

BAB II. TINJAUAN PUSTAKA

2.1. Swamedikasi

2.1.1. Definisi Swamedikasi

Swamedikasi adalah suatu upaya pengobatan pada diri sendiri ketika sedang sakit. Swamedikasi biasanya dilakukan untuk mengobati penyakit ringan, seperti demam, batuk, pilek, sakit kepala, sakit perut atau diare, namun tidak dianjurkan untuk mengobati penyakit yang lebih serius atau kronis. Beberapa obat yang digunakan untuk pengobatan diri sendiri relatif aman, termasuk golongan obat bebas dan obat bebas terbatas di apotek atau toko obat, atau dengan menggunakan bahan-bahan alami seperti rempah-rempah atau tanaman obat (Amalia *et al.*, 2021).

Salah satu metode swamedikasi yang digunakan untuk menggali informasi dari pasien yang bisa ditanyakan oleh apoteker diidentifikasi berdasarkan pada WWHAM, yaitu:

W = *Who is the patient?* (Siapakah pasiennya?).

W = *What are the symptoms?* (Apa saja gejalanya?).

H = *How long have the symptoms been present?* (Berapa lama gejala itu timbul?).

A = *Action taken?* (Tindakan apa yang sudah dilakukan?).

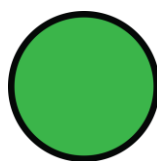
M = *Medication being taken?* (Obat apa yang telah digunakan?) (Putra *et al.*, 2020).

2.1.2. Penggolongan Obat Swamedikasi

Ada 3 golongan obat yang dapat dibeli dan banyak dipasaran. Setiap jenis obat memiliki kriteria tertentu dan memiliki tanda khusus. Namun, tidak semua obat dalam setiap jenis dapat digunakan sebagai pengobatan sendiri. Pengobatan sendiri dengan obat bebas atau *over the counter* (OTC) tidak memerlukan kualifikasi khusus, sedangkan obat resep dan obat keras harus memenuhi syarat tertentu sebelum dapat digunakan (Iyaza Enza, Prabandi Sari, 2021).

1. Obat Bebas

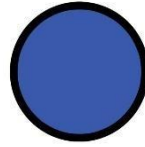
Obat bebas merupakan obat yang dapat dijual dan dibeli di pasaran tanpa resep dokter. Penandaan pada logo obat bebas adalah lingkaran hijau dengan garis tepi berwarna hitam.



Gambar 2.1 Logo Obat Bebas

2. Obat Bebas Terbatas

Obat bebas terbatas merupakan salah satu obat golongan keras namun masih dapat dijual dan dibeli tanpa menggunakan resep dokter. Namun, disertai dengan tanda peringatan. Penandaan pada logo obat keras terbatas adalah lingkaran biru dengan garis tepi berwarna hitam.



Gambar 2.2 Logo Obat Bebas Terbatas

Pada kemasan obat bebas terbatas selalu tercantum tanda peringatan bentuk persegi panjang dengan ukuran 5cm x 2cm, warna dasar/latar hitam dan tulisan berwarna putih. Tanda peringatan dibagi menjadi 6 macam, yaitu:

P. No. 1 Awas ! Obat Keras Bacalah aturan pemakaiannya	P. No. 2 Awas ! Obat Keras Hanya untuk kumur, jangan ditelan
P. No. 3 Awas ! Obat Keras Hanya untuk bagian luar dari badan	P. No. 4 Awas ! Obat Keras Hanya untuk dibakar
P. No. 5 Awas ! Obat Keras Tidak boleh ditelan	P. No. 6 Awas ! Obat Keras Obat wasir, jangan ditelan

Gambar 2.3 Tanda Peringatan

3. Obat Wajib Apotek

Berdasarkan Permenkes No. 347/Menkes/SK/VII/1990 mengenai Obat Wajib Apotek ialah golongan obat keras yang hanya bisa diberikan oleh apoteker kepada pasien di apotek tanpa resep dokter. Namun, ada persyaratan tertentu yang harus disampaikan saat memberikan obat kepada pasien, antara lain:

