

MANAJEMEN PENGGUNAAN OBAT TRADISIONAL DALAM SWAMEDIKASI PADA IBU-IBU DUSUN KARANGGAYAM

MANAGEMENT OF THE USE OF TRADITIONAL MEDICINE IN SWAMEDICATION IN WOMEN OF KARANGGAYAM HAMLET

Bingar Hernowo

Program Studi D-III Farmasi, STIKes Madani Yogyakarta

Jl. Wonosari, KM. 10, Karanggayam, Sitimulyo, Bantul, DIY, Indonesia

Email : bingar7@gmail.com

**Corresponding Author*

Tanggal *Submission*: 13 Desember 2021 , Tanggal diterima: 29 Juni 2022

Abstrak

Kurangnya pengetahuan pelaku swamedikasi tentang golongan obat yang dapat dibeli dalam upaya swamedikasi disebabkan karena sebagian besar pelaku swamedikasi tidak memahami tentang penggolongan obat, sehingga dalam upaya swamedikasi mereka beranggapan bahwa dapat membeli semua obat yang diinginkan apotik/toko obat. Hasil studi penduduk peneliti di ibu-ibu Dusun Karanggayam, swamedikasi yang mereka lakukan selama ini dikarenakan mereka menganggap penyakit yang di derita ringan. Swamedikasi juga dilakukan karena faktor jauhnya dengan keluarga, atau kebiasaan turun temurun dari keluarga dan bahkan karena kpraktisannya. Swamedikasi juga selanjutnya, dipilih karena dipengaruhi oleh biaya yang ringan. Namun, ibu-ibu karanggayam tidak mengetahui efek samping dari swamedikasi ini, beserta dosis yang tidak tepat. Ibu-ibu di Dusun Karanggayam hanya mengetahui khasiat dari obat yang diminum saja. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran pengetahuan dan manajemen penggunaan obat tradisional dalam swamedikasi pada Ibu-ibu Dusun Karanggayam.

Metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif kualitatif. Pengumpulan data dilakukan secara survey, studi kasus dan wawancara kepada beberapa pihak terkait. Hasil penelitian disajikan mendalam melalui analisis kata sehingga membentuk sebuah metode penyelesaian permasalahan penggunaan obat tradisional dalam swamedikasi pada Ibu-ibu Dusun Karanggayam. Hasil penelitian menyatakan bahwa : (1) Tingkat pengetahuan swamedikasi obat tradisional Ibu-ibu Dusun Karanggayam sebagian besar masih berada pada kategori kurang dengan jumlah 16 orang atau 53,33%, kemudian disusul dengan pengetahuan sedang sejumlah 8 orang (26,67%), tetapi sisanya sebanyak 6 orang (20%) responden sudah mempunyai tingkat pengetahuan baik. (2) Manajemen penggunaan obat tradisional dalam swamedikasi dapat dilakukan melalui lima tahapan yang bisa kita singkat dalam 5ME (Menetapkan, Mendapatkan, Menggunakan, Menyimpan, Membuang).

Kata Kunci : Manajemen, obat tradisional, dan swamedikasi

Abstract

The lack of knowledge of self-medication practitioners about the class of drugs that can be purchased in an effort to self-medication is caused because most of the self-medication practitioners do not understand the classification of drugs, so that in their self-medication efforts they think that they can buy all the drugs they want from pharmacies/drug stores. The results of the study of the research population in the Karanggayam hamlet women, the self-medication they have done so far is because they think the disease they suffer is mild. Self-medication is also carried out because of the distance from the family, or the hereditary habits of the family and even because of its practicality. Self-medication is also next, chosen because it is influenced by low costs. However, Karanggayam mothers do not know about the side effects of this self-medication, along with the inappropriate dosage. The women in Karanggayam Hamlet only know the efficacy of the drugs they take. The purpose of this study was to determine the description of knowledge and management of the use of traditional medicine in self-medication to the mothers of Karanggayam Hamlet.

The research method used is descriptive qualitative. Data was collected by means of surveys, case studies and interviews with several related parties. The results of the research are presented in depth through word analysis so as to form a method of solving the problem of using traditional medicine in self-medication to the women of Karanggayam Hamlet. The results of the study stated that: (1) The level of knowledge on self-medication of traditional medicines for the mothers of Dusun Karanggayam was mostly still in the less category with a total of 16 people or 53.33%, followed by moderate knowledge of 8 people (26.67%). but the remaining 6 people (20%) of respondents already have a good level of knowledge. (2) Management of the use of traditional medicines in self-medication can be done through five stages which we can briefly summarize in the 5ME (Determining, Obtaining, Using, Storing, Disposing of)

Keyword : Management, traditional medicine, and self-medication.

