

DOI: <http://dx.doi.org/10.33846/2trik12101>

Penggunaan Obat Tradisional dalam Upaya Swamedikasi atau Pengobatan Sendiri di Indonesia: *Literature Review*

Nalisha Putri Rianoor

Program Studi S1 Farmasi, Universitas Singaperbangsa Karawang; nalisa.putri18046@student.unsika.ac.id
(koresponden)

ABSTRACT

People's treatment patterns turn to traditional medicines made from natural ingredients. Indonesian people for generations have known and used plants that are used as medicine to treat health problems. The results of Riskesdas 2010 to 2018, people who carry out traditional health efforts have increased to 44.3%. The use of traditional medicine in curative health efforts is often carried out by the community with self-medication, known as self-medication. Self-medication is mostly done by Indonesian people who have health complaints using traditional medicines. The use of traditional medicine must have accuracy which includes the correctness of the drug, the accuracy of the dose, the time of use, the accuracy of how to use, the accuracy of digging up information, not being misused, and the accuracy in choosing drugs for certain diseases. The purpose of this literature review is to describe the use of traditional medicine in self-medication efforts in Indonesia. The method used in writing this article was a systematic literature review method. The literature search was conducted through the Google Scholar web database. The results of research focused on the use of traditional medicine include the types of traditional medicines used, the purpose and reasons for the traditional medicines used, the dosage form, how traditional medicine is obtained, how to used, the time and duration of used, the type and part of the plant used, diseases being treated, side effects and how to handle them, as well as sources of information on the use of traditional medicines that have been used.

Keywords: *traditional medicine; self-medication; use*

ABSTRAK

Pola pengobatan masyarakat beralih ke obat-obatan tradisional yang terbuat dari bahan-bahan alami. Masyarakat Indonesia secara turun temurun mengenal dan menggunakan tanaman yang dimanfaatkan sebagai obat untuk mengatasi gangguan kesehatan. Hasil Riskesdas dari tahun 2010 hingga 2018, masyarakat yang melakukan upaya kesehatan tradisional meningkat menjadi sebesar 44,3%. Penggunaan obat tradisional dalam upaya kesehatan kuratif sering dilakukan oleh masyarakat dengan pengobatan sendiri yang dikenal dengan istilah swamedikasi. Swamedikasi banyak dilakukan oleh masyarakat Indonesia yang memiliki keluhan kesehatan dengan menggunakan obat tradisional. Penggunaan obat tradisional harus memiliki ketepatan yang meliputi kebenaran obat, ketepatan dosis, ketepatan waktu penggunaan, ketepatan cara penggunaan, ketepatan menggali informasi, tidak disalah gunakan, dan ketepatan dalam memilih obat untuk penyakit tertentu. Tujuan dari *literature review* ini untuk mengetahui gambaran penggunaan obat tradisional dalam upaya pengobatan sendiri di Indonesia. Metode yang digunakan dalam penulisan artikel ini dengan metode *systematic literature review*. Pencarian literatur dilakukan melalui web *database* google scholar. Hasil penelitian yang difokuskan pada penggunaan obat tradisional meliputi, jenis obat tradisional yang digunakan, tujuan dan alasan digunakannya obat tradisional, bentuk sediaan, cara obat tradisional diperoleh, cara penggunaan, waktu dan lama penggunaan, jenis dan bagian tumbuhan yang digunakan, penyakit yang diobati, efek samping dan cara penanganan yang dilakukan, serta sumber informasi dalam penggunaan obat tradisional yang digunakan.

Kata kunci: obat tradisional; swamedikasi; penggunaan

PENDAHULUAN

Di seluruh dunia, pola pengobatan masyarakat beralih ke obat-obatan tradisional yang terbuat dari bahan-bahan alami. Tanaman obat sangat populer sebagai bahan baku obat tradisional.⁽¹⁾ Masyarakat Indonesia sendiri mengenal dan menggunakan tumbuhan secara turun temurun yang digunakan sebagai obat untuk mengatasi masalah kesehatan.⁽²⁾ Tanaman obat merupakan tanaman yang sangat populer terutama dalam pola hidup yang saat ini sedang berubah di seluruh dunia dan dikenal dengan istilah *back to nature*. *Back to nature* tidak hanya merambah pada kebiasaan konsumsi masyarakat, tetapi juga merambah pada bidang lain, termasuk obat-obatan.⁽¹⁾ Masyarakat Indonesia menggunakan bahan alam untuk membuat obat tradisional dengan memanfaatkan bahan

alam yang mana telah terbukti dengan adanya naskah lama pada daun lontar Husodo (Jawa), dokumen Serat Primbon Jampi, dan relief candi Borobudur yang melukiskan orang sedang meracik obat (jamu) dimana bahan bakunya berasal dari tumbuhan.⁽²⁾