- Wajib melakukan pencatatan data diri pasien (nama, alamat, usia) serta penyakit dalam buku OWA yang diperiksa oleh BPOM dari waktu ke waktu.
- Jenis dan dosis obat yang diresepkan pada pasien harus sesuai dan memenuhi ketentuan.
- Berikan Informasi obat yang benar kepada pasien, meliputi indikasi, kontraindikasi, cara penggunaan, cara penyimpanan, efek samping yang mungkin akan terjadi, dan yang harus dilakukan jika efek samping tersebut terjadi (Sholiha *et al.*, 2019).

4. Obat tradisional

Obat tradisional adalah bahan atau ramuan bahan yang berupa bahan tumbuhan, bahan hewani, bahan mineral, sediaan sarian (galenik), atau campuran dari bahan tersebut yang telah digunakan untuk penyembuhan secara turun temurun dan dapat digunakan sesuai dengan norma yang berlaku di masyarakat.



Gambar 2.4 Logo Bahan Alam

(Badan POM, 2004)

Masyarakat dapat memanfaatkan obat tradisional dan herbal untuk menjaga kesehatan dan daya tahan tubuh, mengobati penyakit ringan, serta mencegah datangnya penyakit. Namun perlu diingat bahwa obat tradisional juga dapat menyebabkan efek samping jika dikonsumsi jika berlebihan atau dalam jangka waktu lama. Oleh karena itu, pentingnya untuk memilih obat tradisional yang aman dan sesuai dengan kebutuhan, serta memperhatikan cara penggunaannya.

Obat tradisional dapat dikelompokkan berdasarkan berbagai kriteria, seperti asal bahan, metode penggunaan, atau tujuan pengobatan. Berikut adalah beberapa pengelompokan umum untuk obat tradisional:

1. Berdasarkan Asal Bahan:
 - a. Tumbuhan Obat (Herbal): Merupakan jenis obat tradisional yang terbuat dari bahan-bahan tumbuhan, seperti akar, daun, bunga, buah, kulit batang, atau biji.
 - b. Hewan: Beberapa obat tradisional menggunakan bahan yang berasal dari hewan, seperti empedu beruang, lintah, atau sarang burung walet.
 - c. Mineral: Obat tradisional juga dapat mengandung bahan-bahan mineral, seperti belerang, garam, atau tanah liat.
2. Berdasarkan Metode Penggunaan :
 - a. Minuman: Obat tradisional yang dikonsumsi dalam bentuk minuman, seperti teh herbal, ramuan, atau ekstrak.

- b. **Ramuan Topikal:** Obat tradisional yang digunakan secara luar, yaitu dioleskan pada kulit atau bagian tubuh tertentu, seperti salep atau minyak herbal.
 - c. **Inhalasi:** Obat tradisional yang dihirup, misalnya dengan menguapkan campuran herbal dan menghirup uapnya untuk meredakan gangguan pernapasan.
 - d. **Tindakan Fisik:** Beberapa obat tradisional melibatkan tindakan fisik, seperti pijatan, akupunktur, atau terapi pijat.
3. **Berasarkan Tujuan Pengobatan:**
- a. **Sistem Pencernaan:** Obat tradisional yang digunakan untuk mengatasi gangguan pencernaan, seperti masalah perut, gangguan pencernaan, atau sembelit.
 - b. **Sistem Pernapasan:** Obat tradisional yang digunakan untuk meredakan masalah pernapasan, seperti batuk, pilek, atau asma.
 - c. **Sistem Saraf:** Obat tradisional yang digunakan untuk mengatasi gangguan saraf, seperti insomnia, stres, atau nyeri otot.
 - d. **Sistem Kekebalan Tubuh:** Obat tradisional yang digunakan untuk meningkatkan sistem kekebalan tubuh, seperti meningkatkan daya tahan tubuh atau mempercepat penyembuhan luka.
 - e. **Sistem Reproduksi:** Obat tradisional yang digunakan untuk masalah reproduksi, seperti gangguan menstruasi, kesuburan, atau masalah seksual.