PENDAHULUAN

Obat tradisional adalah bahan atau ramuan bahan yang berupa bahan tumbuhan bahan hewan bahan mineral sediaan sarian (galenik) atau campuran dari bahan tersebut yang secara turun temurun telah digunakan untuk pengobatan berdasarkan pengalaman ciri dari obat tradisional yaitu bahan bakunya masih berupa simplisia yang sebagian besar belum mengalami standardisasi dan belum pernah diteliti bentuk sediaan masih berdasarkan data empiris. Obat tradisional sendiri dibagi menjadi tiga yaitu jamu obat herbal terstandar dan fitofarmaka.

Penggunaan obat tradisional di Indonesia tidak hanya digunakan oleh masyarakat di pedesaan, tetapi juga masyarakat di kota besar dimana sudah banyak tersedia sarana kesehatan yang lebih modern. Obat tradisional digunakan sebagai obat alternatif karena mahal atau tidak tersedianya obat modern dan adanya kepercayaan bahwa obat tradisional lebih aman.

Tanaman obat, seperti halnya obat buatan pabrik memang tidak bisa dikonsumsi sembarangan tetapi ada dosis yang harus dipatuhi, sepertihalnya resep dokter hal ini menepis anggapan bahwa obat tradisional tak memiliki efek samping. efek samping obat tradisional relative kecil jika digunakan secara tepat, yang meliputi kebenaran bahan, ketepatan dosis, ketepatan waktu penggunaan, ketepatan cara penggunaan, ketepatan telah informasi, dan tanpa penyalah gunaan obat tradisional.

Indonesia merupakan negara kepulauan yang kaya akan keanekaragaman hayati, memiliki hutan tropika terbesar kedua di dunia dan dikenal sebagai salah satu negara megabiodiversity kedua setelah brazil. Hutan Indonesia juga kaya akan tumbuhan obat dan terdapat 20.000 jenis tumbuhan obat dimana 1.000 jenis tumbuhan telah didokumentasi dan 300 jenis telah dimanfaatkan sebagai obat tradisional. (Ningsih, 2016).

Tingginya harga obat sintesis dan adanya efek samping yang merugikan kesehatan memicu masyarakat untuk menggunakan obat tradisional kembali. Obat tradisional juga mudah diperoleh karena tumbuh di sekitar lingkungan. Penggunaan obat tradisional diwariskan secara turun temurun dan hingga saat ini banyak tumbuhan obat yang terbukti efikasinya secara ilmiah. (Ningsih, 2016).

Penggunaan obat secara umum dinilai lebih aman dibandingkan dengan obat modern. Akan tetapi hal tersebut tentu saja harus di sertai dengan cara penggunaan obat tradisional yang tepat untuk menjamin manfaat dan keamanannya. Belum tersediaanya data terkait

gambaran penggunaan obat-obat tradisional di wilayah puskesmas menjadikan penting untuk menjamin keamanan obat tradisional yang banyak di manfaatkan masyarakat. (Kiromah, et al., 2019).

WHO merekomendasikan penggunaan obat tradisional dalam pemeliharaan kesehatan masyarakat, pencegahan, dan pengobatan penyakit, terutama untuk penyakit kronis dan penyakit degeneratif. WHO juga mendukung upaya-upaya dalam peningkatan keamanan dan khasiat dari obat tradisional.(Widowati & Siswoyo, 2014).

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 bahwa swamedikasi merupakan proses pengobatan yang dilakukan sendiri oleh seorang melalui dari pengenalan keluhan atau gejalanya sampai pada pemilihan dan penggunaan obat. Gejala penyakit yang dapat dikenali sendiri oleh orang awam adalah penyakit ringan atau minor illnesses sedangkan obat yang dapat digunakan untuk swamedikasi adalah obat-obat yang dapat dibeli tanpa resep dokter termasuk obat herbal atau tradisional. (Widayati, 2013)

Swamedikasi biasanya dilakukan untuk mengatasi keluhan-keluhan dan penyakit ringan yang sering dialami masyarakat, seperti demam, nyeri, pusing, batuk, influenza, sakit mag, kecacingan, diare, penyakit kulit, dan lain-lain. Salah satu penyakit yang bisa dilakukan dengan swamedikasi yaitu diare. (Suffah, 2017).

Manfaat swamedikasi ditinjau dari segi medis dalam penerapannya antaranya lain adalah lebih mudah karena pengobatan dilakukan sendiri menggunakan obat-obatan yang mudah diperoleh. (Dewi, 2017).