Obat Tradisional merupakan 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 dan dapat diterapkan sesuai dengan norma yang berlaku di masyarakat.⁽³⁾ Berdasarkan cara pembuatan serta jenis klaim penggunaan dan tingkat pembuktian khasiat, obat tradisional terdiri dari jamu, Obat Herbal Terstandar (OHT), dan fitofarmaka. Jamu adalah ramuan atau obat alami yang digunakan dalam pengobatan untuk menjaga kesehatan dan khasiatnya berdasarkan warisan turun temurun.⁽⁴⁾ Jamu harus memenuhi kriteria yang aman sesuai dengan persyaratan yang ditetapkan, klaim khasiat dibuktikan berdasarkan data, dan memenuhi persyaratan mutu yang berlaku.⁽⁵⁾ Obat Herbal Terstandar (OHT) adalah sediaan obat herbal berbahan baku alami, bahan bakunya telah terbukti keamanan dan khasiatnya secara alamiah dengan uji praklinik. Sedangkan fitofarmaka adalah obat tradisional dari bahan alami yang dapat disetarakan dengan obat modern karena proses pembuatannya telah terstandar serta telah ditunjang dengan bukti ilmiah sampai dengan uji klinik pada manusia dengan kriteria yang memenuhi syarat ilmiah.⁽⁴⁾

Tanaman obat sendiri memiliki ribuan jenis spesies. Dari total sekitar 40.000 spesies tanaman obat yang dikenal di dunia, 30.000-nya disinyalir berada di Indonesia. Jumlah tersebut mewakili 90% dari tanaman obat yang terdapat di wilayah Asia.⁽¹⁾ Berdasarkan Riset Tumbuhan Obat dan Jamu pada tahun 2017, Indonesia memiliki sumber alam hayati yang terdiri dari 2.848 spesies tumbuhan obat dengan 32.014 ramuan obat.⁽⁶⁾ Penduduk Indonesia yang mempunyai keluhan kesehatan dan penggunaan obat tradisional pada tahun 2014 sebesar 20,99%.⁽⁷⁾ Sedangkan Hasil Riskesdas dari tahun 2010 hingga 2018, masyarakat yang melakukan upaya kesehatan tradisional makin meningkat menjadi sebesar 44,3%. Hal ini menunjukkan minat masyarakat dalam penggunaan obat tradisional dan upaya kesehatan secara tradisional meningkat.⁽⁶⁾

Pemilihan dan penggunaan obat-obatan (termasuk produk herbal dan tradisional) oleh individu untuk mengobati penyakit atau gejala yang dapat diidentifikasi sendiri disebut dengan swamedikasi. Swamedikasi merupakan bagian dari *self-care*. Menurut World Health Organization (WHO) tahun 1998, *self-care* didefinisikan sebagai “apa yang dilakukan orang untuk dirinya sendiri dalam membangun dan memelihara kesehatan, mencegah dan menangani penyakit”. Sesuai dengan pernyataan bersama antara World Self-Medication Industry (WSMI) dan Federation International Pharmaceutical (FIP), *self-medication* atau swamedikasi didefinisikan sebagai penggunaan obat-obatan tanpa resep dokter oleh masyarakat atas inisiatif mereka sendiri.⁽⁸⁾

Penggunaan obat tradisional dalam upaya kesehatan kuratif sering dilakukan oleh masyarakat dengan pengobatan sendiri yang dikenal dengan istilah swamedikasi. Swamedikasi (pengobatan sendiri) merupakan fenomena global yang terjadi disetiap kelompok usia, meskipun tingkatannya berbeda antara individu dan wilayah.⁽⁹⁾ Swamedikasi cenderung mengalami peningkatan di kalangan masyarakat untuk mengatasi gejala atau keluhan kesehatan yang dianggap ringan.⁽¹⁰⁾ Swamedikasi bagian dari upaya masyarakat dalam menjaga kesehatannya sendiri. Swamedikasi banyak dilakukan oleh masyarakat Indonesia yang memiliki keluhan kesehatan dengan menggunakan obat tradisional. Berdasarkan Badan Pusat Statistik (BPS), persentase penduduk Indonesia yang mengobati sendiri selama sebulan terakhir tiap tahunnya mengalami peningkatan pada tahun 2018 sebesar 70,74%, tahun 2019 sebesar 71,46%, dan pada tahun 2020 sebesar 72,19%.⁽⁷⁾

Obat tradisional umumnya dianggap lebih aman digunakan daripada obat modern. Hal ini disebabkan karena obat tradisional memiliki efek samping yang relatif lebih sedikit daripada obat modern. Jika digunakan dengan cara yang tepat, maka efek samping obat tradisional relatif kecil. Cara penggunaan obat tradisional yang tepat meliputi kebenaran obat, ketepatan dosis, ketepatan waktu penggunaan, ketepatan cara penggunaan, ketepatan menggali informasi, tidak disalah gunakan, dan ketepatan pemilihan obat untuk penyakit tertentu.⁽²⁾

Pemanfaatan obat tradisional harus tetap memperhatikan petunjuk penggunaannya seperti diantaranya memiliki izin edar dari BPOM, informasi yang tercantum dalam kemasan harus diperhatikan antara lain aturan pakai, tanggal kedaluwarsa, peringatan atau kontra indikasi, khasiat, kondisi kemasan harus dalam keadaan baik, dan bentuk fisik produk dalam keadaan baik. Obat tradisional juga tidak boleh digunakan dalam keadaan kegawatdaruratan dan keadaan yang potensial membahayakan jiwa.⁽¹¹⁾

Berdasarkan uraian di atas, maka *study literature review* ini bertujuan untuk mengetahui gambaran penggunaan obat tradisional dalam upaya swamedikasi atau pengobatan sendiri di Indonesia.