2.1.3. Keuntungan dan Kerugian Swamedikasi

Keuntungan melakukan swamedikasi sebagai berikut:

1. Memfasilitasi akses terhadap obat-obatan.
2. Mengurangi biaya kunjungan ke dokter.
3. Mempermudah masyarakat mendapatkan obat tanpa harus berobat terlebih dahulu pada dokter.

Kerugian swamedikasi sebagai berikut:

1. Terjadi interaksi antara obat satu dengan obat lainnya yang sedang dikonsumsi.
 2. Ibu hamil dan menyusui, anak-anak, konsumsi alkohol, mengemudi, sedang bekerja, dll.
- Kontraindikasi obat tidak sesuai dengan kondisi pasien (Mardiyah, 2016).

2.2. Tanaman Obat

Tanaman obat adalah jenis tanaman khusus yang dapat membantu menjaga kesehatan kita dan membuat kita merasa lebih baik saat sakit. Orang telah menggunakan tanaman ini

untuk waktu yang sangat lama, bahkan sebelum dokter melakukan tes di laboratorium. Mereka mempelajari tanaman mana yang bekerja dengan mencobanya dan melihat bagaimana mereka membantu orang.

Tanaman obat selain digunakan untuk kesehatan, juga dapat dimanfaatkan untuk kebutuhan konsumsi rumah tangga sehari-hari. Tanaman obat pemenuh kebutuhan rumah tangga berupa keperluan dapur, sebagai lalapan, dan sebagian bedar dijadikan sayur makan. Pengobatan dengan bahan alami merupakan salah satu terapi atau pengobatan komplementer yang potensial untuk menyembuhkan penyakit atau menjaga kesehatan (Permenkes, 2016).

Di Indonesia, orang sudah lama menggunakan tanaman untuk membuat obat dan merasa lebih baik. Mereka masih menggunakan obat-obatan tradisional ini sampai sekarang karena biasanya tidak memiliki efek buruk seperti obat-obatan modern. Jadi, mereka lebih aman untuk digunakan (Mahayasih *et al.*, 2019).

Menurut beberapa ahli, tanaman obat dibagi menjadi 3 kategori, yaitu:

1. Tumbuhan obat tradisional, jenis tumbuhan yang diketahui atau diyakini masyarakat mempunyai khasiat obat dan telah digunakan sebagai bahan baku obat tradisional secara turun temurun.
2. Tumbuhan obat modern, jenis tumbuhan yang telah terbukti secara ilmiah mengandung senyawa atau bahan aktif biologis yang berkhasiat obat, penggunaannya dibenarkan secara medis.
3. Tumbuhan obat potensial, jenis tumbuhan yang diduga mengandung atau memiliki senyawa aktif biologis atau bahan obat tetapi belum dapat dibuktikan secara ilmiah dapat bermanfaat sebagai bahan obat.

2.3. Demam

Demam merupakan suatu kondisi di mana suhu tubuh seseorang meningkat di atas normal. Seseorang dikatakan demam apabila suhu tubuh mencapai 38°C atau lebih. Demam patut diwaspadai karena akan terjadi kejang dan mengakibatkan kefatalan. Jika sudah terdapat gejala segera membawa ke dokter (Probosiwi, 2022). Demam dapat disebabkan oleh berbagai faktor, seperti infeksi, peradangan, atau reaksi terhadap obat-obatan. Demam juga dapat menjadi gejala dari berbagai penyakit, seperti flu, malaria, atau demam berdarah.

Salah satu tanaman obat yang banyak digunakan untuk penurun demam terutama pada anak yaitu bawang merah (*Allium cepa* L. var. *aggregatum*), bawang merah memiliki kandungan senyawa yang dipercaya dapat menetralkan zat-zat toksik berbahaya dan membantu

mengeluarkan zat berbahaya tersebut keluar dari dalam tubuh (Aryanta, 2019). Cara membuat baluran bawang merah yaitu: memarkan bawang merah secukupnya, campur dengan minyak telon atau minyak kayu putih, balur pada bagian perut/punggung sambil dipijat perlahan. Hingga saat ini, belum ada laporan terkait larangan, efek samping, peringatan, interaksi dari bawang merah (MenKes RI, 2017).