Biaya yang dikeluarkan tidak banyak karena tidak harus kerumah sakit atau dokter (Dewi, 2017). Kualitas pengobatan terjamin karena dilakukan sendiri, secara tidak sadar pasien akan mengupayakan yang terbaik bagi dirinya sendiri. Penggunaan obat tanpa resep untuk swamedikasi menuntut kepastian bahwa obat tersebut terbukti aman, berkualitas dan memberikan hasil sesuai yang diharapkan (Dewi, 2017). Aman karena obat yang dipakai adalah obat yang telah melewati serangkaian pengujian dan tertera aturan/dosis pemakaian obat (Dewi, 2017).

Hambatan-hambatan dalam pelaksanaan swamedikasi dalam perspektif penyembuhan penyakit yaitu belum optimalnya pengawasan dari pemerintah. Selama ini upaya pemerintah dalam mengawasi peredaran obat yang digunakan dalam upaya pelaksanaan swamedikasi masih lemah. Hal tersebut dapat dilihat masih banyak dijumpai apotik yang menjual obat OWA tanpa kehadiran apoteker tetapi hanya dilayani oleh asisten apoteker. Fakta di lapangan juga dijumpai apotik memberikan obat keras tanpa resep dokter, misalnya antibiotik amoxicillin 500 mg (Dewi, 2017).

Kurangnya kesadaran penjual obat di apotik yang tidak sesuai ketentuan peraturan perundang-undang. Salah satu hambatan dalam pelaksanaan dalam upaya swamedikasi adalah kurangnya kesadaran penjual obat di apotik yang tidak sesuai ketentuan (Dewi, 2017) .

Kurangnya pengetahuan pelaku swamedikasi tentang golongan obat yang dapat dibeli dalam upaya swamedikasi disebabkan karena sebagian besar pelaku swamedikasi tidak memahami tentang penggolongan obat, sehingga dalam upaya swamedikasi mereka beranggapan bahwa dapat membeli semua obat yang diinginkan apotik/toko obat, padahal

golongan obat yang boleh dibeli diapotek adalah obat bebas dan bebas terbatas serta OWA (obat wajib apotik), khusus OWA hanya boleh dibeli dan diserahkan oleh apoteker, sedangkan pada toko obat hanya menyediakan obat bebas dan obat bebas terbatas (Dewi, 2017).

Hasil studi penduduk peneliti di ibu-ibu Dusun Karanggayam, swamedikasi yang mereka lakukan selama ini dikarenakan mereka menganggap penyakit yang di derita ringan. Swamedikasi juga dilakukan karena faktor jauhnya dengan keluarga, atau kebiasaan turun temurun dari keluarga dan bahkan karena kpraktisannya. Swamedikasi juga selanjutnya, dipilih karena dipengaruhi oleh biaya yang ringan. Namun, ibu-ibu karanggayam tidak mengetahui efek samping dari swamedikasi ini, beserta dosis yang tidak tepat. Ibu-ibu di Dusun Karanggayam hanya mengetahui khasiat dari obat yang diminum saja. Maka dari itu dengan ini peneliti ingin menyajikan sebuah model manajemen penggunaan obat tradisional dalam swamedikasi pada Ibu-ibu Dusun Karanggayam.

METODE PENELITIAN

Ditinjau dari sifatnya, penelitian ini merupakan penelitian kualitatif analitik yang menguraikan tentang permasalahan pengetahuan swamedikasi obat tradisional pada Ibu-ibu Dusun Karanggayam beserta solusi manajemen yang harus mereka gunakan dalam upaya menyelesaikan masalah. Jumlah responden sebanyak 30 orang Ibu-ibu dengan usia produktif. Analisis data yang digunakan adalah analisis kualitatif yang interpretasi dan penyimpulan hasil menggunakan logika dan penalaran sistematis. Detail analisa yang digunakan secara interaktif terdiri atas empat tahapan yaitu reduksi, penyajian data, penyajian model, penarikan kesimpulan (Sugiyono, 2017)

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Responden Penelitian Pengguna Obat Tradisional dalam Swamedikasi

Penelitian ini menggunakan responden dengan jumlah 30 orang. Keseluruhan responden adalah ibu-ibu dengan usia produktif yang pernah melakukan swamedikasi obat tradisional. Selanjutnya, detail distribusi frekuensi responden dapat terlihat dalam tabel-tabel sebagai berikut :

1. Usia responden

Tabel 1

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia

No	Usia	Frekuensi	Prosentase (%)
1	25 - 35	13	43,33
2	36 - 45	17	46,67
		30	100

Sumber : Data primer, 2021

Sebagaimana tabel di atas terlihat bahwa usia ibu-ibu yang dijadikan sebagai responden penelitian berkisar antara 25-45 tahun, dimana prosentase tertinggi adalah responden yang berusia 36-45 tahun dengan jumlah 46,67% atau 17 orang. Sedangkan, sisanya sebanyak 43,33% adalah ibu-ibu dengan usia 25-35 tahun.

