

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Swamedikasi

2.1.1 Definisi Swamedikasi

Swamedikasi adalah pemilihan dan penggunaan obat oleh individu untuk merawat diri sendiri dari penyakit atau gejala penyakit. Swamedikasi yang dilakukan oleh masyarakat biasanya untuk mengatasi keluhan dan penyakit ringan seperti demam, nyeri, pusing, batuk, influenza, maag, kecacingan, diare, penyakit kulit, dan lain- lain. Golongan obat yang digunakan swamedikasi merupakan obat - obat yang relatif aman meliputi golongan obat bebas dan obat bebas terbatas (BPOM RI, 2014).

Menurut WHO swamedikasi memiliki beberapa hal yang harus diperhatikan. Seperti penyakit yang diderita adalah penyakit dan gejala ringan yang tidak diperlukan untuk datang ke dokter atau tenaga medis lainnya. Selain itu obat yang dijual adalah obat golongan *over-the-counter* (OTC) (WHO, 2000)

Swamedikasi menjadi alternatif yang banyak dipilih oleh masyarakat untuk meredakan atau menyembuhkan keluhan gejala ringan atau bahkan untuk meningkatkan efektivitas terhadap pengobatan sebelum mendapatkan pertolongan dari tenaga kesehatan (Hidayati, et al., 2017). Penggunaan obat untuk swamedikasi harus secara rasional, yaitu:

- a. Pemilihan obat yang efektif dan sesuai dengan gejala

Kesesuaian obat dengan gejalanya dapat meningkatkan terapi yang optimal.

- b. Pemberian dosis yang tepat

Waktu dan lama pemberian obat yang tepat termasuk dalam upaya untuk memberikan dosis yang sesuai agar terapi menjadi optimal dan efektif.

c. Mengurangi atau meniadakan efek samping yang akan terjadi

Efek samping atau biasa disebut ADR (Adverse Drug Reaction) merupakan suatu efek yang tidak diinginkan dan terjadi pada saat terapi. Untuk menghindari hal-hal tersebut, pasien harus di monitoring saat penggunaan, atau bahkan sebelum penggunaan.

d. Mencegah terjadinya polifarmasi

Penggunaan obat bersamaan dalam tubuh akan beresiko adanya interaksi obat.

e. Mencegah pemakaian pada kontraindikasi obat

Obat yang dikontraindikasikan untuk kondisi khusus, seperti orang hamil, bayi, bahkan geriatri. Hal tersebut bisa membahayakan bagi pasien, jika tidak ada pengawasan dari tenaga kesehatan (Harahap, et al., 2017).

2.1.2 Hal- Hal yang Perlu Diperhatikan dalam Swamedikasi

Hal- hal yang perlu diperhatikan dalam melakukan swamedikasi agar diperoleh swamedikasi yang benar dan aman, maka hal - hal yang perlu diperhatikan meliputi (BPOM RI, 2014 dan Depkes RI, 2007) :

1. Mengenali kondisi ketika akan melakukan swamedikasi

Kondisi individu yang akan melakukan swamedikasi merupakan hal pertama yang perlu diperhatikan sebelum melakukan swamedikasi. Beberapa kondisi yang perlu diperhatikan meliputi kehamilan, berencana untuk hamil, menyusui, umur, sedang dalam diet khusus, baru saja berhenti mengonsumsi obat lain atau suplemen makanan, serta mempunyai masalah kesehatan baru selain penyakit yang selama ini diderita dan sudah mendapatkan pengobatan dari dokter (BPOM RI, 2014).

Pemilihan obat untuk ibu yang sedang hamil dilakukan dengan lebih hati-hati, karena beberapa jenis dapat menimbulkan pengaruh yang tidak diinginkan pada janin. Beberapa obat disekresikan melalui air susu ibu, walaupun jumlah obat di ASI kadarnya kecil, namun kemungkinan dapat berpengaruh pada janin. Komposisi obat terdapat beberapa zat tambahan yang harus diperhatikan oleh pasien dengan diet khusus, misal obat dalam bentuk sirup umumnya mengandung gula dalam kadar cukup tinggi sehingga dapat mempengaruhi kondisi pasien dengan diet gula (BPOM RI, 2014).

