

## **BAB II**

### **STUDI PUSTAKA**

#### **2.1 Tinjauan Pustaka**

##### **2.1.1 Pengetahuan**

Pengetahuan adalah suatu fakta atau kondisi mengetahui sesuatu dengan baik yang didapat lewat pengalaman dan pelatihan. Adapun definisi lain dari pengetahuan, yaitu pengetahuan adalah segala maklumat yang berguna bagi tugas yang akan dilakukan (Departemen Kesehatan RI, 2009).

Dapat disimpulkan pengetahuan adalah hasil penginderaan manusia atau hasil tahu seseorang terhadap objek melalui indera yang dimilikinya (mata, hidung, telinga, dsb) (Safitri, 2015). Dengan sendirinya, saat penginderaan sampai menghasilkan pengetahuan tersebut sangat dipengaruhi oleh intensitas perhatian dan persepsi terhadap objek. Sebagian besar pengetahuan seseorang diperoleh melalui indera pendengaran (telinga), dan indera penglihatan (mata).

Sebelum orang mengadopsi perilaku baru, dalam diri orang tersebut terjadi proses yang berurutan, yakni (Safitri, 2015) :

- a. *Awareness* (kesadaran), dimana orang tersebut menyadari dalam arti mengetahui terlebih dahulu terhadap stimulus (objek).
- b. *Interest* (merasa tertarik) terhadap stimulus atau objek tersebut.
- c. *Evaluation* (menimbang-nimbang) terhadap baik dan tidaknya stimulus tersebut bagi dirinya. Hal ini berarti sikap responden sudah lebih baik lagi.
- d. *Trial*, dimana subjek mulai mencoba melakukan sesuatu sesuai dengan apa yang dikehendaki oleh stimulus.
- e. *Adoption*, dimana subjek telah berperilaku baru sesuai dengan pengetahuan, kesadaran, dan sikapnya terhadap stimulus.

Faktor yang menjadi penentu pengetahuan seseorang selain pendidikan adalah usia. Dengan bertambahnya usia seseorang maka akan terjadi perubahan pada aspek fisik dan psikologis(Safitri, 2015).

\

### 2.1.2 Pengobatan Sendiri (Swamedikasi)

Swamedikasi didefinisikan oleh *World Health Organization (WHO)* sebagai *the selection and use of medicines by individuals to treat self-recognised illnesses or symptoms*. Berdasarkan definisi tersebut dapat diambil pengertian bahwa swamedikasi merupakan proses pengobatan yang dilakukan sendiri oleh seseorang mulai dari pengenalan keluhan atau gejalanya sampai pada pemilihan dan penggunaan obat (Widayati, 2013). Swamedikasi merupakan upaya pengobatan yang dilakukan sendiri. Dalam penatalaksanaan swamedikasi, masyarakat memerlukan pedoman yang terpadu agar tidak terjadi kesalahan pengobatan (*medication error*) (Muchid, 2007).

Swamedikasi disebabkan oleh beberapa hal faktor antara lain karena perkembangan teknologi informasi, sehingga masyarakat menjadi lebih mudah mengakses informasi, termasuk informasi mengenai kesehatan (Izzatin, 2015). Banyaknya masyarakat yang melakukan swamedikasi dikarenakan adanya informasi mengenai iklan obat bebas dan obat bebas terbatas. Obat yang dijual di pasaran memudahkan seseorang melakukan swamedikasi terhadap keluhan penyakitnya, karena relatif lebih cepat, hemat biaya, dan praktis tanpa perlu periksa ke dokter. Namun, untuk melakukan swamedikasi diperlukan informasi yang benar agar dapat dicapai mutu swamedikasi yang baik, yaitu tersedianya obat yang cukup dengan informasi yang memadai akan meningkatkan derajat kesehatan masyarakat (Yusrizal, 2014).