2. Pekerjaan responden

Tabel 2

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pekerjaan

No	Pekerjaan	Frekuensi	Prosentase (%)
1	Karyawan swasta	10	33,33
2	Wiraswasta	5	16,67
3	PNS	3	10
4	Ibu Rumah Tangga	12	40
		30	100

Sumber : Data primer, 2021

Dilihat dari deskripsi pekerjaan terlihat bahwa sebagian besar responden berstatus sebagai ibu rumah tangga dengan jumlah 12 orang atau 40%, kemudian disusul profesi karyawan swasta dengan jumlah 10 responden (33,33%), selanjutnya wiraswasta dengan jumlah 5 orang (16,67%), dan sisanya adalah responden dengan status PNS dengan jumlah 3 orang atau 10%.

3. Pendidikan responden

Tabel 3

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pendidikan

No	Pendidikan	Frekuensi	Prosentase (%)
1	SMP	15	50
2	SMA	10	33,33
3	Diploma	3	10
4	Sarjana	2	6,67
		30	100

Sumber : Data primer, 2021

Menurut kualifikasi pendidikan terlihat bahwa sebagian besar responden adalah ibu-ibu dengan pendidikan SMP dengan jumlah 15 orang (50%), kemudian disusul dengan pendidikan SMA sebanyak 10 orang atau 33,33%) dan sisanya secara berurutan adalah ibu dengan pendidikan diploma sebanyak 3 orang (10%) serta sarjana sejumlah 2 orang (6,67%).

4. Pengalaman edukasi swamedikasi obat

Tabel 4

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengalaman Edukasi Swamedikasi Obat

No	Edukasi	Frekuensi	Prosentase (%)
1	Pernah	15	50
2	Belum	15	50
		30	100

Sumber : Data primer, 2021

Ditinjau dari pengalaman mendapatkan edukasi tentang swamedikasi obat didapatkan hasil bahwa dari 30 ibu-ibu yang menjadi responden, 15 di antaranya atau sebanyak 50% pernah mendapatkan edukasi sedangkan 15 orang lainnya belum pernah mendapatkan edukasi.

5. Tempat pembelian obat tradisional

Tabel 5

Distribusi Frekuensi Tempat Membeli Obat Tradisional Responden

No	Tempat pembelian	Frekuensi	Prosentase (%)
1	Apotek	6	20
2	Warung	10	33,33
3	Toko Jamu	14	46,67
		30	100

Sumber : Data primer, 2021

Berdasarkan tempat pembelian obat tradisional, sebagian besar responden mendapatkannya dari toko jamu dengan jumlah 14 orang atau 46,67%, selanjutnya 10 orang lainnya biasa membeli obat tradisional di warung, dan sisanya sebanyak 6 orang (20%) membeli di apotek

B. Gambaran pengetahuan tentang penggunaan tradisional dalam swamedikasi pada Ibu-ibu Dusun Karanggayam

Pengetahuan adalah merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan ini terjadi melalui panca indera manusia, yaitu indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Pengetahuan atau kognitif merupakan dominan yang sangat penting untuk terbentuknya perilaku seseorang. (Utami, 2018)

Informasi mengenai tingkat pengetahuan masyarakat mengenai obat tradisional diperoleh melalui kuesioner yang berisi pertanyaan pertanyaan meliputi pengetahuan seputar obat tradisional. Kuesioner dibuat menjadi dua bagian yaitu bagian pertama mengenai surat persetujuan menjadi responden dan bagian kedua mengenai pertanyaan tingkat pengetahuan obat tradisional.

Tabel 6

Distribusi Frekuensi Pengetahuan Swamedikasi Obat Tradisional Responden			
No	Tingkat pengetahuan	Frekuensi	Prosentase (%)
1	Baik	6	20
2	Sedang	8	26,67
3	Kurang	16	53,33
		30	100

Sumber : Data primer, 2021

Dari hasil penelitian diketahui bahwa tingkat pengetahuan swamedikasi obat tradisional Ibu-ibu Dusun Karanggayam sebagian besar masih berada pada kategori kurang dengan jumlah 16 orang atau 53,33%, kemudian disusul dengan pengetahuan sedang sejumlah 8 orang (26,67%), tetapi sisanya sebanyak 6 orang (20%) responden sudah mempunyai tingkat pengetahuan baik.