METODE

Metode yang digunakan dalam pembuatan *literature review* ini, yaitu *systematic literature review* dengan menganalisis data sekunder yang diperoleh dari hasil penelitan oleh peneliti-peneliti terdahulu, dimana hasil perolehan data merupakan kumpulan dari beberapa artikel ilmiah terkait dengan *literature review* ini yang

dipublikasikan secara *online*. Artikel yang digunakan berasal dari jurnal ilmiah terpercaya berskala nasional yang dipublikasikan 10 tahun terakhir dengan rentang waktu dari tahun 2011-2021. Pencarian literatur melalui web *database google scholar*. Berbagai istilah atau kata kunci yang digunakan dalam pencarian literatur diantaranya, “swamedikasi penggunaan obat tradisional”, “penggunaan obat tradisional”, “swamedikasi obat tradisional”, “swamedikasi herbal” dan “penggunaan jamu”.

Pencarian dari *database* menghasilkan 85.512 artikel. Kemudian penulis melakukan penyaringan artikel dengan waktu terbit 10 tahun terakhir, rentang waktu dari tahun 2011-2021, dan artikel *fulltext*, sehingga tersisa 5.318 artikel. Selanjutnya dilakukan pemilihan abstrak sesuai yang diinginkan sebanyak 12 artikel. Setelah itu dilakukan penyaringan artikel kembali dan sebanyak 6 artikel yang memenuhi kriteria inklusi sesuai topik penelitian dimasukkan dalam tinjauan. Literatur dianalisis apabila memenuhi kriteria inklusi sebagai berikut:

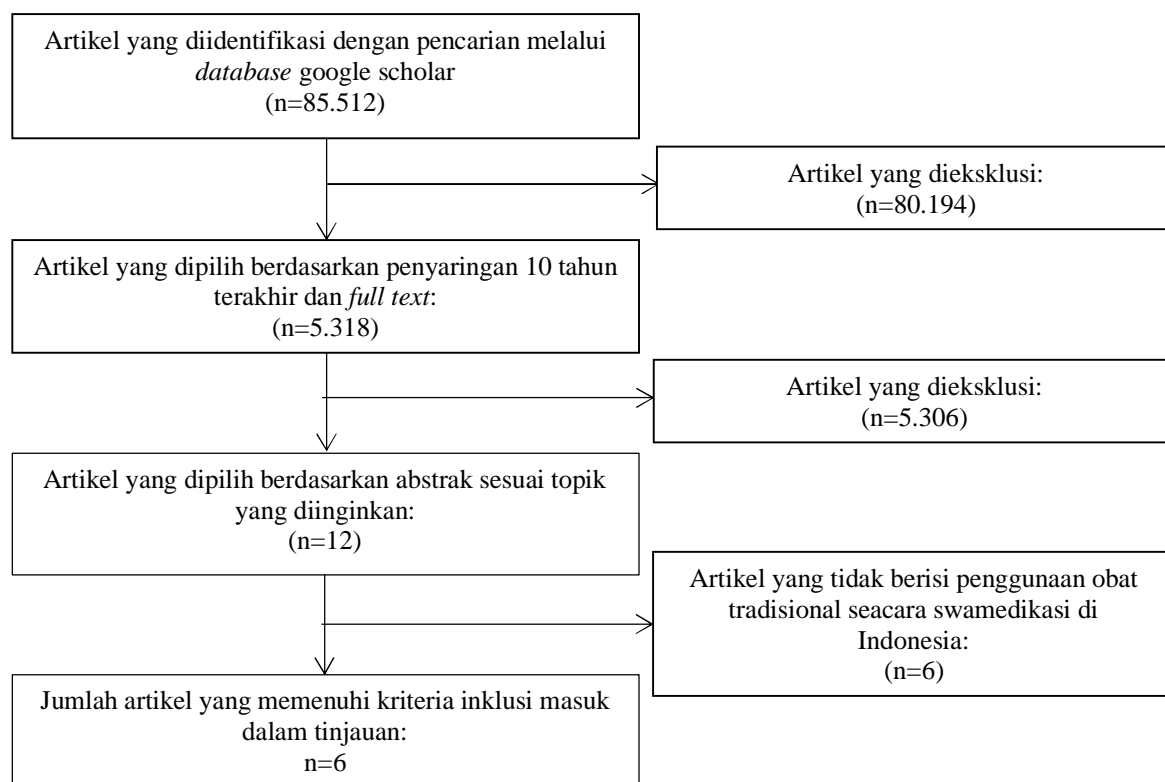
1. Kriteria inklusi
 - a. Literatur yang digunakan berupa artikel jurnal 10 tahun terakhir dengan rentang tahun 2011-2021
 - b. Literatur berfokus mengenai penggunaan obat tradisional secara swamedikasi di Indonesia
 - c. Literatur dengan *full text*
 - d. Literatur dipublikasikan dalam bahasa Indonesia

2. Kriteria eksklusi

Literatur yang tidak relevan

Proses review artikel berdasarkan pada panduan *checklist Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analysis (PRISMA)*. Sebelum tahap analisis data dilakukan, ringkasan isi dari artikel yang akan direview dirangkum dalam bentuk tabel yang berisi nama peneliti atau penulis beserta tahun artikel terbitnya, judul penelitian, tujuan penelitian, sampel penelitian, metode penelitian, dan hasil penelitian. Selanjutnya, analisis data dilakukan dengan membahas hasil ringkasan dari tabel tersebut. Pembahasan dari hasil penelitian yang akan menjadi dasar pengambilan kesimpulan *systematic review*.