Tindakan swamedikasi mempunyai kecenderungan untuk meningkat. Beberapa faktor berperan dalam peningkatan tersebut, yaitu: pengetahuan masyarakat tentang penyakit ringan dan berbagai gejala serta pengobatannya, motivasi masyarakat untuk mencegah atau mengobati penyakit ringan yang mampu dikenali sendiri, ketersediaan dan kemudahan mendapatkan obat – obat yang dapat dibeli bebas tanpa resep dokter atau OTR / Obat Tanpa Resep (OTC / *Over The Counter*) secara luas dan terjangkau untuk mengatasi penyakit ringan atau gejala yang muncul, serta diterimanya pengobatan tradisional sebagai bagian dari sistem kesehatan. Sedangkan menurut faktor-faktor yang mempengaruhi penggunaan obat dan obat tradisional, terutama tujuan penggunaan, sikap, dan jarak dari rumah ke

sumber obat (Puspita, 2017). Yang harus diperhatikan pada swamedikasi (Widyaningsih, 2018)

- a. Ketahui kondisi dan gejala yang dialami
- b. Cek label interaksi obat
- c. Mengetahui obat apa saja yang bisa digunakan untuk swamedikasi
- d. Cek label efek samping
- e. Teliti pada kemasan obat
- f. Mengetahui cara penggunaan obat dan penyimpanannya

Selain itu, ada beberapa kriteria pengobatan dengan Swamedikasi adalah sebagai berikut (Widyaningsih, 2018):

- a. Aman bagi wanita hamil, anak di bawah 2 tahun dan lansia
- b. Tidak memberikan risiko pada kelanjutan penyakit
- c. Tidak memerlukan cara atau alat khusus yang harus dilakukan oleh perawat
- d. Rasio keamanan obat terjamin

Pengobatan sendiri disini dibatasi untuk penyakit ringan seperti batuk, flu (influenza), demam, nyeri, sakit maag, kecacingan, diare, biang keringat, jerawat, kadas/kurap, ketombe, kudis, kutil, luka bakar, luka iris dan luka serut (Wahyu Widyaningsih, 2018).

### **2.1.3 Informasi Umum Obat**

Obat adalah bahan atau paduan bahan, termasuk produk biologi yang digunakan untuk mempengaruhi atau menyelidiki sistem fisiologi atau keadaan patologi dalam rangka penetapan diagnosis, pencegahan, penyembuhan, pemulihan, peningkatan kesehatan dan kontrasepsi, untuk manusia (Sudibiyo Supriadi, Rini Susanti Handayani, M.J. Herman, Raharni, 2012).

- a. Penggolongan Obat

Penggolongan obat dimaksudkan untuk peningkatan keamanan dan ketepatan penggunaan serta pengamanan distribusinya. Penggolongan obat menurut Permenkes No. 917/1993 adalah (Muchid, 2007):

| No | Logo Obat   | Golongan Obat           | Penjelasan  |
|----|---|-------------------------|---|
| 1. |    | Obat Bebas              | <p>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. Contoh : Parasetamol</p>   |
| 2. |    | Obat Bebas Terbatas     | <p>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. Contoh : CTM</p>  |
| 3. |   | Obat Keras Psikotropika | <p>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. Contoh : Asam Mefenamat</p> <p>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. Contoh : Diazepam, Phenobarbital</p> |
| 4. |  | Obat Narkotika          | <p>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. Contoh : Morfin, Petidin</p>  |

b. Informasi Kemasan, Etiket dan Brosur

Sebelum menggunakan obat, bacalah sifat dan cara pemakaiannya pada etiket, brosur atau kemasan obat agar penggunaannya tepat dan aman. Pada setiap brosur atau kemasan obat selalu dicantumkan (Muchid, 2007):

- 1) Nama Obat
- 2) Komposisi
- 3) Indikasi
- 4) Aturan pakai
- 5) Peringatan (Khusus untuk obat bebas terbatas)
- 6) Perhatian
- 7) Nama Produsen
- 8) Nomor Batch/ lot
- 9) Nomor registrasi dicantumkan sebagai tanda ijin edar absah yang diberikan oleh pemerintah pada setiap kemasan obat.
- 10) Tanggal Kadaluarsa

c. Tanda Peringatan

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 (Muchid, 2007):

|   |  |
|---|--|
| <p>P no. 1<br/>           Awas! Obat Keras<br/>           Bacalah aturan memakainya</p>         | <p>P no. 4<br/>           Awas! Obat Keras<br/>           Hanya untuk dibakar</p>        |
| <p>P no. 2<br/>           Awas! Obat Keras<br/>           Hanya untuk kumur, jangan ditelan</p> | <p>P no. 5<br/>           Awas! Obat Keras<br/>           Tidak boleh ditelan</p>        |
| <p>P no. 3<br/>           Awas! Obat Keras<br/>           Hanya untuk bagian luar badan</p>     | <p>P no. 6<br/>           Awas! Obat Keras<br/>           Obat wasir, jangan ditelan</p> |

Gambar 2.1.

