

PEMILIHAN OBAT SECARA AMAN PADA KEHIDUPAN SOSIAL MASYARAKAT DALAM MENINGKATKAN KESEHATAN MASYARAKAT

Oleh :
Astri Widiarti

ABSTRAK

Untuk meningkatkan kesehatan sosial masyarakat diperlukan adanya upaya dari tenaga kesehatan untuk mencegah terjadinya penggunaan obat yang tidak rasional. Obat merupakan benda atau zat yang dapat digunakan untuk merawat penyakit, membebaskan gejala, atau mengubah proses kimia dalam tubuh. Obat digolongkan menjadi Narkotika, Psikotropika, obat bebas, obat bebas terbatas dan obat keras. Obat yang dapat diperoleh pasien di apotek tanpa resep dokter adalah obat bebas dan obat bebas terbatas. Penggunaan obat yg tidak tepat dapat menimbulkan, pemborosan, keracunan obat, meningkatkan kegagalan pengobatan, resisten / kebalnya antimikroba.

Kata Kunci : Sosial Masyarakat, obat, resep dokter

1. PENDAHULUAN

Hidup yang sehat sebagai hak azasi manusia diwujudkan dalam bentuk pemberian berbagai upaya kesehatan kepada seluruh masyarakat melalui penyelenggaraan kesehatan termasuk penggunaan obat yang aman. Pemakaian obat yang tidak rasional merupakan masalah serius dalam pelayanan kesehatan oleh karena kemungkinan dampak negatif yang terjadi.

Masyarakat Indonesia seringkali membeli obat tanpa resep dokter di apotik maupun di toko obat. Masyarakat umumnya tidak mengetahui bahwa obat yang hanya dapat diperoleh tanpa resep dokter adalah obat bebas.

Obat bebas yang dimaksud di sini adalah obat-obatan yang mengandung satu atau lebih zat dengan penandaan label lingkaran hijau. Biasanya digunakan untuk meredakan pusing, nyeri, flu, batuk, hidung tersumbat, sakit lambung (sakit maag), diare/mencret, dan sembelit (konstipasi). Meskipun berstatus obat yang dapat diperoleh dengan bebas tanpa resep dokter dan digunakan hanya untuk keluhan yang sifatnya umum, obat bebas tetaplah suatu sediaan obat dengan karakteristik yang khas.

Sediaan obat (apapun bentuknya, termasuk obat tradisional), selain mengandung efek terapi juga tidak akan pernah lepas dari yang dinamakan efek samping. Efek samping obat adalah efek yang umum ditemui pada penggunaan obat dalam rentang dosis terapinya. Keberadaan, frekuensi, dan durasi munculnya efek samping bisa jadi berbeda pada tiap individu, tergantung pada dosis obat, frekuensi penggunaan, cara pakai, kondisi fisik pengguna, hingga genetis dari pasien. Efek samping yang muncul perlu dicermati gejala dan tandanya agar kita sebagai pengguna bisa mencegah dan mengatasinya dengan benar.

2. PEMBAHASAN

2.1. Definisi Obat

Obat merupakan benda atau zat yang dapat digunakan untuk merawat penyakit, membebaskan gejala, atau mengubah proses kimia dalam tubuh.

Obat adalah suatu bahan atau paduan bahan – bahan yang dimaksudkan untuk digunakan dalam menetapkan diagnosis, mencegah, mengurangi, menghilangkan, menyembuhkan penyakit atau gejala penyakit, luka atau kelainan badaniah dan rohaniah pada

manusia dan hewan dan untuk memperelok dan memperindah badan atau bagian badan manusia termasuk obat tradisional.

2.2. Perilaku Masyarakat dalam Mengonsumsi Obat

Kesehatan adalah keadaan sejahtera dari badan, jiwa, dan sosial yang memungkinkan setiap orang hidup produktif secara sosial dan ekonomis. Pemeliharaan kesehatan adalah upaya penganggulangan dan pencegahan gangguan kesehatan yang memerlukan pemeriksaan, pengobatan dan/atau perawatan termasuk kehamilan dan persalinan. Pendidikan kesehatan adalah proses membantu seseorang, dengan bertindak secara sendiri-sendiri ataupun secara kolektif, untuk membuat keputusan berdasarkan pengetahuan mengenai hal-hal yang mempengaruhi kesehatan pribadinya dan orang lain.