Berdasarkan panduan dalam pencarian literatur, penulis telah melakukan pencarian literatur dengan rangkaian proses yang terangkum dalam Gambar 1.



Gambar 1. Diagram alir review artikel

Hasil pencarian literatur yang diperoleh sebanyak 6 literatur ditunjukkan pada tabel 1.

Tabel 1. Data hasil *literature review*

Peneliti, tahun	Judul	Tujuan	Sampel	Metode	Hasil
Lestari IA, Utami EF, Suhada A. 2017 ⁽¹²⁾	Analisa Penggunaan Obat Tradisional dalam Upaya Swamedikasi di Lingkungan Tolotonga Kecamatan Asakota Bima	Mengetahui gambaran penggunaan obat tradisional dalam upaya swamedikasi di Lingkungan Tolotonga Kecamatan Asakota Bima	91 responden	Survei-deskriptif	Jenis obat tradisional paling banyak digunakan adalah jamu Mayoritas tujuan penggunaan obat tradisional untuk meningkatkan dan menjaga kesehatan Bentuk sediaan obat tradisional paling banyak digunakan yaitu rebusan atau seduhan Cara memperoleh obat tradisional terbanyak dengan meracik sendiri
Fauziah, Maghfira L, Hardina. 2021 ⁽¹³⁾	Gambaran Penggunaan Obat Tradisional pada Masyarakat Desa Pulo secara Swamedikasi	Mengetahui penggunaan obat tradisional secara swamedikasi pada masyarakat desa Pulo Kecamatan Bandar Dua Kabupaten Pidie Jaya	140 responden	Survei-deskriptif	Cara penggunaan obat tradisional terbanyak dengan cara diminum Lama penggunaan obat tradisional paling lama 1 hari Cara mendapatkan obat tradisional lebih banyak meracik sendiri Bentuk sediaan obat tradisional terbanyak menggunakan sediaan rebusan atau seduhan Bagian tumbuhan obat yang paling banyak digunakan bagian daun Banyaknya obat tradisional untuk satu kali pemakaian yaitu satu gelas dan pada pagi hari Alasan menggunakan obat tradisional terbanyak karena harganya yang lebih murah Mayoritas tujuan menggunakan obat tradisional untuk menyembuhkan penyakit mendadak Jenis penyakit yang diobati secara swamedikasi dengan obat tradisional paling banyak adalah sakit gigi Tidak menimbulkan efek samping setelah menggunakan obat tradisional dan jika ada efek samping tindakan yang dilakukan tersering adalah periksa ke dokter
Sari RP. 2016 ⁽¹⁴⁾	Gambaran Swamedikasi Penggunaan Tanaman Obat di Desa Sungai Gempa Asih	Mengetahui tanaman obat, takaran serta alasan penggunaan tanaman obat pada masyarakat di Desa Sungai Gempa Asih untuk pengobatan secara swamedikasi	178 responden	Wawancara-deskriptif	Penggunaan tanaman obat untuk swamedikasi yang paling banyak adalah angka belanda dengan bagian yang digunakan yaitu pucuk dan takarannya sebanyak 5-7 pucuk Alasan penggunaan tanaman obat tertinggi dikarenakan kepercayaan
Tusi Wardani W, Muhlis M. 2020 ⁽¹⁵⁾	Pengetahuan dan Pola Swamedikasi Penggunaan Obat Tradisional dan Cara Pengobatan Tradisional sebagai Terapi Komplementer di Wilayah Kerja Yandu Wredasari 07, Warungboto, Umbulharjo, Yogyakarta	Mengetahui gambaran pengetahuan dan pola swamedikasi menggunakan obat tradisional sebagai terapi komplementer pada Yandu Wredasari 07, Warungboto, Umbulharjo, Kota Yogyakarta	38 responden	Observasional - deskriptif	Penggunaan madu sebesar 29% untuk mengobati penyakit kolesterol, hipertensi dan diabetes mellitus Bentuk obat tradisional tradisional yang dikonsumsi paling banyak yakni rajangan Lama penggunaan obat tradisional mayoritas sampai sembuh dan tindakan yang dilakukan apabila setelah menggunakan obat tradisional tetapi belum juga sembuh masih tetap melanjutkan pemakaian obat tradisional Sumber informasi penggunaan obat tradisional yang paling besar dari tetangga atau teman Cara mendapatkan obat tradisional tertinggi dari toko herbal Mayoritas alasan menggunakan obat tradisional karena terbuat dari bahan alami Mayoritas tidak muncul efek samping obat selama menggunakan obat tradisional
Septianawati P, Pratama	Pengetahuan dan Sikap terhadap	Mengetahui pengetahuan dan sikap	41 responden	Deskriptif- <i>Cross sectional</i>	Mahasiswa lebih dari 50% tidak mengkonsumsi obat herbal selama pandemi Covid-19