Peringatan pada obat bebas terbatas menurut ketetapan Menteri Kesehatan (Depkes, 2006)

#### d. Cara Pemilihan Obat

Beberapa hal yang harus diperhatikan pada saat pemilihan obat adalah sebagai berikut (Muchid, 2007):

- 1) Gejala atau keluhan penyakit
- 2) Kondisi khusus misalnya hamil, menyusui, bayi, lanjut usia, diabetes mellitus dan lain-lain
- 3) Pengalaman alergi atau reaksi yang tidak diinginkan terhadap obat tertentu.
- 4) Nama obat, zat berkhasiat, kegunaan, cara pemakaian, efek samping dan interaksi obat yang dapat dibaca pada etiket atau brosur obat.
- 5) Pilihlah obat yang sesuai dengan gejala penyakit dan tidak ada interaksi obat dengan obat yang sedang diminum.
- 6) Untuk pemilihan obat yang tepat dan informasi yang lengkap, tanyakan kepada Apoteker.

#### e. Cara Penggunaan Obat

Penggunaan obat yang tidak tepat, memiliki resiko yang mungkin tidak imbang dengan manfaat yang diperoleh dari tindakan memberikan suatu obat, dengan kata lain penggunaan obat tidak rasional (Muchid, 2007).

- 1) Penggunaan obat tidak untuk pemakaian secara terus menerus.
- 2) Gunakan obat sesuai dengan anjuran yang tertera pada etiket atau brosur.
- 3) Bila obat yang digunakan menimbulkan hal-hal yang tidak diinginkan, hentikan penggunaan dan tanyakan kepada Apoteker dan dokter.
- 4) Hindarkan menggunakan obat orang lain walaupun gejala penyakit sama.
- 5) Untuk mendapatkan informasi penggunaan obat yang lebih lengkap, tanyakan kepada Apoteker.

#### f. Efek Samping

Efek samping obat adalah setiap respons obat yang merugikan dan tidak diharapkan yang terjadi karena penggunaan obat dengan dosis atau takaran normal pada manusia untuk tujuan profilaksis, diagnosis dan terapi. Yang perlu diketahui tentang efek samping (Muchid, 2007) :

- 1) Baca dengan seksama kemasan atau brosur obat, efek samping yang mungkin timbul.
- 2) Untuk mendapatkan informasi tentang efek samping yang lebih lengkap dan apa yang harus dilakukan bila mengalaminya, tanyakan pada Apoteker.
- 3) Efek samping yang mungkin timbul antara lain reaksi alergi gatal-gatal, ruam, mengantuk, mual dan lain-lain.
- 4) Penggunaan obat pada kondisi tertentu seperti pada ibu hamil, menyusui, lanjut usia, gagal ginjal dan lain-lain dapat menimbulkan efek samping yang fatal, penggunaan obat harus di bawah pengawasan dokter- Apoteker.

g. Cara Penyimpanan Obat

Salah satu permasalahan dalam penggunaan obat adalah cara penyimpanannya. Pemahaman cara penyimpanan obat merupakan dasar bagi Anda dalam menggunakan obat dengan baik (Wahyu Widyaningsih, 2018).

- 1) Simpan obat dalam kemasan asli dan dalam wadah tertutup rapat.
- 2) Simpan obat pada suhu kamar dan terhindar dari sinar matahari langsung atau seperti yang tertera pada kemasan.
- 3) Simpan obat ditempat yang tidak panas atau tidak lembab karena dapat menimbulkan kerusakan.
- 4) Jangan menyimpan obat bentuk cair dalam lemari pendingin agar tidak beku, kecuali jika tertulis pada etiket obat.
- 5) Jangan menyimpan obat yang telah kadaluarsa atau rusak.
- 6) Jauhkan dari jangkauan anak-anak.

h. Tanggal Kadaluarsa

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, seperti:

- 1) Tablet
  - a) Terjadinya perubahan warna, bau atau rasa
  - b) Kerusakan berupa noda, berbintik-bintik, lubang, sumbing, pecah, retak dan atau terdapat benda asing, jadi bubuk dan lembab.
  - c) Kaleng atau botol rusak
- 2) Tablet salut
  - a) Pecah-pecah, terjadi perubahan warna
  - b) Basah dan lengket satu dengan lainnya
  - c) Kaleng atau botol rusak sehingga menimbulkan kelainan fisik
- 3) Kapsul
  - a) Perubahan warna isi kapsul
  - b) Kapsul terbuka, kosong, rusak atau melekat satu sama lain
- 4) Cairan
  - a) Menjadi keruh atau timbul endapan
  - b) Konsistensi berubah
  - c) Warna atau rasa berubah
- 5) Salep
  - a) Warna berubah
  - b) Pot atau tube rusak atau bocor
  - c) Bau berubah

i. Dosis

Dosis merupakan aturan pemakaian yang menunjukkan jumlah gram atau volume dan frekuensi pemberian obat untuk dicatat sesuai dengan umur dan berat badan pasien (Muchid, 2007).

- 1) Gunakan obat tepat waktu sesuai aturan pemakaian.
  - a) Tiga kali sehari berarti obat diminum setiap 8 jam sekali
  - b) Obat diminum sebelum atau sesudah makan
  - c) Jika menggunakan obat-obat bebas, ikuti petunjuk pada kemasan atau brosur/leaflet

- 2) Bila terlupa minum obat.
  - a) Minumlah dosis yang terlupa segera setelah ingat, tetapi jika hampir mendekati dosis berikutnya, maka abaikan dosis yang terlupa dan kembali ke jadwal selanjutnya sesuai aturan.
  - b) Jangan menggunakan dua dosis sekaligus atau dalam waktu yang berdekatan.

j. Hal-hal yang harus Diperhatikan

Beberapa hal yang harus di perhatikan dalam membeli atau mengkonsumsi obat adalah sebagai berikut (Muchid, 2007):

- 1) Kemasan/wadah harus tersegel dengan baik, tidak rusak, kadaluarsa jelas terbaca.
- 2) Penandaan pada wadah
  - a) Baca zat berkhasiat dan manfaatnya
  - b) Baca aturan pakainya, misalnya sebelum atau sesudah makan
  - c) Untuk pencegahan overdosis, jangan minum obat 2 kali dosis bila sebelumnya lupa minum obat
  - d) Baca kontraindikasinya, misalnya: (1) Tidak boleh diminum oleh ibu hamil/menyusui; (2) Tidak boleh diminum oleh penderita gagal ginjal.
  - e) Baca efek samping yang mungkin timbul
  - f) Baca cara penyimpanannya
- 3) Bila ragu tanyakan pada Apoteker
- 4) Bila sakit berlanjut hubungi dokter.

#### 2.1.4 Penyakit dan Pilihan Obat Swamedikasi

Berdasarkan beberapa penelitian, penyakit-penyakit yang paling sering diobati secara swamedikasi, antara lain demam, batuk, flu, nyeri, diare, dan gastritis (Abay SM, Amelo, 2010).

a. Batuk

Batuk merupakan refleks yang terangsang oleh iritasi paru-paru atau saluran pernapasan. Bila terdapat benda asing selain udara yang masuk atau merangsang saluran pernapasan, otomatis akan batuk untuk mengeluarkan atau menghilangkan

benda tersebut. Batuk biasanya merupakan gejala infeksi saluran pernapasan atas (misalnya batuk-pilek, flu) dimana sekresi hidung dan dahak merangsang saluran pernapasan. Batuk juga merupakan cara untuk menjaga jalan pernapasan tetap bersih. Ada dua jenis batuk yaitu batuk berdahak dan batuk kering. Batuk berdahak adalah batuk yang disertai dengan keluarnya dahak dari batang tenggorokan. Batuk kering adalah batuk yang tidak disertai keluarnya dahak (Muchid, 2007)