Membaca peringatan atau perhatian yang tertera pada label atau brosur obat menjadi hal yang perlu dilakukan untuk mencegah kejadian di atas. Brosur obat biasanya menjelaskan hal-hal yang perlu diperhatikan baik sebelum atau sesudah mengonsumsi obat yang dimaksud (BPOM RI, 2014)

2. Memahami bahwa ada kemungkinan interaksi obat

Banyak obat yang dapat menimbulkan interaksi baik dengan obat lain atau makanan dan minuman yang dikonsumsi. Kenali nama obat atau nama zat berkhasiat yang terkandung dalam obat yang sedang dikonsumsi atau yang akan digunakan. Interaksi obat dapat ditanyakan pada apoteker di apotek atau membaca aturan pakai yang tercantum pada label kemasan obat untuk menghindari masalah yang akan terjadi (BPOM RI, 2014)

3. Mewaspadaai efek samping yang mungkin muncul

Obat tidak hanya menimbulkan efek mengatasi penyakit atau gejala penyakit, namun obat juga dapat menimbulkan efek yang tidak diinginkan. Mengatasi efek samping yang terjadi tidak selalu memerlukan tindakan medis, namun demikian beberapa efek samping membutuhkan perhatian lebih dalam penanganannya (BPOM RI, 2014).

Efek samping dapat timbul dalam mengonsumsi obat antara lain reaksi alergi, gatal-gatal, ruam, mengantuk, mual dan lain-lain. Mengetahui efek

samping yang mungkin terjadi dan apa yang harus dilakukan saat mengalaminya merupakan hal penting. Efek samping bisa terjadi pada siapa saja namun umumnya dapat ditoleransi. Segera hentikan pengobatan dan konsultasi dengan tenaga kesehatan bila timbul efek samping dalam mengonsumsi obat tersebut (BPOM RI, 2014)

4. Meneliti obat yang akan dibeli

Bentuk sediaan (tablet, sirup, kapsul, krim dll) merupakan hal yang perlu diperhatikan ketika akan membeli obat dan dipastikan kemasan obat yang akan beli tidak rusak. Jangan mengambil obat yang menunjukkan adanya kerusakan walaupun kecil. Selain kemasan, perlu diperhatikan bentuk fisik sediaan (BPOM RI, 2014).

Hal yang harus diperhatikan dalam sediaan sirup adalah warna dan kekentalan dan tidak ada partikel- partikel kecil di bagian bawah botol atau mengapung dalam sirup. Jika berbentuk suspensi, suspensi dapat tercampur rata setelah dikocok dan tidak terlihat ada bagaian yang memisah. Sediaan tablet harus benar- benar utuh dan tidak satupun yang pecah atau rusak. Jika pada tablet memiliki cetakan atau tulisan, pastikan bahwa semua tablet memiliki hal yang sama. Hal yang perlu diperhatikan dalam sediaan kapsul yaitu kapsul tidak pecah atau penyok dan mempunyai ukuran dan warna yang sama dari semua kapsul. Jika kapsul memiliki cetakan atau tulisan, maka harus dipastikan cetakan atau tulisan semua kapsul seragam (BPOM RI,2014).

Penyimpanan obat di tempat penjual juga perlu diperhatikan. Jika obat disimpan di tempat yang terpapar cahaya matahari langsung, maka sebaiknya membeli obat di tempat lain yang memiliki kondisi penyimpanan yang lebih baik. Lebih baik membeli obat di sarana distribusi obat yang resmi seperti apotek dan toko obat berijin (BPOM RI, 2014).

Obat yang diminum harus memiliki nomor izin edar, karena hal tersebut menunjukkan obat tersebut telah memenuhi persyaratan keamanan, khasiat dan mutu yang ditetapkan oleh Badan POM. Hal lain yang perlu diperhatikan adalah tanggal kadaluwarsa. Penggunaan obat yang sudah melewati tanggal kadaluwarsa dapat membahayakan karena pada obat tersebut dapat terjadi perubahan bentuk atau perubahan menjadi zat lain yang berbahaya (BPOM RI, 2014).

5. Mengetahui cara penggunaan obat yang benar

Obat yang digunakan sesuai dengan petunjuk penggunaan yang sesuai, pada saat yang tepat dan jangka waktu terapi sesuai anjuran akan memberikan efek terapi yang baik. Label atau bagian kemasan obat yang memberikan informasi mengenai penggunaan obat tersebut sebaiknya tidak dibuang supaya tidak terjadi kesalahan penggunaan obat. Apabila obat yang dikonsumsi dirasa tidak memberikan efek yang diinginkan setelah penggunaan waktu yang dianjurkan, maka segera berkonsultasi dengan dokter atau tenaga kesehatan lainnya (BPOM RI, 2014).