2.4. Batuk

Batuk merupakan bentuk refleks tubuh untuk membersihkan saluran napas dari benda asing, lendir, atau lendir yang berlebihan yang masuk atau merangsang saluran pernapasan otomatis akan menjadi batuk untuk mengeluarkan benda tersebut. Batuk dibagi menjadi 2 jenis, yaitu: batuk berdahak dan batuk kering (Depkes RI, 2007). Batuk dapat disebabkan oleh berbagai faktor seperti infeksi virus atau bakteri, alergi, asma, atau merokok. Batuk dapat dibedakan menjadi dua jenis, yaitu batuk kering dan batuk berdahak. Batuk kering biasanya disebabkan oleh iritasi pada tenggorokan, sedangkan batuk berdahak disebabkan oleh produksi lendir yang berlebihan di saluran napas.

Salah satu tanaman obat yang banyak digunakan untuk batuk yaitu Kencur (*Kaempferia galanga L.*). Secara empirik kencur digunakan sebagai obat batuk, peluruh dahak, pembersih tenggorokan, menghikangkan lendir yang menyumbat hidung, penambah nafsu makan, dll (Zulkifli & Wiwi Karnasih, 2022). Cara pembuatannya: siapkan 2-3 siung kencur, kupas kulit kencur, kunyah kencur hingga halus tanpa perlu ditelan. Apabila tidak tahan dengan kencur yang menyengat, kencur dapat dijadikan minuman dengan cara: haluskan 3-5 siung kencur, tambahkan air hangat. Saring air dan tambahkan madu secukupnya. Minum selagi hangat. Penambahan madu dapat meminimalisir rasa menyengat yang dihasilkan oleh kencur.

2.5. Pilek

Pilek merupakan salah satu penyakit yang disebabkan oleh virus yang menyerang infeksi saluran pernapasan atas (ISPA). Pilek dapat menyerang pada semua manusia tanpa mengenal usia dan termasuk kedalam kategori non spesifik atau flu biasa (Mafruhah *et al.*, 2016). Beberapa gejala dari pilek, diantaranya: hidung tersumbat, bersin-bersin, batuk, sakit kepala, dan demam ringan (Riza Maula & Rusdiana, 2016). Pilek dapat menyebar melalui udara atau kontak langsung dengan orang yang terinfeksi. Pilek biasanya sembuh dengan sendirinya dalam waktu satu hingga dua minggu.

Salah satu tanaman obat yang banyak digunakan untuk penurun demam terutama pada anak yaitu Jahe (*Zingiber officinale* Rosc). Cara membuat minuman dari jahe yaitu: memarkan jahe lalu rebus dengan 1 gelas air mendidih. Saring, lalu minum airnya selagi hangat. Dapat diberi tambahan madu sebagai pemanis alami. Dalam sehari, jahe dapat digunakan sebanyak 0,5-1 gr rimpang. Penderita radang empedu akut dan gangguan pembekuan darah sebaiknya menghindari minuman jahe ini. Jahe tidak boleh dikonsumsi ≥ 6 gram karena akan berakibat gangguan tukak lambung (MenKes RI, 2017).

2.6. Pengetahuan

Pengetahuan (*knowledge*) merupakan hasil dari pemahaman atas informasi tertentu dengan secara objektif dapat mengidentifikasi objek atau benda tertentu. Pengetahuan dapat diperoleh juga dari hasil pengalaman dan hasil belajar secara formal atau informal. Pengetahuan bersifat berkelanjutan (Dillyana, 2019).