- 1) Gejala-gejala yang muncul biasanya:
  - a) Pengeluaran udara dari saluran pernapasan secara kuat, yang mungkin disertai dengan pengeluaran dahak
  - b) Tenggorokan sakit dan gatal
- 2) Penyebab batuk dapat disebabkan oleh beberapa hal antara lain:
  - a) Infeksi  
Produksi dahak yang sangat banyak karena infeksi saluran pernapasan. Misal flu, bronkhitis, dan penyakit yang cukup serius meskipun agak jarang yaitu pneumonia, TBC dan kanker paru-paru.
  - b) Alergi  
Masuknya benda asing secara tidak sengaja ke dalam saluran pernapasan (debu, asap, cairan dan makanan), Mengalirnya cairan hidung ke arah tenggorokan dan masuk ke saluran pernapasan (rinitis alergika, batuk pilek), Penyempitan saluran pernapasan misal pada asma.
- 3) Obat yang dapat digunakan yaitu ekspektoran (pengencer dahak) dan antitusif (penekan batuk)
  - a) Obat Batuk Berdahak (Ekspektoran)
    - (1) Kegunaan obat: Mengencerkan lendir saluran napas
    - (2) Hal yang harus diperhatikan: Hati-hati atau minta saran dokter untuk penggunaan bagi anak di bawah 2 tahun dan ibu hamil.
    - (3) Aturan pemakaian
      - (a) Dewasa: 1-2 tablet (100 -200 mg), setiap 6 jam atau 8 jam sekali
      - (b) Anak: 2-6 tahun : ½ tablet (50 mg) setiap 8 jam
      - (c) Anak: 6-12 tahun : ½ - 1 tablet (50-100 mg) setiap 8 jam

- b) Bromheksin
  - (1) Kegunaan obat: Mengencerkan lendir saluran napas.
  - (2) Hal yang harus diperhatikan: Konsultasikan ke dokter atau Apoteker untuk penderita tukak lambung dan wanita hamil 3 bulan pertama.
  - (3) Efek samping: Rasa mual, diare dan perut kembung ringan
  - (4) Aturan pemakaian
    - (a) Dewasa: 1 tablet (8 mg) diminum 3 x sehari (setiap 8 jam)
    - (b) Anak : Di atas 10 tahun: 1 tablet (8 mg) diminum 3 x sehari (setiap 8 jam) 5-10
    - (c) Anak 5-10 tahun: 1/2 tablet (4 mg) diminum 2 x sehari (setiap 8 jam)
- c) Kombinasi Bromheksin dengan Gliseril Guaiakolat
  - (1) Kegunaan obat: Mengencerkan lendir saluran napas
  - (2) Hal yang harus diperhatikan:
    - (a) Konsultasikan ke dokter atau Apoteker bagi anak di bawah 2 tahun.
    - (b) Konsultasikan ke dokter atau Apoteker bagi penderita tukak lambung.
    - (c) Konsultasikan ke dokter atau Apoteker bagi ibu hamil.
  - (3) Efek samping: Rasa mual, diare, kembung ringan.
- d) Obat Batuk Hitam (OBH)
  - (1) Dosis:
    - (a) Dewasa: 1 sendok makan (15 ml) 4 x sehari (setiap 6 jam)
    - (b) Anak: 1 sendok teh (5 ml) 4 x sehari (setiap 6 jam)
- e) Obat Penekan Batuk (Antitusif)
  - (1) Dekstrometorfan HBr (DMP HBr)
    - (a) Kegunaan obat: penekan batuk cukup kuat kecuali untuk batuk akut yang berat.
    - (b) Efek samping: mual dan pusing, dosis terlalu besar dapat menimbulkan depresi pernapasan.

- (c) Aturan pemakaian: (1) Dewasa : 10-20 mg setiap 8 jam;  
(2) Anak : 5-10 mg setiap 8 jam; dan (3) Bayi: 2,5-5 mg  
setiap 8 jam
- (2) Difenhidramin HCl
  - (a) Kegunaan obat: penekan batuk dan mempunyai efek antihistamin (antialergi)
  - (b) Efek Samping : pengaruh pada kardiovaskular dan SSP seperti sedasi, sakit kepala, gangguan psikomotor, gangguan darah, gangguan saluran cerna, reaksi alergi, efek antimuskarinik seperti retensi urin, mulut kering, pandangan kabur dan gangguan saluran cerna, palpitasi dan aritmia, hipotensi, reaksi hipersensitivitas, ruam kulit, reaksi fotosensitivitas, efek ekstrapiramidal, bingung, depresi, gangguan tidur, tremor, konvulsi, berkeringat dingin, mialgia, paraestesia, kelainan darah, disfungsi hepar, dan rambut rontok.
  - (c) Aturan Pemakaian pada anak: ½ tablet (12,5 mg) setiap 6-8 jam