UU No.23,1992 tentang Kesehatan menyatakan bahwa: Kesehatan adalah keadaan sejahtera dari badan, jiwa dan sosial yang memungkinkan hidup produktif secara sosial dan ekonomi. Dalam pengertian ini maka kesehatan harus dilihat sebagai satu kesatuan yang utuh terdiri dari unsur-unsur fisik, mental dan sosial dan di dalamnya kesehatan jiwa merupakan bagian integral kesehatan.

Pengertian sakit berkaitan dengan gangguan psikososial yang dirasakan seseorang, sedangkan penyakit berkaitan dengan gangguan yang terjadi pada organ tubuh berdasarkan diagnosis profesi kesehatan. Sakit (illness) merupakan keluhan yang belum tentu karena penyakit (disease), tetapi selalu mempunyai relevansi psikososial. Perilaku sakit adalah setiap kegiatan yang dilakukan orang sakit untuk menjelaskan keadaan kesehatannya dan mendapatkan pengobatan yang sesuai).

Sehat itu mahal. Ungkapan itu benar adanya. Jika kita sakit berapa biaya yang harus dikeluarkan. Biaya obat, biaya dokter, dan biaya rumah sakit, apalagi jika sakit sampai berhari-hari. Karena itu, untuk mengantisipasi biaya sakit, sekarang ini banyak orang menyiasatinya dengan berlindung kepada asuransi, ataupun dengan melakukan pengobatan sendiri.

Namun, dalam melakukan pengobatan sendiri banyak sekali masyarakat yang belum mengetahui informasi apa saja yang harus diperoleh sebelum mengonsumsi obat. Saat ini bisa kita lihat di apotik-apotik maupun di banyak toko obat yang membeli obat untuk melakukan pengobatan sendiri.

Pengambilan keputusan untuk pencarian pengobatan sakit umumnya menyangkut tiga pertanyaan pokok, yaitu sumber pengobatan apa yang menurut anggota masyarakat mampu mengobati sakitnya, kriteria apa yang dipakai untuk memilih salah satu dari beberapa sumber pengobatan yang ada, dan bagaimana proses pengambilan keputusan untuk memilih sumber pengobatan tersebut.

2.3. Swamedikasi Obat

Masyarakat dapat membeli obat tertentu di apotik dengan label tertentu di apotik. Pengobatan ini dinamakan dengan swamedikasi.

Menurut *World Health Organization* (WHO) swamedikasi adalah pemilihan dan penggunaan obat baik obat modern maupun obat tradisional oleh seseorang untuk melindungi diri dari penyakit dan gejalanya (WHO,1998).

Sedangkan menurut *The International Pharmaceutical Federation* (FIP) yang dimaksud dari swamedikasi atau *self medication* adalah penggunaan obat non resep oleh seseorang atas inisiatif sendiri (FIP,1999).

2.3.1 Penggunaan Obat yang Rasional dalam Swamedikasi

Swamedikasi memberikan kontribusi yang sangat besar bagi pemerintah dalam pemeliharaan kesehatan secara rasional. Namun bila tidak dilakukan secara benar justru menimbulkan bencana yaitu tidak sembuhya penyakit atau munculnya penyakit baru karena obat dengan segala konsekuensinya. Untuk melakukan swamedikasi secara aman, efektif dan terjangkau, masyarakat perlu melakukan bekal pengetahuan dan ketrampilan. Masyarakat mutlak memerlukan informasi yang jelas dan terpercaya agar penentuan kebutuhan jenis atau jumlah obat dapat diambil berdasarkan alasan yang rasional (Suryawati,1997).

Untuk mengetahui kebenaran swamedikasi (Menggunakan Obat secara rasional) dapat digunakan indikator sebagai berikut (Depkes RI, 1996) :

1. Tepat Obat, pelaku swamedikasi dalam melakukan pemilihan obat hendaknya sesuai dengan keluhan yang dirasakannya dan mengetahui kegunaan obat yang diminum.
2. Tepat golongan, pelaku swamedikasi hendaknya menggunakan obat yang termasuk golongan obat bebas dan bebas terbatas.
3. Tepat dosis, pelaku swamedikasi dapat menggunakan obat secara benar meliputi cara pemakaian, aturan pakai dan jumlah obat yang digunakan.
4. Tepat waktu (Lama pengobatan terbatas), pelaku swamedikasi mengetahui kapan harus menggunakan obat dan batas waktu menghentikannya untuk segera meminta pertolongan tenaga medis jika keluhannya tidak berkurang.
5. Waspada efek samping, pelaku swamedikasi mengetahui efek samping yang timbul pada penggunaan obat sehingga dapat mengambil tindakan pencegahan serta mewaspadainya.

