

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1 Swamedikasi**

Menurut WHO (*World Health Organization*) swamedikasi diartikan sebagai pemilihan dan penggunaan obat, termasuk pengobatan herbal dan tradisional, oleh individu untuk merawat diri sendiri dari penyakit atau gejala penyakit. Swamedikasi biasanya dilakukan untuk mengatasi keluhan-keluhan dan penyakit ringan yang sering dialami masyarakat, seperti demam, nyeri, pusing, batuk, influenza, sakit mag, cacingan, diare, penyakit kulit dan lain-lain. Obat-obat golongan obat bebas dan obat bebas terbatas merupakan obat yang relative aman digunakan untuk swamedikasi. Jadi, swamedikasi adalah upaya awal yang dilakukan sendiri dalam mengurangi/mengobati penyakit-penyakit ringan menggunakan obat-obatan dari golongan obat bebas dan bebas terbatas (Badan POM RI, 2014).

Dalam melakukan swamedikasi masyarakat memerlukan informasi obat yang jelas dan dapat dipercaya agar penentuan jenis dan jumlah obat yang diperlukan menjadi rasional. Informasi obat yang jelas dan pengetahuan tentang gejala jarang sekali dikuasai oleh masyarakat. Masyarakat seringkali mengetahui informasi obat melalui iklan, baik dari media cetak maupun media elektronik, dan itu merupakan jenis informasi yang paling berkesan, sangat mudah ditangkap serta sifatnya komersial. Ketidaksempurnaan iklan obat yang mudah diterima oleh masyarakat, salah satunya adalah tidak adanya informasi mengenai kandungan bahan aktif dari obat itu sendiri. Dengan demikian, jika hanya mengandalkan jenis informasi ini, masyarakat akan kehilangan informasi yang sangat penting, yaitu jenis obat apa yang seharusnya dipakai untuk mengobati gejala penyakit yang sedang diderita (Depkes RI, 2008).

Untuk melakukan swamedikasi dengan benar, masyarakat perlu mengetahui informasi yang jelas dan terpercaya mengenai obat-obat yang digunakan. Apabila

swamedikasi tidak dilakukan dengan benar maka dapat berisiko munculnya keluhan lain karena penggunaan obat yang tidak tepat. Swamedikasi yang tidak tepat diantaranya ditimbulkan karena salah mengenali gejala yang muncul, salah memilih obat, salah cara penggunaan, salah dosis, dan keterlambatan dalam mencari nasihat/saran tenaga kesehatan bila keluhan berlanjut. Selain itu, juga ada potensi risiko melakukan swamedikasi missal efek samping yang jarang muncul namun parah, interaksi obat yang berbahaya, dosis tidak tepat, dan pilihan terapi tidak sesuai atau salah (Badan POM RI, 2014).

## **2.2 Hal-Hal Yang Harus Diperhatikan Dalam Swamedikasi**

Ada beberapa hal penting yang harus diketahui masyarakat ketika akan melakukan swamedikasi sebagai berikut:

### **1. Mengenali Kondisi ketika akan melakukan swamedikasi**

Sebelum melakukan swamedikasi kita harus memperhatikan kondisi orang yang akan diobati. Beberapa kondisi yang harus diperhatikan adalah kehamilan, berencana untuk hamil, menyusui, umur (balita atau lansia), sedang dalam diet khusus seperti misalnya diet gula, sedang atau baru saja berhenti mengkonsumsi obat lain atau suplemen makanan, serta mempunyai masalah kesehatan baru selain penyakit yang selama ini diderita dan sudah mendapatkan pengobatan dari dokter. (BPOM, 2014)

### **2. Memahami bahwa ada kemungkinan interaksi obat**

Banyak obat dapat berinteraksi dengan obat lainnya atau berinteraksi dengan makanan dan minuman. Kenali nama obat atau nama zat berkhasiat yang terkandung dalam obat yang sedang anda konsumsi atau hendak digunakan sebagai swamedikasi. Tanyakan kepada Apoteker di Apotik mengenai ada tidaknya interaksi dari obat-obat tersebut. Untuk menghindari masalah yang mungkin terjadi, bacalah aturan pakai yang tercantum pada label kemasan obat (BPOM, 2014).

### 3. Mengetahui obat-obat yang dapat digunakan untuk swamedikasi

Tidak semua obat dapat digunakan untuk swamedikasi. Telah dijelaskan diatas bahwa obat yang digunakan untuk swamedikasi adalah obat yang relatif aman, yaitu obat golongan obat bebas, obat bebas terbatas dan obat golongan yang masuk ke dalam Daftar Obat Wajib Apotek (DOWA) (BPOM, 2014).

### 4. Mewaspadaai efek samping yang mungkin muncul

Selain dapat mengatasi penyakit/gejala penyakit, obat juga dapat menyebabkan efek yang tidak diinginkan. Efek samping yang terjadi tidak selalu memerlukan tindakan medis untuk mengatasinya, namun demikian beberapa efek samping yang mungkin memerlukan perhatian lebih dalam penanganannya (BPOM, 2014).