#### b. Flu

Flu adalah suatu infeksi saluran pernapasan atas. Orang dengan daya tahan tubuh yang tinggi biasanya sembuh sendiri tanpa obat. Pada anak-anak, lanjut usia dan orang yang memiliki daya tahan tubuh rendah lebih cenderung menderita komplikasi seperti infeksi bakteri sekunder. Flu ditularkan melalui percikan udara pada saat batuk, bersin, dan tangan yang tidak dicuci setelah kontak dengan cairan hidung/mulut (Muchid, 2007)

- 1) Gejala-gejala flu adalah sebagai berikut: (a) Demam, sakit kepala, nyeri otot; (2) Mata berair; (3) Batuk, bersin, hidung berair; dan (4) Sakit tenggorokan
- 2) Penyebab flu adalah infeksi saluran pernapasan bagian atas oleh virus influenza.
- 3) Obat yang dapat Digunakan

## a) Antihistamin

Antihistamin dapat menghambat kerja histamin yang menyebabkan terjadinya reaksi alergi. Obat yang tergolong antihistamin antara lain: Klorfeniramin maleat/klorfenon/CTM, Difenhidramin HCl (Muchid, 2007):

- (1) Kegunaan obat: Anti alergi
- (2) Efek samping: Mengantuk, pusing, gangguan sekresi saluran napas, Mual dan muntah (jarang)
- (3) Aturan pemakaian
  - (a) Klorfenon / klorfeniramin maleat (CTM)  
Anak-anak: < 12 tahun ½ tablet (12,5 mg) setiap 6-8 jam
  - (b) Difenhidramin HCl  
Anak-anak: ½ tablet (12,5 mg) setiap 6-8 jam

## b) Oksimetazolin (tetes hidung)

- (1) Kegunaan obat adalah mengurangi sekret hidung yang menyumbat
- (2) Efek samping
  - (a) Merusak mukosa hidung karena hidung tersumbat makin parah
  - (b) Rasa terbakar, kering, bersin, sakit kepala, sukar tidur, berdebar.
- (3) Kontra indikasi
  - (a) Anak berumur < 6 tahun, karena efek samping yang timbul lebih parah.
  - (b) Ibu hamil muda
- (4) Aturan pemakaian
  - (a) Anak berumur 2-5 tahun: 2-3 tetes/semprot oksimetazolin 0,025% setiap lubang hidung
  - (b) Obat digunakan pada pagi dan menjelang tidur malam, tidak boleh lebih dari 2 kali dalam 24 jam

c) Dekongestan oral

Dekongestan mempunyai efek mengurangi hidung tersumbat. Obat dekongestan oral antara lain: Fenilpropanolamin, Fenilefrin, Pseudoefedrin dan Efedrin. Obat tersebut pada umumnya merupakan salah satu komponen dalam obat flu (Muchid, 2007).

- (1) Kegunaan obat: Mengurangi hidung tersumbat
- (2) Kontra indikasi: Obat tidak boleh digunakan pada penderita insomnia (sulit tidur), pusing, tremor, aritmia dan penderita yang menggunakan MAO (mono amin oksidase) inhibitor.
- (3) Efek samping: Menaikan tekanan darah, Aritmia terutama pada penderita penyakit jantung dan pembuluh darah.
- (4) Aturan pemakaian:
  - (a) Fenilpropanolamina pada anak-anak 6-12 tahun maksimal 7,5 mg per takaran 3-4 kali sehari.
  - (b) Fenilefrin pada anak- anak 6 – 12 tahun yaitu 5 mg, 3 kali sehari
  - (c) Pseudonefrin pada anak-anak 2-5 tahun yaitu 15 mg, 3 - 4 kali sehari, sedangkan untuk anak usia 6-12 tahun yaitu 30 mg, 3 - 4 kali sehari
  - (d) Efedrin untuk anak-anak yaitu sehari 3 mg/kg berat badan, dibagi dalam 4 – 6 dosis yang sama
- (5) Antitusif/ekspektoran
- (6) Antipiretik dan Analgesik