Tanggung jawab dalam swamedikasi menurut *World Health Organization* (WHO) terdiri dari dua yaitu (WHO,1998) :

1. Pengobatan yang digunakan harus terjamin keamanan, kualitas dan keefektifannya.
2. Pengobatan yang digunakan diindikasikan untuk kondisi yang dapat dikenali sendiri dan untuk beberapa macam kondisi kronis dan tahap penyembuhan (Setelah diagnosis medis awal). Pada seluruh kasus, obat harus didesain spesifik untuk tujuan pengobatan tertentu dan memerlukan bentuk sediaan dan dosis yang benar.

Masalah – masalah yang umum dihadapi pada swamedikasi antara lain sakit kepala, batuk, sakit mata, konstipasi, diare, sakit perut, sakit gigi, penyakit pada kulit seperti panu, sakit pada kaki dan lain sebagainya (Edwards & stillman,2000).

2.3.1 Peran Farmasis dalam Swamedikasi

Pelayanan kefarmasian saat ini telah bergeser orientasinya dari drug oriented menjadi klien oriented yang berdasarkan pada konsep “ *Pharmaceutical Care*” . Yang dimaksud dengan *Pharmaceutical care* adalah tanggung jawab farmakoterapi dari seorang farmasis untuk mencapai dampak tertentu dalam meningkatkan kualitas hidup klien (ISFI,2004). Peran farmasis diharapkan tidak hanya menjual obat tetapi lebih kepada menjamin tersedianya obat yang berkualitas, mempunyai efikasi, jumlah yang cukup, aman, nyaman bagi pemakaiannya dan harga yang wajar serta pada saat pemberiannya disertai informasi yang cukup memadai, diikuti pemantauan pada saat penggunaan obat dan akhirnya di evaluasi. Pekerjaan kefarmasian dilakukan berdasarkan pada nilai ilmiah, keadilan, kemanusiaan, keseimbangan, dan perlindungan serta keselamatan klien atau masyarakat yang berkaitan dengan sediaan farmasi yang memenuhi standart dan persyaratan keamanan, mutu, dan kemanfaatan. Menurut *World Health organization* (WHO), peran farmasis dalam swamedikasi yaitu (WHO,1998) :

1. **Komunikator (*Communicator*)**

Farmasis harus mempunyai inisiatif untuk berdialog dengan klien (dan dokter, jika dibutuhkan) untuk menggali tentang riwayat kesehatan klien. Untuk mendapatkan informasi yang benartentang kondisi klien, farmasis mengajukan beberapa pertanyaan kepada klien misalnya mengenai keluhan atau pengobatan yang pernah dilakukan klien. Dalam hal ini farmasis harus mampu mengenali gejala penyakit tanpa melangkahi wewenang dokter.

Farmasis harus memberikan informasi yang objektifyang diperlukan klien misalnya mengenai cara penggunaan obat atau cara penyimpanan obat. Untuk itu farmasis harus dapat memenuhi kebutuhan klien sebagai sumber informasi tentang obat, mendampingi dan membantu klien untuk melakukan swamedikasi yang bertanggung jawab atau bila perlu memberikan referensi kepada klien untuk melakukan rujukan kepada dokter.

2. **Penyedia obat yang berkualitas (*quality drug supplier*)**

Seseorang Farmasis harus menjamin bahwa obat yang disediakan dalam swamedikasi berasal dari sumber yang dapat dipertanggung jawabkan dan berkualitas bagus. Selain itu farmasis juga harus menjamin bahwa obat – obat tersebut disimpan dengan baik.

3. **Pengawas dan pelatih (*trainer and supervisor*)**

Untuk menjamin bahwa pelayanan yang diberikan berkualitas, maka farmasis harus selalu membekali diri dengan ilmu – ilmu terbaru untuk meningkatkan kemampuan profesional seperti mengikuti pendidikan berkelanjutan.