2.6.1. Tingkatan Pengetahuan

Terdapat 6 tingkatan pengetahuan, yaitu :

1. Tahu (*know*). Dapat diartikan sebagai *recall* atau mengingat kembali apa yang telah dipelajari sebelumnya.
2. Memahami (*comprehension*). Memahami apa yang diketahui berarti mampu memahaminya dengan benar, dan ini melibatkan kemampuan untuk menjelaskannya.
3. Aplikasi (*application*). Kemampuan seseorang dalam menggunakan atau mengaplikasikan prinsip pada situasi dan kondisi yang sebenarnya.
4. Analisis (*analysis*). Kemampuan seseorang dalam memahami sesuatu dalam komponen-komponen yang ada di suatu masalah yang berkaitan satu dengan lainnya.
5. Sintesis (*syntesis*). Kemampuan untuk menyatukan bagian-bagian yang berbeda untuk menciptakan sesuatu yang baru dan utuh.
6. Evaluasi (*evaluation*). Keterampilan yang memungkinkan seseorang untuk melakukan penilaian pada suatu materi atau objek tertentu (Agaatsz & Sitompul, 2021).

2.6.2. Faktor yang Mempengaruhi

Ada 8 hal yang dapat mempengaruhi pengetahuan, yaitu:

1. Pendidikan
Semakin banyak pengetahuan yang dimiliki, semakin mudah seseorang dapat menerima informasi baru dan menyesuaikan diri dengan situasi baru.
2. Sosial Ekonomi

Semakin banyak keahlian ekonomi yang dimiliki seseorang, semakin besar kemungkinan untuk dapat belajar dan meningkatkan keterampilan seseorang.

3. Lingkungan

Perbedaan akses informasi menyebabkan perbedaan tingkat pengetahuan di desa dan kota.

4. Pengalaman

Pengalaman adalah sesuatu yang pernah dirasakan oleh seseorang. Pengalaman buruk cenderung diabaikan, tetapi pengalaman menyenangkan meninggalkan kesan pribadi. Artinya, pengalaman dapat membentuk perilaku seseorang dalam kehidupan.

5. Informasi

Informasi adalah data yang berasal dari pengamatan terhadap lingkungan dan digunakan untuk berkomunikasi dengan manusia dalam kehidupan sehari-hari.

6. Media massa

Beberapa tempat dimana seseorang dapat belajar banyak hal. Contoh: surat kabar, radio, televisi.

7. Pekerjaan

Beberapa pengalaman di lingkungan kerja dapat membuat seseorang belajar banyak.

8. Usia

Seiring bertambahnya usia seseorang, mereka akan tahu lebih banyak tentang kesehatan dan pengalaman akan membantu mereka belajar lebih banyak (Notoatmodjo, 2007).

2.7. Persepsi

2.7.1. Definisi Persepsi

Persepsi yaitu proses internal yang dilewati oleh individu untuk memilih dan menyesuaikan rangsangan eksternal. Rangsangan eksternal dirasakan oleh panca indera, kemudian pikiran dan emosi spontan akan memberikan arti adanya rangsangan tersebut. Sederhananya, persepsi dapat digambarkan sebagai proses individu untuk memahami yang berada di sekelilingnya.

Sedangkan Walgito (2010), menyebutkan bahwa persepsi adalah suatu proses yang diawali oleh penerimaan rangsangan oleh individu melalui panca indera yang disebut dengan proses sensori. Rangsangan yang diterima kemudian akan diteruskan yang selanjutnya akan diproses melalui proses persepsi. Selanjutnya, rangsangan yang dirasakan akan dikelola dan diterjemahkan, sehingga individu mengenali dan memahami apa yang dia rasakan.