c. Demam

Demam bukan merupakan suatu penyakit, tetapi hanyalah merupakan gejala dari suatu penyakit. Suhu tubuh normal adalah 37 C, apabila suhu tubuh lebih dari 37,2 C pada pagi hari dan lebih dari 37,7 C pada sore hari berarti demam. Demam umumnya disebabkan oleh infeksi dan non infeksi. Penyebab infeksi antara lain kuman, virus, parasit, atau mikroorganisme lain. Contoh: radang tenggorokan, cacar air, campak, dan lain-lain. Penyebab non infeksi antara lain dehidrasi pada anak dan lansia, alergi, stres, trauma, dan lain-lain(Muchid, 2007).

Penanggulangan dengan terapi non obat untuk mengatasi demam ringan dapat diatasi dengan istirahat yang cukup, usahakan makan seperti biasa meskipun nafsu makan berkurang, minum banyak air, periksa suhu tubuh setiap 4 jam, kompres dengan air hangat, dan hubungi dokter bila suhu sangat tinggi (diatas 38 C), terutama pada anak-anak. Terapi obat yaitu dengan menggunakan obat penurun panas (antipiretik) dan hanya dianjurkan digunakan jika dengan cara terapi non obat demam tidak dapat diatasi. Obat penurun panas (antipiretik) yang dapat digunakan adalah parasetamol dan asetosal.

Dosis pemakaian obat penurun panas untuk dewasa umumnya tiga hingga 4 kali sehari. Batas waktu pemakaian obat penurun panas pada pengobatan sendiri tidak lebih dari 2 hari. Hindari penggunaan campuran obat demam lain karena dapat menimbulkan overdosis. Jika menggunakan asetosal, sebaiknya diminum setelah makan atau bersamaan dengan makanan karena obat tersebut berisiko mengiritasi lambung(Muchid, 2007).

#### d. Nyeri

Nyeri merupakan suatu gejala yang menunjukkan adanya gangguan-gangguan di tubuh seperti peradangan, infeksi dan kejang otot. Contoh : nyeri karena sakit kepala, nyeri haid, nyeri otot, nyeri karena sakit gigi, dan lain-lain. Obat nyeri adalah obat yang mengurangi nyeri tanpa menghilangkan kesadaran(Muchid, 2007).

Beberapa obat nyeri yang dapat digunakan pada pengobatan sendiri, antara lain ibuprofen, asetosal dan parasetamol. Obat-obat tersebut juga dapat digunakan untuk menurunkan panas. Ibuprofen memiliki terapi antiradang lebih tinggi dibanding efek penurun panas, sedangkan asetosal dan parasetamol efek penurun demamnya lebih tinggi dibanding efek anti nyeri(Muchid, 2007).

Dosis pemakaian untuk dewasa umumnya tiga hingga empat kali sehari. Batas waktu penggunaan obat nyeri pada pengobatan sendiri adalah tidak lebih dari lima hari(Arenatha, 2014).

e. Maag

Sakit maag adalah peningkatan produksi asam lambung sehingga terjadi iritasi lambung. Maag atau sakit lambung memiliki gejala khas berupa rasa nyeri atau pedih pada ulu hati meskipun baru saja selesai makan. Namun kalau rasa pedih hanya terjadi sebelum makan atau di waktu lapar dan hilang setelah makan, biasanya karena produksi asam lambung berlebihan dan belum menderita sakit maag (Muchid, 2007).

Terapi obat untuk gastritis pada pengobatan sendiri dapat diobati dengan antasida. Antasida adalah obat yang bekerja dengan cara menetralkan asam lambung yang berlebih, dan melindungi selaput lendir lambung. Antasida yang beredar di pasaran biasanya terdiri dari campuran garam aluminium dan garam magnesium agar tidak menimbulkan sembelit ataupun diare. Kandungan lain antasida adalah simetikon, yaitu zat yang berkhasiat membantu pengeluaran gas yang berlebih di dalam saluran cerna. Dosis pemakaian antasida untuk dewasa umumnya tiga hingga empat kali sehari. Batas pemakaian antasida pada pengobatan sendiri tidak boleh lebih dari 2 minggu kecuali atas saran dokter (Muchid, 2007).

