of Medicines*. Geneva: World Health Organization.
- Zolezzi, M., Alamri, M., Shaar, S., & Rainkie, D. (2018). Drug-Induced Cognitive Impairment: Effect of Sedative and Hypnotic Medications. *Mental Health Clinician*, 8(3), 121–127. <https://doi.org/10.9740/mhc.2018.05.121>