Efek samping yang mungkin timbul antara lain reaksi alergi, gatal-gatal, ruam, mengantuk, mual dan lain-lain. Oleh karena itu penting untuk mengetahui efek samping apa yang mungkin terjadi dan apa yang harus dilakukan saat mengalami efek samping tersebut. Efek samping bisa terjadi pada siapa saja namun umumnya dapat ditoleransi. Bila terjadi efek samping, segera hentikan pengobatan dan konsultasikan dengan tenaga kesehatan (BPOM, 2014).

### 5. Meneliti obat yang akan dibeli

Pada saat akan membeli obat, pertimbangkan bentuk sediaannya (tablet, sirup, kapsul, krim, dan lain-lain) dan pastikan bahwa kemasan tidak rusak. Lihatlah dengan teliti kemasan luar maupun kemasan dalam produk obat. Jangan mengambil obat yang menunjukkan adanya kerusakan walaupun kecil. Selain kemasan, perhatikan juga bentuk fisik sediaan. Untuk yang bentuk sirup, hal yang harus diperhatikan adalah warna dan kekentalannya. Pastikan tidak ada partikel partikel kecil di bagian bawah botol atau mengapung dalam sirup dan jika berbentuk suspensi, suspensi dapat tercampur rata setelah dikocok dan tidak terlihat ada bagian yang memisah. Pada tablet, bentuk harus benar-benar utuh dan tidak ada satupun yang pecah atau rusak. Jika pada tablet memiliki cetakan/tulisan, pastikan bahwa semua tablet memiliki cetakan/tulisan yang sama (BPOM, 2014).

Perhatikan juga penyimpanan obat di tempat penjualannya, jika obat disimpan di tempat yang terpapar cahaya matahari langsung maka sebaiknya beli obat di tempat lain yang kondisi penyimpanannya lebih baik. Lebih baik membeli obat di sarana distribusi yang resmi, seperti misalnya apotek dan toko obat berijin. Obat yang anda minum harus sudah memiliki nomor izin edar karena ini berarti obat tersebut telah memenuhi persyaratan keamanan, khasiat dan mutu yang ditetapkan oleh Badan POM. Hal lain yang harus diperhatikan adalah tanggal kedaluwarsa, tanggal ini menandakan bahwa sebelum tanggal tersebut obat masih memenuhi persyaratan dan aman untuk digunakan. Penggunaan obat yang sudah kedaluwarsa dapat membahayakan karena pada obat tersebut dapat terjadi perubahan bentuk atau perubahan menjadi zat lain yang berbahaya. Oleh karena itu, tidak boleh menggunakan obat yang sudah melewati batas kedaluwarsa (BPOM, 2014).

#### 6. Mengetahui cara penggunaan obat yang benar

Bacalah aturan pakai obat sesuai dengan petunjuk yang tertera pada label. Obat yang digunakan sesuai dengan petunjuk penggunaan, pada saat yang tepat dan jangka waktu terapi sesuai anjuran akan memberikan efek yang baik. Jangan membuang label ataupun bagian kemasan yang memberikan informasi mengenai penggunaan obat tersebut agar tidak terjadi kesalahan bila anda menggunakan obat itu kembali. Apabila merasa obat yang sedang digunakan tidak memberikan efek yang diinginkan setelah jangka waktu penggunaan yang dianjurkan, maka segeralah untuk berkonsultasi tenaga kesehatan (BPOM, 2014).

#### 7. Mengetahui cara penyimpanan obat yang baik

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

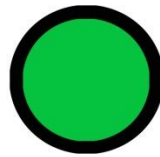
terdapat kandungan zat pengawet yang dapat menghambat pertumbuhan kuman dan jamur, akan tetapi bila wadah sudah dibuka maka zat pengawet pun tidak dapat mencegah rusaknya obat secara keseluruhan (BPOM, 2014).

### **2.3 Penggolongan Obat**

Penggolongan obat dimaksudkan untuk peningkatan keamanan dan ketepatan penggunaan serta pengamanan distribusinya. Penggolongan obat menurut Permenkes No. 917/1993 adalah :

#### **1. Obat Bebas**

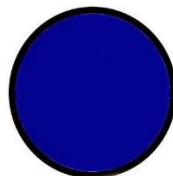
Obat bebas adalah obat yang dijual bebas di pasaran dan dapat dibeli tanpa resep dokter. Tanda khusus pada kemasan dan etiket obat bebas adalah lingkaran hijau dengan garis tepi berwarna hitam (Depkes RI, 2007).