Berdasarkan hasil wawancara terlihat bahwa pemilihan obat tradisional sebagai upaya penyembuhan penyakit secara mandiri di rumah dikarenakan beberapa alasan sebagai berikut :

1. Ketakutan akan efek dari obat kimia jika digunakan secara bebas tanpa resep dokter.
2. Mudah didapatkan tanpa harus melakukan pemeriksaan ke pelayanan kesehatan dan mendapatkan resep dokter.
3. Sugesti terhadap bahan-bahan tradisional yang dianggap sebagai kearifan lokal dengan manfaat yang lebih baik daripada pengobatan kimia.

Sejauh ini tujuan ibu-ibu di Desa Karanggayam menggunakan obat tradisional yaitu untuk meningkatkan kesehatan, pengobatan sakit ringan seperti nyeri. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Jabbar et all (2016) tentang tindakan masyarakat pada saat sakit mereka menginginkan pengobatan yang murah dan mudah didapat sehingga mereka menggunakan pengobatan tradisional untuk mengobati penyakit

yang mendadak, penyakit mendadak yang dimaksud disini adalah penyakit-penyakit mendadak yang bersifat ringan sebelum yang bersangkutan memeriksakan diri ke petugas kesehatan atau dokter.

Indonesia adalah sebuah negara dengan kekayaan alam yang melimpah. Alam Indonesia dengan keanekaragaman hayati merupakan sumber kecantikan yang tidak ada habisnya. Pada zaman yang sudah serba modern ini, ternyata jamu masih diakui keberadaannya oleh masyarakat Indonesia. Seruan kembali ke alam atau istilah *back to nature* menjadi bahan pembicaraan seiring dengan semakin dirasakannya manfaat ramuan alam tradisional. Mengingat potensi yang sangat membantu meningkatnya kualitas kesehatan masyarakat, pemanfaatan ramuan tersebut seharusnya terus digalakkan (Tilaar, 1998).

Pemanfaatan produk alam yang lebih dikenal dengan istilah jamu guna untuk penyembuhan dan pemeliharaan kesehatan di kalangan masyarakat Indonesia memegang peranan yang sangat besar. Hal ini terjadi karena sebagian besar dari produk alam merupakan warisan nenek moyang yang tidak diragukan lagi khasiatnya dan terus dikembangkan pemanfaatannya di berbagai daerah. Peranan jamu akan semakin terasa pada daerah-daerah terpencil, dimana sulit diperoleh pelayanan medis atau obat-obat modern. Disamping itu sebagian masyarakat masih banyak mencari pengobatan tradisional dan mencoba melakukan pengobatan sendiri dengan cara tradisional bila menderita sakit (Tilaar, 1998).

C. Manajemen penggunaan obat tradisional dalam swamedikasi pada Ibu-ibu Dusun Karanggayam

Menurut WHO, definisi swamedikasi adalah pemilihan dan penggunaan obat modern, herbal, maupun obat tradisional oleh seorang individu untuk mengatasi penyakit atau gejala penyakit (WHO, 2015). Swamedikasi berarti mengobati segala keluhan pada diri sendiri dengan obat-obat yang sederhana yang dibeli bebas di apotik atau toko obat atas inisiatif sendiri tanpa nasehat dokter (Rahardja,2017).

Swamedikasi atau pengobatan sendiri adalah perilaku untuk mengatasi sakit ringan sebelum mencari pertolongan ke petugas atau fasilitas kesehatan. Lebih dari 60% dari anggota masyarakat melakukan swamedikasi, dan 80% di antaranya mengandalkan obat modern (Anonim, 2010).Swamedikasi merupakan bagian dari self-care di mana merupakan, usahapemilihan dan penggunaan obat bebas oleh individu untuk mengatasi gejala atausakit yang disadarinya (WHO, 2018).

Dengan tidak adanya pendampingan dari tenaga kesehatan maupun peresepan dokter, maka penggunaan obat tradisional dalam swamedikasi seringkali tidak memperhatikan prinsip-prinsip manajemen penggunaan obat. Selain itu, sebagaimana hasil penelitian yang menyatakan bahwa tingkat pengetahuan swamedikasi obat tradisional responden sebagian besar masih berada pada kategori kurang dengan jumlah 16 orang atau 53,33%, maka dalam upaya efektifitas dan meminimalkan kesalahan dalam konsumsi obat tradisional dalam swamedikasi maka diperlukan sebuah manajemen penggunaan obat tradisional yang harus diterapkan oleh masyarakat pelaku swamedikasi.