Beberapa bentuk sediaan obat memiliki cara penggunaan yang khusus, seperti supositoria (obat yang bentuknya seperti peluru yang penggunaannya dengan cara dimasukkan ke dalam anus). Cara pemakaian supositoria ke dalam dubur/anus adalah dengan membuka kemasan supositoria, kemudian basahi bagian ujung bulatnya, gunakan satu tangan yang tidak memegang obat untuk merenggangkan anus. Penggunaan supositoria dianjurkan dalam posisi berbaring terlentang atau miring selama lima menit. Selain cara penggunaan, hal yang perlu diperhatikan adalah waktu penggunaan, misalnya obat diminum sebelum makan, bersama makanan atau sesudah makan (BPOM RI, 2014).

Cara penggunaan obat dalam swamedikasi berdasarkan pedoman obat bebas dan obat bebas terbatas (Depkes RI 2007) meliputi sebagai berikut :

- a. Mengonsumsi obat tidak dianjurkan untuk penggunaan secara terus menerus.
 - b. Pemakaian obat sesuai anjuran yang tertera pada brosur atau etiket.
 - c. Bila obat yang digunakan menimbulkan hal-hal yang tidak diinginkan, hentikan penggunaan dan tanyakan kepada Apoteker dan dokter.
 - d. Hindarkan menggunakan obat orang lain walaupun gejala penyakit sama.
 - e. Untuk mendapatkan informasi penggunaan obat yang lebih lengkap, tanyakan kepada Apoteker.
 - f. Mengetahui cara menyimpan obat yang baik.
6. Tanggal kadaluarsa obat

Tanggal kadaluarsa menunjukkan bahwa sampai dengan tanggal yang dimaksud, mutu dan kemurnian obat dijamin masih tetap memenuhi syarat. Tanggal kadaluarsa biasanya dinyatakan dalam bulan dan tahun. Obat rusak merupakan obat yang mengalami perubahan mutu (Depkes RI, 2007).

Tanggal kadaluarsa obat bisa lebih pendek dari waktu yang tertera setelah kemasan obat dibuka. Cara membuang obat yang baik dan benar adalah dengan membuka kemasan obat dan dibuang di tempat yang jauh dari jangkauan anak, misalnya obat dalam bentuk sediaan cair dibuka kemasannya kemudian dikeluarkan isinya ke dalam toilet lalu dibilas sampai bersih. Jika obat dalam bentuk sediaan tablet atau kapsul, obat dibuka dari kemasannya lalu obat tersebut ditimbun dalam tanah (BPOM RI, 2014)

7. Cara penyimpanan obat

Penyimpanan obat dapat mempengaruhi potensi obat. Obat oral seperti tablet, kapsul dan serbuk tidak boleh disimpan dalam tempat yang lembab karena dapat menyebabkan bakteri dan jamur tumbuh dengan baik sehingga dapat merusak kondisi obat. Obat dalam bentuk sediaan cair biasanya mudah terurai oleh cahaya sehingga harus disimpan pada wadah aslinya yang terlindung dari cahaya atau sinar matahari langsung dan tidak disimpan di

tempat yang lembab. Jangan menyimpan obat di dalam lemari pendingin kecuali disarankan pada label penyimpanan obat tersebut (BPOM RI, 2014)

2.2 Kriteria dan Golongan Obat

Penggunaan obat yang rasional merupakan penggunaan obat dengan memperhatikan ketepatan dosis yang meliputi waktu dan lamanya penggunaan obat tepat diagnosis, tepat indikasi obatnya, dan tepat pemilihan obatnya (Candradewi dan Kristina, 2017)

Sesuai Permenkes No. 919/MENKES/PER/X/1993, kriteria obat yang dapat diserahkan tanpa resep adalah :

- a. Tidak dikontraindikasikan untuk penggunaan pada wanita hamil, anak dibawah 2 tahun dan orang tua diatas 65 tahun.
- b. Pengobatan sendiri dengan menggunakan Obat Wajib Apotek (OWA) tidak memberikan resiko terhadap keparahan penyakit.
- c. Penggunaanya tidak memerlukan alat dan cara khusus yang harus dibantu oleh dokter, perawat maupun tenaga kesehatan yang lainnya.
- d. Penggunaan diperlukan untuk penyakit dengan prevalensi tinggi di Indonesia.
- e. Obat tersebut memiliki rasio keamanan yang dapat dipertanggungjawabkan untuk pengobatan sendiri.

Menurut SK Menkes No. 2380/1983, golongan obat yang dapat digunakan untuk pengobatan sendiri adalah golongan obat bebas, obat bebas terbatas dan Obat Wajib Apotek (OWA).