Peneliti, tahun	Judul	Tujuan	Sampel	Metode	Hasil
TS, Pratiwi H, Sumoprawir M.2020 ⁽¹⁶⁾	Swamedikasi Obat Herbal pada Mahasiswa Kedokteran selama Pandemi Covid-19	pola penggunaan obat herbal pada mahasiswa FK UMP selama menghadapi Covid-19			Alasan meminum obat herbal selama pandemi Covid-19 paling banyak sebagai peningkat imunitas tubuh Ramuan herbal yang dikonsumsi paling sering adalah jeruk
Supardi S, Herman MJ, Yuniar Y.2011 ⁽¹⁷⁾	Penggunaan Jamu Buatan Sendiri di Indonesia (Analisis Data Riset Kesehatan Dasar Tahun 2010)	Mengetahui profil penggunaan jamu buatan sendiri di rumah tangga dan mengetahui karakteristik anggota rumah tangga yang menggunakan jamu buatan sendiri	88.877 responden	Wawancara kuesioner- <i>Cross sectional</i>	Bahan baku jamu buatan sendiri paling banyak adalah kencur Bentuk sediaan terbanyak adalah cairan Dapat merasakan manfaat minum jamu buatan sendiri 10 provinsi terbesar pengguna jamu yaitu Maluku

Tabel 1 berisi data dari artikel yang telah dikaji sebanyak 6 artikel. 3 artikel membahas tentang penggunaan obat tradisional secara swamedikasi dan 3 artikel lainnya membahas secara spesifik mengenai swamedikasi penggunaan tanaman obat, obat herbal dan jamu yang merupakan bagian dari obat tradisional.

PEMBAHASAN

Berdasarkan jenis obat tradisional di Indonesia yang terdiri dari jamu, Obat Herbal Terstandar (OHT), dan fitofarmaka, jamu merupakan obat tradisional yang paling banyak dikonsumsi dibandingkan dengan jenis obat tradisional yang lain. Hal ini berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Lestari IA, Utami EF, dan Suhada A pada tahun 2017, dikarenakan dalam mengkonsumsi atau menggunakan sediaan obat tradisional berupa jamu mudah didapat dan hasil dari racikan sendiri.⁽¹²⁾ Jamu umumnya digunakan masyarakat Indonesia sebagai minuman obat alami untuk menjaga kesehatan dan menyembuhkan berbagai penyakit. Tradisi minum jamu ini diperkirakan sudah ada sejak 1300 M dan merupakan minuman bersejarah. Mengolah jamu tidak terlalu rumit dan kebanyakan hanya mengambil sari dari perasan tumbuhan herbal.⁽¹⁸⁾

Penggunaan obat tradisional sebagai upaya swamedikasi memiliki tujuan untuk mengobati penyakit ringan, mengobati penyakit parah, mengobati penyakit pada anak, mencegah penyakit, perawatan tubuh, menyembuhkan penyakit menahun, meningkatkan dan menjaga kesehatan serta menyembuhkan penyakit yang mendadak.^(12,13) Masyarakat beranggapan bahwa pada saat sakit, mereka menginginkan pengobatan yang murah dan mudah didapat, sehingga menggunakan pengobatan tradisional untuk mengobati penyakit-penyakit mendadak yang bersifat ringan sebelum yang bersangkutan memeriksakan diri ke petugas kesehatan atau dokter.⁽¹⁹⁾ Untuk menyembuhkan penyakit menahun (kronis) dan penyakit yang parah berdasarkan hasil penelitian lebih memilih berobat ke dokter untuk mencegah efek samping atau bahaya yang dapat ditimbulkan jika melakukan pengobatan sendiri tanpa adanya resep dari dokter.^(12,13)

Alasan utama dalam menggunakan obat tradisional karena harganya yang lebih murah. Biaya pengobatan konvensional yang tinggi sehingga masyarakat beralih ke pengobatan secara swamedikasi dengan obat tradisional untuk mengobati gejala penyakit yang diderita. Efek samping yang relatif kecil dan terbuat dari bahan alami menjadi alasan masyarakat menggunakan obat tradisional. Pada dasarnya obat tradisional terbuat dari bahan alami dan tidak mengandung bahan kimia yang berbahaya.⁽¹³⁾ Selain itu, kepercayaan akan obat-obatan tradisional memang sangat tinggi. Disamping kepercayaan, berdasarkan lingkungan pun menjadi alasan penggunaan obat tradisional.⁽¹⁴⁾ Tidak perlu menggunakan resep, dapat diperoleh dengan mudah, sudah digunakan secara turun temurun, untuk menjaga stamina,⁽¹⁵⁾ rasa enak, sebagai antioksidan, sebagai obat *prophylactic and preventive* (profilaksis dan preventif), sebagai peningkat imunitas tubuh, dan merasa sebagai *complementary and alternative medicine* merupakan alasan dari penggunaan obat tradisional.⁽¹⁶⁾