**Gambar 2.1 Logo Obat Bebas**

#### **2. Obat Bebas Terbatas**

Obat bebas terbatas adalah obat yang sebenarnya termasuk obat keras tetapi masih dapat dijual atau dibeli bebas tanpa resep dokter, dan disertai dengan tanda peringatan. Tanda khusus pada kemasan dan etiket obat bebas terbatas adalah lingkaran biru dengan garis tepi berwarna hitam. (Depkes RI, 2007).



**Gambar 2.2 Logo Obat Bebas Terbatas**

Tanda peringatan selalu tercantum pada kemasan obat bebas terbatas, berupa empat persegi panjang berwarna hitam berukuran panjang 5 (lima) centimeter, lebar 2 (dua) centimeter dan memuat pemberitahuan berwarna putih sebagai berikut :

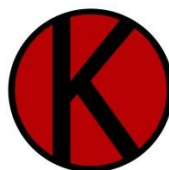
<p>P. No. 1          Awas ! Obat Keras          Bacalah aturan pemakaiannya</p>	<p>P. No. 2          Awas ! Obat Keras          Hanya untuk kumur, jangan ditelan</p>
<p>P. No. 3          Awas ! Obat Keras          Hanya untuk bagian luar dari badan</p>	<p>P. No. 4          Awas ! Obat Keras         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

**Gambar 2.3 Peringatan Obat Bebas Terbatas**

### 3. Obat Keras dan Psikotropika

Obat keras adalah obat yang hanya dapat dibeli di apotek dengan resep dokter. Tanda khusus pada kemasan dan etiket adalah huruf K dalam lingkaran merah dengan garis tepi berwarna hitam.

Obat psikotropika adalah obat keras baik alamiah maupun sintetis bukan narkotik, yang berkhasiat psikoaktif melalui pengaruh selektif pada susunan saraf pusat yang menyebabkan perubahan khas pada aktivitas mental dan perilaku (Depkes RI, 2007).



**Gambar 2.4 Logo Obat Keras dan Psikotropika**

### 4. Obat Narkotika

Obat narkotika adalah obat yang berasal dari tanaman atau bukan tanaman baik sintetis maupun semi sintetis yang dapat menyebabkan penurunan atau perubahan

kesadaran, hilangnya rasa, mengurangi sampai menghilangkan rasa nyeri dan menimbulkan ketergantungan (Depkes RI, 2007).



**Gambar 2.5 Logo Narkotika**

#### 5. Obat Wajib Apotek

Obat Wajib Apotek yaitu obat keras yang dapat diserahkan oleh Apoteker kepada pasien di Apotek tanpa resep dokter (Kemenkes, 1990).

Berdasarkan Keputusan Menteri Kesehatan saat ini ada 3 daftar obat keras yang diperbolehkan atau dapat diserahkan tanpa resep dokter. Peraturan mengenai Daftar Obat Wajib Apotek terdapat dalam:

- a. Keputusan Menteri Kesehatan Nomor 347/MenKes/SK/VII/1990 Tentang Obat Wajib Apotek, berisi Daftar Obat Wajib Apotek No. 1.
- b. Keputusan Menteri Kesehatan Nomor 924/Menkes/Per/X/1993 Tentang Obat Wajib Apotek, berisi Daftar Obat Wajib Apotek No. 2.
- c. Keputusan Menteri Kesehatan Nomor 1176/Menkes/SK/X/1999 Tentang Obat Wajib Apotek, berisi Daftar Obat Wajib Apotek No. 3.

#### 2.4 Obat Yang Digunakan Dalam Swamedikasi

Obat-obat yang dapat digunakan di dalam swamedikasi sering disebut sebagai obat-obatan *over the counter* (OTC) dan dapat diperoleh tanpa resep dokter (*World Self-Medication Industry*, 2012). OTC sangat bermanfaat di dalam pengobatan sendiri untuk masalah kesehatan yang ringan hingga sedang. Namun bagi sebagian orang, beberapa produk obat OTC dapat berbahaya ketika digunakan sendiri atau dikombinasikan dengan obat lain (Hermawati, 2012).

Obat yang dapat diserahkan tanpa resep harus memenuhi kriteria berikut (Permenkes No. 919/Menkes/Per/XI/1993):

- a. Tidak dikontraindikasikan untuk penggunaan pada wanita hamil, anak dibawah usia 2 tahun, dan orang tua di atas 65 tahun.
- b. Pengobatan sendiri dengan obat dimaksud tidak memberikan risiko pada kelanjutan penyakit.
- c. Penggunaanya tidak memerlukan cara dan atau alat khusus yang harus dilakukan oleh tenaga kesehatan.
- d. Penggunaannya diperlukan untuk penyakit yang prevalensinya tinggi di Indonesia.
- e. Obat dimaksud memiliki rasio khasiat keamanan yang dapat dipertanggungjawabkan untuk pengobatan sendiri.

Golongan obat bebas, obat bebas terbatas, dan obat wajib apotek adalah golongan obat yang dapat dibeli tanpa resep dokter.