Peneliti menyajikan sebuah model manajemen penggunaan obat tradisional dalam swamedikasi yang bisa kita singkat dalam 5ME (Menetapkan, Mendapatkan, Menggunakan, Menyimpan, Membuang)

1. Menetapkan

Proses ini adalah pertimbangan dari masyarakat saat akan memutuskan untuk meringankan sakitnya dengan konsumsi obat tradisional. Proses penetapan ini melibatkan kadar sakit yang diderita, sehingga masyarakat memutuskan tidak perlu berkunjung ke dokter atau layanan kesehatan. Masyarakat bisa memilih obat tradisional jika level rasa nyeri dan penyakit yang diderita dalam skala ringan yang tidak mengganggu fungsi organ tubuh bagian dalam. Selain itu, pertimbangan pemilihan penetapan obat tradisional juga dilakukan setelah melakukan berbagai research tentang testimoni baik dari keluarga, teman, maupun media lainnya.

Obat yang bisa dikonsumsi tanpa resep termasuk obat tradisional harus memenuhi kriteria berikut: (Permenkes No. 919/Menkes/Per/X/1993).

- a. Tidak dikontraindikasikan untuk pengguna pada wanita hamil, anak di bawah usia 2 tahun, dan orang tua diatas 65 tahun.
- b. Pengobatan sendiri dengan obat dimaksud tidak memberikan resiko pada kelanjutan penyakit.
- c. Penggunaannya 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 yang dimaksud memiliki rasio khasiat keamanan yang dapat dipertanggung jawabkan untuk pengobatan sendiri.

2. Mendapatkan

Proses ini merupakan prosedur yang harus dilakukan oleh masyarakat saat membeli obat tradisional. Pembelian obat tradisional terbaik adalah di apotek karena tenaga teknis kefarmasian maupun apoteker akan melakukan edukasi tentang manfaat, cara konsumsi, dan kapan harus berhenti konsumsi. Namun, jika masyarakat sudah mempunyai sumber yang kaya tentang obat tradisional yang akan dikonsumsi maka masyarakat bisa membeli di toko jamu maupun warung-warung dengan memperhatikan prinsip sebagai berikut :

- a. Memastikan bahwa obat tradisional sudah mendapatkan ijin dari Badan Pengawas Obat dan Makanan
- b. Melakukan pengecekan masa kadaluarsa
- c. Membaca detail aturan konsumsi obat tradisional
- d. Memperhatikan detail fisik obat masih terkemas dengan baik
- e. Memperhatikan efek samping dari obat tradisional yang dibeli

3. Menggunakan

Proses konsumsi obat tradisional pada prinsipnya sama dengan obat modern atau kimia, yaitu sesuai dengan aturan konsumsi yang ditetapkan. Over dosis atau ketidaksesuaian konsumsi dengan aturan minum yang ditetapkan akan menyebabkan dampak kurang baik bagi tubuh. Banyak masyarakat berpikir bahwa obat tradisional

tidak mempunyai efek samping, tetapi faktanya obat tradisional tetap mempunyai efek samping jika tidak digunakan sebagaimana aturan konsumsi yang telah ditetapkan.

4. Menyimpan

Proses penyimpanan akan mempengaruhi kualitas obat, termasuk diantaranya obat tradisional. Penyimpanan yang kurang benar akan mempengaruhi kualitas obat selanjutnya. Secara umum, penyimpanan obat dapat dilakukan dengan memperhatikan hal-hal sebagai berikut : (Depkes RI, 2016)

- a. Menjauhkan obat dari jangkauan anak-anak
- b. Menyimpan obat dalam kemasan asli dan dalam wadah yang tertutup rapat serta etiket yang masih lengkap
- c. Menyimpan obat ditempat yang sejuk dan terhindar dari sinar matahari langsung atau mengikuti aturan yang tertera pada kemasan
- d. Jangan meninggalkan obat didalam mobil dalam jangka waktu yang lama karena suhu yang tidak stabil dalam mobil dapat merusak obat
- e. Jangan menyimpan obat yang telah kadaluarsa. Periksa obat dalam kotak obat secara berkala untuk menghindari pemakaian obat yang telah rusak atau kadaluarsa.
- f. Kondisi seperti panas, terpapar udara, sinar matahari dan kelembapan dapat merusak obat
- g. Letakkan obat pada lemari khusus untuk obat