Bentuk sediaan obat tradisional terdiri dari bentuk rebusan atau seduhan, ekstrak kering, serbuk, dalam keadaan segar, rajangan, pil, tablet, kapsul, larutan, dan bentuk lainnya. Penggunaan obat tradisional dalam upaya swamedikasi paling banyak dalam bentuk rebusan atau seduhan atau larutan karena bentuk sediaan tersebut merupakan cara yang praktis, paling mudah digunakan dan menggunakan tanaman yang mudah didapat. Perebusan berulang-ulang dari bahan ramuan tidak berpengaruh walaupun khasiatnya akan sedikit berkurang. Sedangkan masyarakat cenderung tidak setuju menggunakan obat tradisional dalam bentuk ekstrak kering dikarenakan mereka beranggapan bahwa tidak hanya dalam bentuk ekstrak kering dalam menggunakan obat tradisional melainkan bisa dalam bentuk sediaan lain. Masyarakat cenderung tidak setuju dikarenakan

menggunakan obat tradisional dalam bentuk serbuk akan terasa pahit dan mereka cenderung lebih senang menggunakan bentuk rebusan langsung.^(12,13,15,16,17)

Cara memperoleh atau mendapatkan obat tradisional berasal dari jamu gendong, meracik sendiri, apotek, toko, pasar, tenaga kesehatan, penjual obat keliling, kebun sendiri atau Tanaman Obat Keluarga (TOGA), dan toko obat herbal.^(12,13,15) Untuk swamedikasi, masyarakat lebih cenderung menggunakan obat tradisional dengan cara meracik sendiri karena beranggapan dengan meracik sendiri lebih mudah, murah dan tanaman yang digunakan mudah didapatkan ada di sekitar perkarangan rumah. Masyarakat lebih cenderung memperoleh obat tradisional dengan cara memetik di perkarangan rumah karena mempermudah jika tiba-tiba terjadi sakit yang mendadak. Masyarakat cenderung lebih ragu-ragu menggunakan obat tradisional dengan cara membeli di jamu gendong karena mereka lebih senang meracik sendiri dan juga di beberapa daerah sudah tidak ada yang menjual jamu gendong.⁽¹²⁾

Cara penggunaan obat tradisional dapat dilakukan dengan cara diminum, dioles, ditempel dan digosok. Umumnya masyarakat lebih banyak menggunakan obat tradisional dengan cara diminum karena sebagian besar jenis tumbuhan yang ditemukan dan dimanfaatkan untuk mengobati penyakit dalam adalah dengan cara diminum, masyarakat berasumsi bahwa penggunaan obat tradisional dengan cara diminum maka penyakit yang mereka rasakan akan sembuh.⁽¹³⁾ Tidak semua tanaman obat dapat dikonsumsi sembarangan dan tidak semua tanaman obat memiliki khasiat dan efek apabila dikonsumsi dengan cara meminum air rebusannya. Misalnya, daun kecubung yang digunakan sebagai bronkodilator, cara penggunaannya dengan dihisap. Namun, mengkonsumsi daun kecubung dengan cara diseduh sebenarnya akan menyebabkan mabuk.⁽²⁾

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Fauziah, Maghfira L, dan Hardina pada tahun 2021, waktu dan lama penggunaan obat tradisional hanya didasarkan pada pengalaman sehingga tidak memiliki tolak ukur yang tepat bagaimana waktu dan frekuensi penggunaan obat tradisional.⁽¹³⁾ Lama penggunaan obat tradisional bisa dalam waktu 1 hari, 2-3 hari, sampai sembuh, setiap hari, 1 minggu, dan 1 bulan.^(13,15) Waktu penggunaan obat tradisional untuk sekali pemakaian dilakukan pada pagi, siang, sore, malam hari, dan tidak tentu. Waktu penggunaan obat tradisional untuk sekali pemakaian yang dilakukan oleh masyarakat Desa Pulo yang paling banyak yaitu pada pagi hari dan pada sore hari. Digunakan pada pagi hari karena pada pagi hari perut belum terisi makanan sehingga obat akan langsung bekerja dan terasa khasiatnya. Sedangkan digunakan di sore hari adanya asumsi masyarakat bahwa pada sore hari sudah tidak banyak aktifitas sehingga efek obat akan cepat berkhasiat.⁽¹³⁾ Mayoritas responden lainnya menggunakan obat tradisional sampai sembuh. Penduduk yang mengeluh sakit dan melakukan pengobatan sendiri menggunakan obat cenderung menurun dengan meningkatnya lama sakit, tetapi yang menggunakan obat tradisional dan cara tradisional cenderung meningkat dengan meningkatnya lama sakit.⁽¹⁵⁾