2.2.1 Golongan Obat Bebas

Obat bebas merupakan obat yang dapat dibeli tanpa resep dokter, biasanya dijual di supermarket, toko atau swalayan, dan juga di apotek. Obat ini mempunyai tanda lingkaran hitam dengan latar warna hijau. Misalnya seperti penurun demam (paracetamol) dan vitamin-vitamin.



Gambar 1 Logo Obat Bebas (Badan POM, 2017)

2.2.2 Golongan Obat Bebas Terbatas

Obat bebas terbatas adalah obat yang dapat dibeli tanpa resep dokter, tetapi ada peringatan-peringatan tertentu yang harus diperhatikan dalam penggunaannya. Obat ini bisa dibeli di apotek, toko obat atau bahkan untuk beberapa obat terdapat di supermarket atau swalayan tertentu. Obat golongan ini mempunyai tanda lingkaran hitam dengan latar warna biru dan peringatan dengan latar belakang berwarna hitam.



Gambar 2 Logo Obat Bebas Terbatas (Badan POM, 2017)

Tanda peringatan obat bebas terbatas selalu tercantum pada kemasan obat bebas terbatas. Bentuknya persegi panjang dengan huruf berwarna putih dan latar atau dasarnya berwarna hitam, dengan ukuran panjang x lebar adalah 5 cm x 2 cm. Tanda peringatan ini ada 6 macam, yaitu P No.1 s/d P no.6, sebagai berikut (BPOM RI, 2014) :

P no. 1 Awat! Obat Keras Bacalah aturan makainya	P no. 4 Awat! Obat Keras Hanya untuk dibakar
P no. 2 Awat! Obat Keras Hanya untuk kumur, jangan ditelan	P no. 5 Awat! Obat Keras Tidak boleh ditelan
P no. 3 Awat! Obat Keras Hanya untuk bagian luar badan	P no. 6 Awat! Obat Keras Obat wasir, jangan ditelan

Gambar 3 Tanda peringatan pada obat bebas terbatas

2.2.3 Golongan Obat Wajib Apotek (OWA)

Obat Wajib Apotek menurut Keputusan Menteri Kesehatan NO. 347/MENKES/SK/VII/1990 yaitu obat keras yang dapat diserahkan oleh Apoteker kepada pasien tanpa resep dokter.

2.3 Nyeri

Nyeri adalah pengalaman sensori dan emosional yang tidak menyenangkan akibat dari kerusakan jaringan yang aktual ataupun potensial. Nyeri merupakan alasan utama seseorang untuk mencari bantuan perawatan kesehatan. (Judha et al.,2012).

Beberapa penyebab adanya nyeri ketika terjadi rangsangan pada ujung saraf karena kerusakan jaringan tubuh yang disebabkan oleh:

8. Trauma seperti benda tajam, benda tumpul, bahan kimia
9. Proses infeksi atau peradangan (Depkes RI, 2007).

Berdasarkan lama (durasi) terjadinya, nyeri dapat dibedakan menjadi dua jenis (Departemen Kesehatan Republik Indonesia, 2007)

1. Nyeri akut

Nyeri akut adalah nyeri yang muncul secara tiba-tiba dan berlangsung selama beberapa hari hingga beberapa minggu. Durasi nyeri berlangsung selama kurang dari 6 bulan dan dapat segera hilang jika penyebabnya telah diatasi atau diberikan obat penghilang rasa nyeri. Jenis nyeri ini dapat bermanfaat karena berfungsi mewaspadakan individu terhadap bahaya pada tubuh. Beberapa contoh nyeri akut yang sering menjadi penyebab dilakukannya swamedikasi, antara lain nyeri kepala, nyeri haid, nyeri otot, dan nyeri karena sakit gigi.

2. Nyeri kronis

Nyeri dikatakan kronis jika berlangsung lebih lama dibandingkan waktu normal yang diperlukan untuk penyembuhan luka atau penyakit penyebabnya. Durasi nyeri dapat berlangsung lebih dari 6 bulan dan dapat berlanjut hingga sepanjang hidup penderitanya. Pengobatan dengan obat

penghilang rasa nyeri saja hampir tidak pernah efektif. Tidak seperti nyeri akut, nyeri kronis tidak pernah bermanfaat.

2.4 Analgetik

Analgetik atau obat penghilang nyeri adalah zat-zat yang menghalangi atau menghalau rasa nyeri tanpa menghilangkan kesadaran. Berdasarkan kerjanya analgetik dibagi dua kelompok besar, yaitu analgetik non-narkotik dan analgetik narkotik.