2.7.2. Faktor yang Mempengaruhi Persepsi

a. Faktor Eksternal

1. Kontras. Untuk menarik perhatian seseorang, cara termudahnya yaitu dengan melalui warna, ukuran, wujud maupun tindakan.
2. Perubahan Intensitas. Perubahan intensitas dapat mempengaruhi yaitu seperti pada bunyi yang berganti dari pelan menjadi nyaring, kemudian sinar dengan intensitas yang tinggi dapat menarik perhatian pada seseorang.
3. Pengulangan. Pada faktor pengulangan, contohnya seperti penayangan iklan secara berulang, akan menarik perhatian orang yang menontonnya.
4. Sesuatu yang berhubungan dengan banyak orang. Rangsangan yang menarik perhatian banyak orang juga akan menarik perhatian kita.

b. Faktor Internal

1. Pengalaman/pengetahuan. Pengetahuan akan mempengaruhi penerjemahan rangsangan yang diterima. Pengalaman yang dipelajari oleh seseorang menimbulkan persepsi yang berbeda.
2. Harapan atau ekspektasi. Ekspektasi seseorang terhadap sesuatu dapat mempengaruhi persepsi terhadap rangsangan yang datang.
3. Kebutuhan. Dengan kebutuhan, akan mengakibatkan tiap orang mengalami perbedaan dalam menerjemahkan rangsangannya.
4. Motivasi. Motivasi dapat berpengaruh terhadap pandangan seseorang.
5. Emosi. Emosi pada seseorang dapat mempengaruhi pandangannya tentang adanya rangsangan dari luar.
6. Budaya. Pada individu dengan latar belakang budaya yang serupa, menerjemahkan orang lain di dalam golongannya secara beragam, tetapi mempersepsikan orang-orang di luar golongannya dengan cara yang serupa.

2.8. Sikap

2.8.1. Definisi Sikap

Sikap adalah cara seseorang berperilaku berdasarkan apa yang mereka rasakan tentang sesuatu. Hal ini dapat mencakup bagaimana seseorang menyukai atau tidak menyukai sesuatu. Bagaimana perasaan seseorang tentang sesuatu, berdasarkan dengan apa yang mereka ketahui dan yakini. Ada 3 hal yang membentuk sikap seseorang, yaitu:

1. Komponen kognitif adalah ketika seseorang berpikir tentang hal-hal seperti ide dan konsep, seperti suatu objek atau pemikiran seseorang.
2. Komponen afektif dikaitkan dengan emosional dengan objek atau seseorang. Perasaan ini dapat bergantung pada hal-hal seperti suka dan tidak suka.
3. Komponen konatif adalah bagaimana seseorang bereaksi terhadap sesuatu. Ketiga komponen tersebut bersama-sama membentuk sikap seseorang. Dalam menentukan sikap, pengetahuan, pikiran, dan keyakinan (Dilla, 2020).

2.8.2. Faktor Yang Mempengaruhi Sikap

Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi sikap diantaranya:

1. Pengalaman pribadi.
Dapat membantu membentuk sikap kita jika dikaitkan dengan emosi yang kuat. Jika kita memiliki pengalaman yang melibatkan emosi, kita cenderung mengembangkan sikap yang didasarkan pada pengalaman pribadi kita sendiri.
2. Pengaruh orang lain yang dianggap penting.
Sikap ini sebagian dilatar belakangi oleh keinginan untuk bekerja sama dengan menghindari konflik dengan orang yang dihormati.
3. Pengaruh kebudayaan.
Budaya dapat mempengaruhi cara kita berpikir dan merasakan sesuatu, karena budaya menyediakan seperangkat tradisi dan norma yang diikuti oleh banyak orang dalam komunitas. Tanpa disadari, hal ini sering berarti bahwa budaya memiliki pengaruh yang kuat terhadap cara kita mendekati masalah tertentu.
4. Media massa.
Cara untuk mendapatkan informasi tentang dunia luar kepada orang-orang. Terkadang, informasi ini dapat ditafsirkan dengan cara yang mempengaruhi perasaan orang.
5. Lembaga pendidikan dan lembaga agama.
Memiliki dampak besar dalam cara berpikir seseorang. Ini karena lembaga-lembaga ini mengajari kita tentang hal-hal penting, dan cara kita memikirkan berbagai hal sering kali dapat menentukan cara kita berperilaku.
6. Faktor emosional.
Terkadang suatu sikap didasari pada emosi yang merupakan cara untuk mengatasi frustrasi atau menggunakan mekanisme mempertahankan ego.