Bagian tumbuhan atau tanaman obat yang digunakan sebagai obat tradisional untuk mengobati berbagai macam penyakit, yaitu daun, buah, rimpang, umbi, batang, biji, pucuk, dan kembang.⁽¹⁴⁾ Bagian tumbuhan obat yang paling banyak digunakan sebagai obat tradisional secara swamedikasi berdasarkan hasil penelitian adalah bagian daun. Hal ini disebabkan karena kandungan obat atau zat yang diperlukan terdapat dalam daun lebih banyak, serta daun mudah diolah dengan strukturnya yang lembut dibandingkan bagian tumbuhan lainnya, daun juga tersedia terus menerus, dan lebih sering digunakan oleh masyarakat untuk mengobati secara turun temurun. Bagian tumbuhan yang paling banyak digunakan adalah daun karena tempat pengolahan makanan yang berfungsi sebagai obat, mudah diperoleh dan mudah dibuat atau diramu sebagai obat dibandingkan dengan kulit, batang, biji dan akar tanaman. Daun merupakan bagian (organ) tumbuhan yang banyak digunakan sebagai tumbuhan obat karena daun umumnya bertekstur lunak mempunyai kandungan air yang tinggi (70%-80%). Selain itu, daun merupakan tempat akumulasi fotosintetis yang mengandung unsur-unsur (zat organik) yang memiliki sifat menyembuhkan penyakit. Zat yang banyak terdapat pada daun adalah alkaloid, minyak atsiri, fenol, senyawa kalium, klorofil dan asam oleonolic anti peradangan dari tumbuhan hyptis. Daun juga memiliki serat yang lunak, sehingga mudah untuk mengekstrak zat-zat yang digunakan sebagai obat.⁽¹³⁾

Jenis tanaman yang digunakan berdasarkan penelitian, yaitu angka belanda atau sirsak, kembang sepatu, jahe, kunyit, belimbing wuluh, jambu biji, bamban, patah kamudi atau sambung nyawa, sambung urat, lidah buaya, asam jawa, jeruk nipis, brotowali, *Andrograhis paniculata* (kwinsi), *Cydonia oblonga* (buah kanunang), *Zizyphus jujube* (kurma merah), *Psidium guava* (jambu), *Curcuma longa* (kunyit), *Allium sativum* (Garlic atau bawang putih), *Ocimum sanctum* (kemangi), *Citrus* sp., dan *Echinacea purpurea*. Ramuan herbal yang dikonsumsi adalah bawang putih, *Echinacea* sp. kunyit, kemangi, kurma merah, jeruk, dan jambu. Bahan baku jamu diantaranya yaitu, kencur, Jahe, temulawak, meniran, pace dan lainnya.^(14,16,17)

Jenis penyakit yang diobati secara swamedikasi berdasarkan hasil penelitian, yaitu sakit gigi, diare, batuk, demam, maag, darah tinggi, rematik, asam urat, pusing, panas dalam, kencing manis, asma, gatal-gatal, dan amandel. Penyakit yang paling banyak dan sering diobati dengan obat tradisional secara swamedikasi adalah sakit gigi. Jenis tumbuhan yang biasa digunakan untuk mengobati sakit gigi yaitu daun sirih dan daun jambu biji. Jenis

penyakit terbanyak kedua adalah diare. Jenis tumbuhan yang sering digunakan untuk mengatasi diare adalah daun jambu biji, kunyit, lengkuas dan biji pala. Jenis penyakit terbanyak ketiga adalah batuk yang biasanya diobati dengan rebusan daun salam atau jeruk nipis dengan kecap.⁽¹³⁾

Setelah menggunakan obat tradisional, berdasarkan hasil penelitian pada masyarakat tidak muncul efek samping yang membahayakan selama menggunakan obat tradisional. Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa obat tradisional masih dianggap aman dalam penggunaannya karena efek sampingnya relatif sangat kecil. Nafsu makan turun, mengantuk, mual, dan pusing merupakan efek samping yang dapat timbul dari sebagian orang.⁽¹³⁾ Efek samping yang dirasakan setelah minum obat tradisional berdasarkan penelitian lainnya, yaitu tidak muncul efek samping, mengantuk, mual, pusing, timbul gatal pada kulit, jantung berdebar-debar, dan diare.⁽¹⁵⁾ Jika ada efek samping, tindakan yang dilakukan oleh masyarakat lebih memilih periksa kedokter dan beralih kepengobatan modern. Penelitian ini tidak sama dengan penelitian yang telah dilakukan Ismiyana di desa Jimus Klaten yang menyatakan bahwa masyarakat masih menggunakan obat tradisional walaupun belum sembuh, karena mereka beranggapan bahwa obat tradisional mengandung bahan-bahan alami maka efeknya lambat. Obat tradisional digunakan untuk menguatkan kondisi tubuh atau meningkatkan daya tahan, berbeda dengan obat medik yang berfungsi untuk mengobati langsung pada penyakit.⁽¹⁹⁾

Pada zaman yang serba modern ini, sangat mudah untuk menemukan berbagai informasi misalnya dapat melalui internet dan media sosial. Namun, banyak informasi yang tidak berbasis pengetahuan sehingga dapat menyesatkan pembacanya. Maka dari itu, dibutuhkan ketelitian dalam menemukan informasi yang benar.⁽²⁾ Dapat diketahui bahwa sumber informasi penggunaan obat tradisional yang paling besar berasal dari tetangga atau teman. Tetangga atau teman memiliki peran yang penting dalam memberikan informasi mengenai obat tradisional. Tradisi nenek moyang, keluarga, media cetak atau elektronik, tenaga kesehatan merupakan sumber informasi penggunaan obat tradisional lainnya.^(13,15)