2.4.1 Analgetik Non-narkotik

Berdasarkan kerja farmakologisnya, analgetik dibagi dalam dua kelompok besar, yaitu:

2.4.1.1 Analgetik Perifer

Obat-obat ini mampu meringankan atau menghilangkan rasa nyeri tanpa mempengaruhi SSP atau menurunkan kesadaran, juga tidak menimbulkan ketagihan. Khasiatnya berdasarkan rangsangan terhadap pusat pengatur kalor di hipotalamus mengakibatkan vasodilatasi perifer di kulit dengan bertambahnya pengeluaran kalor disertai keluarnya keringat. Secara kimiawi analgetik perifer dapat dibagi dalam beberapa kelompok, yakni:

- a. Paracetamol
- b. Salisilat: asetosal, salisilamida dan benorilat
- c. Penghambat prostaglandin (NSAIDs): ibuprofen
- d. Derivat-antranilat: mefenaminat, glafenin
- e. Derivat-pirazolinon: metamizol

2.4.1.2 Analgetik NSAIDs (Non Steroid Anti Inflammatory Drugs)

Analgetik NSAIDs (Non Steroid Anti Inflammatory Drugs) atau obat antiinflamasi non steroid (AINS) adalah suatu kelompok obat yang berfungsi sebagai antiinflamasi, analgetik dan atipiretik. NSAID merupakan obat yang heterogen, bahkan beberapa obat sangat berbeda secara kimiawi. Walaupun demikian, obat-obat ini ternyata memiliki banyak persamaan dalam efek terapi maupun efek samping. Obat golongan NSAID dinyatakan sebagai obat antiinflamasi non steroid karena ada obat golongan steroid yang juga berfungsi sebagai anti inflamasi. Obat golongan steroid bekerja di sistem yang lebih tinggi di

banding NSAID, yaitu menghambat konversi fosfolipid menjadi asam arakhidonat melalui penghambatan terhadap enzim fosfolipase. Anti radangsama kuat dengan analgesik yang digunakan sebagai anti nyeri atau rematik. Secara kimiawi obat-obat ini biasanya dibagi dalam beberapa kelompok, yaitu :

1. Salisilat (asetosal, benorilat dan diflunisal)
2. Asetat (diklofenak)
3. Peopionat (ibuprofen, ketoprofen, naproksen)
4. Oxicam (piroxicam, meloxicam)
5. Pirazolon (fenilbutazon).

2.5 Tingkat Pengetahuan

Pengetahuan merupakan segala sesuatu yang berkenaan dengan suatu hal yang dapat menemukan suatu informasi (Hidayati, et al., 2017). WHO (World Health Organization) 2012, pengetahuan yang cukup akan mempengaruhi seseorang terhadap sikap dan perilaku. Bahkan suatu penelitian pada tahun 2017 menyebutkan tingkat pendidikan salah satu hal yang dianggap mewakili dalam mencapai suatu pengetahuan. Pengetahuan bisa didapatkan dari berbagai faktor, misalnya pendidikan, pengalaman, usia, lingkungan atau bahkan saat ini banyak didapatkan dari media sosial (Nailufar, 2017). Beberapa penelitian menyebutkan bahwa tingkat pengetahuan masyarakat sangat mempengaruhi terhadap penggunaan swamedikasi secara rasional (Harahap, et al., 2017).

Tingkat pengetahuan dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain: usia, pendidikan, lingkungan, intelegensia, dan pekerjaan. Pengetahuan secara garis besar dibagi menjadi enam tingkat meliputi tahu (*know*), memahami (*comprehension*), aplikasi (*aplication*), analisa (*analysis*), sintesis (*syntesis*) dan evaluasi (*evaluation*). (Notoatmodjo, 2012).

Pengetahuan tentang kesehatan dapat diukur berdasarkan jenis penelitiannya, kuantitatif atau kualitatif. Penelitian kuantitatif mencari jawaban fenomena yang menyangkut berapa banyak, berapa sering, berapa lama dan sebagainya, maka biasanya menggunakan metode wawancara dan angket. Penelitian kualitatif bertujuan untuk menjawab bagaimana suatu fenomena itu terjadi, atau mengapa terjadi. Misalnya, mengapa di

komunitas ini sering terjadi kasus demam berdarah, maka biasanya menggunakan metode wawancara mendalam atau diskusi kelompok terfokus (Notoatmodjo, 2012).

Pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan memberikan seperangkat alat tes/ kuesioner tentang obyek pengetahuan atau isi materi yang ingin diukur dari subjek penelitian atau responden. Dilakukan penilaian dimana jawaban benar dari masing- masing pertanyaan diberi nilai 1, dan jika salah maka diberi nilai 0 (Notoatmodjo, 2012).