Farmasis harus menjamin bahwa pelayanan yang dilakukan oleh staf – staf yang bukan farmasis memiliki kualitas yang sama. Karena itu farmasis harus membuat protokol sebagai referensi bagi farmasis dan juga protokol bagi pekerja kesehatan masyarakat yang terlibat dengan penyimpanan dan distribusi obat.Farmasis juga harus menyediakan pelatihan dan menjadi pengawas bagi staf-staf yang bukan farmasis.

4. **Kolaborator (*collaborator*)**

Farmasis harus membangun hubungan profesional yang baik dengan profesional kesehatan yang lain, asosiasi profesi nasional, industri farmasi, pemerintah (Lokal/Nasional), klien dan masyarakat umum.

Pada akhirnya hubungan yang baik ini dapat digunakan untuk meningkatkan kualitas dalam swamedikasi.

5. **Promotor Kesehatan (*Health promotor*)**

Sebagai bagian dari kesehatan, farmasis harus berpartisipasi dalam mengidentifikasi masalah kesehatan dan resikonya bagi masyarakat, berpartisipasi dalam promosi kesehatan dan pencegahan penyakit dan memberikan saran secara individual untuk membantu dalam menentukan pilihan informasi tentang kesehatan.

2.4. **Penggolongan Obat**

Obat berdasarkan jenis dan tingkat keamanannya dibedakan menjadi 5 golongan yaitu:

:

2.4.1 **Narkotika**

Narkotika adalah zat atau obat yang berasal dari tanaman atau bukan tanaman, baik sintetis maupun semisintetis yang dapat menyebabkan penurunan atau perubahan kesadaran,

hilangnya rasa, mengurangi sampai menghilangkan rasa nyeri dan dapat menimbulkan ketergantungan (*hang over*)

Narkotika termasuk kedalam daftar O=Opiat. Pengambilannya harus dengan resep dokter dan resep tidak dapat diulang. Selain itu resep yang mengandung narkotika diberi tanda merah dibawah obatnya dan tidak dicantumkan tanda “iter”. Narkotika dibedakan menjadi 3 golongan yaitu :

a. Golongan I :

Digunakan untuk pengembangan ilmu pengetahuan.

Contoh narkotika golongan I : Tanaman papaver somniferum (kecuali biji), opium mentah (getah), opium masak (candu, jicing, jicingko), tanaman erithroxylon (termasuk buah dan biji), kokain, tanaman cannabis (ganja)

b. Golongan II dan III :

Berupa bahan baku baik alamiah maupun sintetis dapat diedarkan tanpa wajib daftar pada Depkes

Contoh narkotika golongan II : fentanil, metadon, metofon, morfina, petidina

Contoh narkotika golongan III : kodeina

2.4.2. Psikotropika

Psikotropika adalah zat atau obat baik alamiah atau sintetis, bukan narkotika yang berkhasiat psikoaktif melalui pengaruh selektif pada susunan saraf pusat yang menyebabkan perubahan khas aktivitas mental dan perilaku. Psikotropika dibagi menjadi 4 golongan yaitu :

a. Golongan I : Lisergida (LSD/extasy)

b. Golongan II : amfetamin, metamfetamin (sabu2)

c. Golongan III : Pentobarbital

d. Golongan IV : diazepam

2.4.3. Obat Keras/Obat Keras Tertentu

Logo simbol obat keras diberi tanda bulatan dengan lingkaran hitam dengan dasar merah yang didalamnya terdapat huruf K yang menyentuh garis tepi. Merupakan obat yang termasuk kedalam golongan daftar G (Gevaarlijk=Berbahaya). Obat keras adalah obat yang termasuk dalam daftar obat yang hanya boleh diserahkan oleh apoteker atau dokter. Apoteker hanya menyerahkan obat keras tersebut hanya berdasarkan perintah/resep dokter. Dan dokter hanya dapat menyerahkan obat tersebut, jika obat tersebut diperoleh dari apotek.