f. Diare

Diare adalah buang air besar dalam bentuk cair lebih dari tiga kali dalam sehari, biasanya disertai sakit dan kejang perut. Jenis-jenis diare antara lain:

- 1) Diare akut, disebabkan oleh infeksi usus, infeksi bakteri, obat-obat tertentu atau penyakit lain. Gejala diare akut adalah tinja cair, terjadi mendadak, badan lemas kadang demam dan muntah, berlangsung beberapa jam sampai beberapa hari.
- 2) Diare kronik, yaitu diare yang menetap atau berulang dalam jangka waktu lama, berlangsung selama 2 minggu atau lebih.
- 3) Disentri adalah diare disertai dengan darah dan lendir

Obat yang dianjurkan untuk mengatasi diare adalah oralit untuk mencegah kekurangan cairan tubuh, Adsorben dan Obat Pembentuk Massa (yang termasuk dalam kelompok ini adalah Norit (karbo adsorben), kombinasi Kaolin-Pektin dan attapulgit). Kegunaannya adalah untuk mengurangi frekuensi buang air besar, memadatkan tinja, menyerap racun pada penderita diare (Muchid, 2007)

## **2.2 Landasan Teori**

Pengetahuan mengenai swamedikasi berhubungan signifikan dengan praktik swamedikasi yang aman, tepat dan rasional. Di negara berkembang upaya pemeliharaan kesehatan terbanyak yang dilakukan masyarakat untuk mengatasi keluhan kesehatannya ialah berobat sendiri. Penyuluhan merupakan proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh konselor / pembimbing kepada individu yang mengalami suatu masalah yang berujung pada teratasinya masalah yang dihadapi oleh klien.

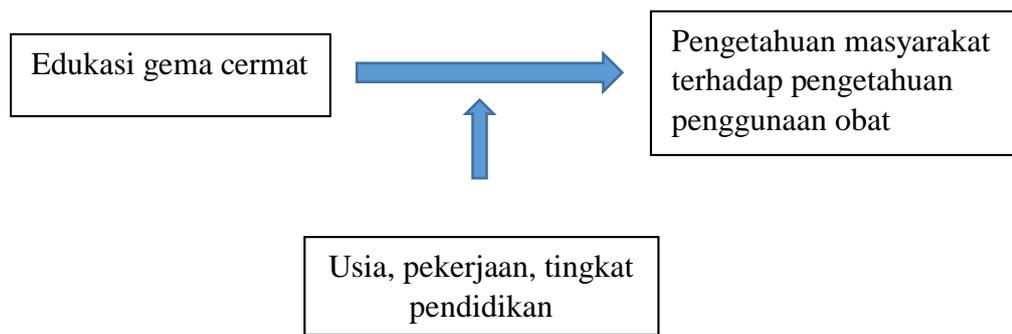
Swamedikasi merupakan pemilihan dan penggunaan obat oleh seseorang untuk mengobati penyakit yang diderita. Obat yang digunakan dapat obat dengan resep maupun tanpa resep namun mendapatkannya tanpa resep dokter. Pengetahuan tentang obat yang kurang dapat meningkatkan potensi bahaya dalam perilaku swamedikasi. Hal lain yang dapat terjadi dalam perilaku swamedikasi adalah diagnosa yang salah, keterlambatan pengobatan, interaksi obat yang bahaya, salah penggunaan obat, dan salah dosis.

## **2.3 Hipotesis**

Edukasi Gema Cermat dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan masyarakat di Dusun Bojongsalawe dalam melakukan swamedikasi.

## **2.4 Kerangka Konsep**

Penelitian ini mengkaji hubungan antara variabel bebas (penyuluhan Gema Cermat) dengan variabel terikat (tingkat pengetahuan masyarakat dalam swamedikasi). Faktor yang mempengaruhi adalah faktor usia, tingkat pendidikan, ekonomi, dan pekerjaan.



**Gambar 2.2 Gambar Kerangka Konsep**

Keterangan :

- a. Variabel Bebas : Pemberian edukasi Gema Cermat
- b. Variabel Terikat : Tingkat pengetahuan masyarakat terhadap perilaku swamedikasi
- c. Faktor yang mempengaruhi : Usia, pekerjaan, dan tingkat pendidikan.