Selain aturan umum di atas, penyimpanan obat juga dibedakan sesuai dengan jenis sediaan sebagai berikut :

Tablet dan kapsul	Obat cair	Sediaan vagina dan anus	Aerosol/ spray
			
Jangan menyimpan tablet atau kapsul ditempat yang panas atau lembab	Jangan menyimpan obat dalam bentuk cair di dalam lemari pendingin (<i>freezer</i>) agar tidak beku, kecuali jika ditentukan pada etiket atau kemasan obat	Sediaan obat yang digunakan dengan memasukkan ke dalam vagina (ovula) atau anus (suppositoria) disimpan dalam lemari es karena dalam suhu kamar akan mencair.	Jangan menyimpan ditempat suhu tinggi untuk sediaan bentuk aerosol atau spray karena dapat menyebabkan ledakan.

5. Membuang

Obat adalah zat yang berbahaya jika berada pada tempat yang tidak tepat, bahkan pembuangan obat pun bisa berdampak kurang baik juga buat lingkungan dan

sekitar. BPOM mengatur pembuangan obat sesuai jenis sediaan masing-masing yaitu sebagai berikut :

- a. Tablet, pil, puyer, salep, dan krim
Langkah membuang obat dengan tekstur padat bersama sampah rumah tangga, yakni:
 - 1) Keluarkan obat dari bungkusnya
 - 2) Hancurkan obat agar bentuknya tidak utuh
 - 3) Campurkan obat dengan ampas kopi, tanah, atau bahan lainnya. Cara tersebut hendaknya dilakukan karena bertujuan agar tidak dikonsumsi anak-anak, hewan peliharaan, atau dipungut pemulung.
 - 4) Selanjutnya, simpan obat yang sudah dicampur dengan bahan lain ke dalam wadah yang bisa ditutup dan tidak tumpah. Misalkan botol plastik bekas, kaleng, atau wadah lainnya
 - 5) Buang wadah berisi campuran obat dan sudah tertutup rapat ke tempat sampah di rumah.

- b. Sirup dan cairan
Selanjutnya membuang obat dengan tekstur cair seperti sirup, langkah yang harus diikuti yakni:
 - 1) Periksa endapan di bawah botol kemasan obat, apabila ada endapan atau obat sudah mengental, tambahkan sedikit air dan kocok sampai endapan larut
 - 2) Tuang larutan cairan obat ke dalam plastik
 - 3) Tambahkan ampas kopi, tanah, atau bahan kotor lainnya ke dalam larutan obat tersebut
 - 4) Tuang campuran obat ke wadah plastik yang ada tutupnya, lalu tutup sampai rapat
 - 5) Buang kemasan berisi campuran obat ke tempat sampah

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

- a. Tingkat pengetahuan swamedikasi obat tradisional Ibu-ibu Dusun Karanggayam sebagian besar masih berada pada kategori kurang dengan jumlah 16 orang atau 53,33%, kemudian disusul dengan pengetahuan sedang sejumlah 8 orang (26,67%), tetapi sisanya sebanyak 6 orang (20%) responden sudah mempunyai tingkat pengetahuan baik.
- b. Manajemen penggunaan obat tradisional dalam swamedikasi yang dikonsepsikan peneliti dalam penelitian ini bisa kita singkat dalam 5ME (Menetapkan, Mendapatkan, Menggunakan, Menyimpan, Membuang).

B. Saran

1. Pemerintah sebaiknya lebih memperhatikan standarisasi obat tradisional yang beredar di pasaran, mengingat masih banyak obat tradisional yang beredar di pasaran tanpa mempunyai izin edar oleh BPOM.
2. Iklan layanan masyarakat melalui basis media sosial dan media online terkait dengan penggunaan obat tradisional sebaiknya lebih ditingkatkan agar pengetahuan

masyarakat terkait dengan obat tradisional dan tata cara penggunaannya pun juga meningkat

UCAPAN TERIMAKAH

Terimakasih penulis sampaikan kepada beberapa pihak yang membantu sehingga penelitian ini bisa berjalan dan terpublikasikan dengan baik, di antaranya:

1. STIKes Madani Yogyakarta sebagai penyandang dana tunggal yang membiayai seluruh kegiatan serta memberikan fasilitas dalam pelaksanaan penelitian.
2. Masyarakat yang bersedia menjadi informan, sehingga peneliti mendapatkan informasi yang valid sebagai data penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Ana Hidayati , Haafizah Dania, M. D. P. (2017). *obat bebas terbatas untuk swamedikasi pada masyarakat rw 8 morobangun jogotirto berbah*. 3(2), 139–149.
- Ana Hidayati, D. A. P. (2011). *persepsi pengunjung apotek mengenai penggunaan obat bahan alam sebagai alternatif pengobatan di kelurahan muja muju kecamatan umbulharjo di kota yogyakarta*. 119–128.
- Bunga, merdekawati rima. (n.d.). *gambaran dan tingkat pengetahuan penggunaan obat tradisional sebagai alternatif pengobatan pada masyarakat rw 005 desa sindurjan, kecamatan purworejo, kabupaten purworejo*. 1–13.
- Dewi, S. (2017). *Medikolegal Pengobatan Untuk Diri Sendiri (Swamedikasi) Sebagai Upaya Menyembuhkan Penyakit*. 15(0854), 86–93.
- Dwi Ajeng Eli Ananda, Liza Pristianty, H. R. (2013). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Perilaku Swamedikasi Obat Natrium Diklofenak Di Apotek*. 10(02), 140–144.
- Jabbar, A., & Nurwati, A. (n.d.). *Studi Pengetahuan , Sikap dan Tindakan Terhadap Penggunaan Obat Tradisional Bagi Masyarakat di Desa Sabi- Sabila Kecamatan Mowewe Kabupaten Kolaka Timur*. 3(1), 19–22.
- Jennifer, H., & Saptutyingsih, E. (2015). *preferensi individu terhadap pengobatan tradisional di indonesia*. 16(April), 26–41.
- Kiromah*, N. Z. W., Widiastuti, T. C., & Yuyu Krisdiyanti, Y. K. (2019). *tingkat penggunaan dan kesadaran masyarakat dalam konsumsi obat tradisional di wilayah kerja puskesmas gombong*. 15(1), 47–53.
<https://doi.org/10.26753/jikk.v15i1.331>
- Ks, R. E., & Ristiawati, N. (2019). *Ketepatan Penggunaan Obat Tradisional serta Pengalaman Penyuluhan di Lingkungan RW 02 dan RW 03 Kelurahan Jatipadang Jakarta Selatan*. 1(1), 10–13.
- Ningsih, indah yulia. (2016). *studi etnofarmasi penggunaan tumbuhan obat oleh suku tangger di kabupaten lumajang dan malang, jawa timur*. 13(01), 10–20.

- Novi Ani, Immy Suci Rohyani, M. U. (2018). *Pengetahuan Masyarakat Tentang Jenis Tumbuhan Obat Di Kawasan Taman Wisata Alam Madapangga Sumbawa*. 13(2), 160–166.
- Oktarlina, R. Z., Tarigan, A., Carolia, N., & Utami, E. R. (2018). *Hubungan Pengetahuan Keluarga dengan Penggunaan Obat Tradisional di Desa Nunggalrejo Kecamatan Punggur Kabupaten Lampung Tengah*. 2(1), 42–46.
- Oktora, L., & Kumala, R. (2006). Pemanfaatan Obat Tradisional Dengan Pertimbangan Manfaat Dan Keamanannya. *Majalah Ilmu Kefarmasian*, III(1), 1–7.
- Rahayuda, I. G. S. (2016). *Identifikasi Jenis Obat Berdasarkan Gambar Logo Pada Kemasan Menggunakan Metode Naive Bayes*. 06(01), 17–36.
- Santoso, M. (2016). *Survei Pengetahuan Dan Pengalaman Swamedikasi Menggunakan Jamu Pada Masyarakat Kecamatan Tanggul Kabupaten Jember Tahun 2016*. <https://repository.unej.ac.id/handle/123456789/83430>
- Suffah, nisa'in kamalah. (2017). *Pengaruh Tingkat Pengetahuan Terhadap Tindakan Swamedikasi Diare Di Kecamatan Karanggeneng Lamongan*. 4.
- Utami, ebti rizki. (2018). *hubungan pengetahuan keluarga dengan penggunaan obat tradisional di desa nunggalrejo kecamatan punggur kabupaten lampung tengah*. 1–58.
- Widayati, A. (2013). *Swamedikasi di Kalangan Masyarakat Perkotaan di Kota Yogyakarta Self-Medication among Urban Population in Yogyakarta*. 2(4), 145–152.
- Widiarti, A., Bachri, A. A., & Husaini. (2016). *Analisis pengaruh faktor perilaku terhadap pemanfaatan kearifan lokal sebagai obat tradisional oleh masyarakat di kota palangka raya*. 2(1), 30–41.
- Widowati, L., & Siswoyo, H. (2014). *jamu untuk pasien penderita penyakit degenerative di 12 propinsi*. 24(2), 95–102