Pengecualian diberlakukan menurut Permenkes, beberapa kelompok obat keras yang dapat diserahkan apoteker tanpa resep dokter misalnya obat untuk kontrasepsi oral berupa hormon, obat saluran cerna seperti papaverin, obat saluran nafas seperti aminophylin dan salbutamol, dan kelompok lainnya.

Contoh obat keras antara lain : antibiotik (tetrasklin, penisilin dsb), obat-obat yang mengandung hormon, obat penenang, kencing manis dsb.

2.4.4. Obat Bebas Terbatas

Merupakan obat yang termasuk kedalam golongan daftar W (Waarschuwing=Peringatan). Obat ini dapat diserahkan tanpa resep dokter. Obat bebas terbatas merupakan obat bebas yang dapat diberikan dalam jumlah terbatas, baik dosis maupun jumlah. Obat bebas terbatas ini dapat dibeli di apotik, tanpa resep dokter dan diberi bersama dengan peringatan obat tertulis. Peringatan obat tertulis tersebut ditulis dalam bentuk tulisan putih dengan latar belakang hitam.

Obat bebas terbatas digunakan untuk mengobati penyakit ringan yang dikenali oleh penderita penyakit itu sendiri. Contoh dari obat bebas terbatas adalah : Obat anti mabok dan obat anti flu.

2.4.5. Obat Bebas

Obat bebas merupakan tingkat keamanannya sudah terbukti tidak membahayakan. Obat ini diberikan tanda atau lingkaran hitam yang mengelilingi lingkaran hijau . Obat ini dapat diserahkan atau dibeli tanpa resep dokter dan biasanya digunakan untuk pengobatan sendiri. Contohnya adalah Parasetamol, antasida DOEN, Calcium Lactate, dll. Dalam istilah lain untuk obat bebas adalah Over The Counter (OTC).

2.4.6 Cara Memilih Obat

Obat yang dapat diperoleh pasien di apotek tanpa resep dokter adalah obat bebas dan obat bebas terbatas. Sebelum membeli obat, hendaknya pasien memperhatikan informasi obat yang akan di konsumsinya. Informasi ini dapat dibaca pada brosur atau dapat ditanyakan pada petugas di apotik. Adapun jenis-jenis informasi yg terdapat dalam brosur seperti:

1. Nama obat,
2. Komposisi obat
3. Cara kerja obat
4. Indikasi
5. Aturan pakai
6. Peringatan perhatian
7. Nama produsen
8. Efek samping
9. Kontraindikasi
10. Nomor bath/lot
11. Tanggal Kadaluarasa
12. Indikasi atau kegunaan
13. Dosis atau aturan minum obat
14. Peringatan dan perhatian
15. Kerja obat

2.5 Efek yang Timbul dari Salah Penggunaan Obat

Penggunaan obat yg tidak tepat dapat menimbulkan:

1. Pemborosan
2. Keracuan Obat
3. Meningkatkan kegagalan pengobatan
4. Resisten / kebalnya antimikroba

1. KESIMPULAN

Obat merupakan benda atau zat yang dapat digunakan untuk merawat penyakit, membebaskan gejala, atau mengubah proses kimia dalam tubuh. Obat yang dapat diperoleh pasien di apotek tanpa resep dokter adalah obat bebas dan obat bebas terbatas. Penggunaan obat yg tidak tepat dapat menimbulkan, pemborosan, keracuan obat, meningkatkan kegagalan pengobatan, resisten / kebalnya antimikroba.

2. SARAN

Untuk meningkatkan pola hidup masyarakat diharapkan agar pemerintah, swasta maupun perorangan dapat membantu meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya

informasi mengenai obat dan akan bahaya dari obat jika tidak digunakan sesuai dengan aturan pakai. Sehingga dengan meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap hidup sehat dapat mengurangi angka kejadian penyakit.

DAFTAR PUSTAKA

Effendy N. *Dasar – Dasar Keperawatan Kesehatan Masyarakat*. Edisi 2. Jakarta EGC : 1998
Hidayat, A. Aziz Alimul, 2006, *Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia Aplikasi Konsep dan*

Proses Keperawatan, Jakarta: Salemba Medika

Notoatmojo. S. *Pendidikan dan perilaku Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta : 2003

Prawirohardjo, Sarwono. 2006. *Buku Acuan Nasional Pelayanan Kesehatan*. Jakarta: Yayasan

Bina Pustaka.