KESIMPULAN

Penggunaan obat tradisional sebagai upaya swamedikasi di Indonesia bertujuan untuk mengobati penyakit ringan, penyakit parah, penyakit pada anak, mencegah penyakit, perawatan tubuh, menyembuhkan penyakit menahun, menjaga kesehatan serta menyembuhkan penyakit yang mendadak. Jamu merupakan obat tradisional yang paling banyak dikonsumsi. Alasan utama menggunakan obat tradisional karena harganya lebih murah. Bagian tumbuhan obat yang paling banyak digunakan adalah bagian daun dengan cara memperolehnya dipetik di perkarangan rumah. Bentuk yang paling banyak adalah rebusan atau seduhan atau larutan dengan waktu dan lama penggunaan hanya didasarkan pada pengalaman. Penggunaan obat tradisional untuk mengatasi jenis penyakit dan gejala ringan, tidak muncul efek samping yang membahayakan serta sumber informasi penggunaan obat tradisional yang paling besar berasal dari tetangga atau teman.

DAFTAR PUSTAKA

1. Salim Z, Munadi E. Info Komoditi Tanaman Obat. Kemendag RI. Jakarta: Badan Pengkajian dan Pengembangan Perdagangan Kementerian Perdagangan Republik Indonesia; 2017.
2. Sumayyah S, Salsabila N. Obat Tradisional : Antara Khasiat dan Efek Sampingnya. *Majalah Farmasetika*. 2017;2(5):1.
3. BPOM. Peraturan BPOM Nomor 32 Tahun 2019 Persyaratan Keamanan dan Mutu Obat Tradisional. Badan Pengawas Obat dan Makanan. 2019;1–37.
4. Rahayuda S. Identifikasi Jenis Obat Berdasarkan Gambar Logo Pada Kemasan Menggunakan Metode Naive Bayes. *Jurnal Sisfo*. 2016;6(1):17–36.
5. BPOM. Ketentuan Pokok Pengelompokan dan Penandaan Obat Bahan Alam Indonesia. Jakarta: Badan Pengawas Obat dan Makanan; 2004.
6. Biro Komunikasi dan Pelayanan Masyarakat Kemenkes RI. Kemenkes Dorong Pengembangan Industri Obat Tradisional [Internet]. 2019 [cited 2022 Jan 6]. Available from: <https://www.kemkes.go.id/article/view/19082100002/kemenkes-dorong-pengembangan-industri-obat-tradisional.html>
7. Badan Pusat Statistik. Persentase Penduduk yang Mempunyai Keluhan Kesehatan dan Penggunaan Obat menurut Provinsi dan Jenis Kelamin [Internet]. 2016. Available from: <https://www.bps.go.id/statictable/2012/05/02/1619/persentase-penduduk-yang-mempunyai-keluhan-kesehatan-dan-penggunaan-obat-menurut-provinsi-dan-jenis-kelamin-2009-2014.html>
8. Widayati A. Perilaku Kesehatan (Health Behavior): Aplikasi Teori Perilaku untuk Promosi Kesehatan. Yogyakarta: Sanata Dharma University Press; 2019.

9. Garofalo L, Di Giuseppe G, Angelillo IF. Self-medication practices among parents in Italy. *BioMed Research International*; 2015.
10. Rikomah SE. *Farmasi Klinik*. Yogyakarta: Deepublish; 2018.
11. Rokom. Kemenkes Sarankan Masyarakat Manfaatkan Obat Tradisional [Internet]. 2021 [cited 2022 Jan 6]. Available from: <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/umum/20200521/4433937/kemenkes-sarankan-masyarakat-manfaatkan-obat-tradisional/>
12. Lestari IA, Utami EF, Suhada A. Analisa Penggunaan Obat Tradisional dalam Upaya Swamedikasi di Lingkungan Tolotonga Kecamatan Asakota Bima. *Pharmaceutical & Traditional Medicine*. 2017;1(2):49–57.
13. Fauziah, Maghfira L, Hardina. Gambaran Penggunaan Obat Tradisional pada Masyarakat Desa Pulo secara Swamedikasi. *Jurnal Sains Kesehatan Darussalam*. 2021;1(1):37–50.
14. Sari RP. Gambaran Swamedikasi Penggunaan Tanaman Obat di Desa Sungai Gempa Asih. *Jurnal Ilmu Ibnu Sina*. 2016;1(September):265–74.
15. Tusi Wardani W, Muhlis M. Pengetahuan dan Pola Swamedikasi Penggunaan Obat Tradisional dan Cara Pengobatan Tradisional Sebagai Terapi Komplementer di Wilayah Kerja Yandu Wredasari 07, Warungboto, Umbulharjo, Yogyakarta. Vol. 1, *Lambung Farmasi: Jurnal Ilmu Kefarmasian*. 2020. p. 52.
16. Septianawati P, Pratama TS, Pratiwi H, Sumoprawir M. Pengetahuan dan Sikap terhadap Swamedikasi Obat Herbal pada Mahasiswa Kedokteran Selama Pandemi Covid-19. *Herb-Medicine Journal*. 2020;3(2):39–45.
17. Supardi S, Herman MJ, Yuniar Y. Penggunaan Jamu Buatan Sendiri di Indonesia (Analisis Data Riset Kesehatan Dasar Tahun 2010). *Buletin Penelitian Sistem Kesehatan*. 2011;2010(Riskesda 2010):375–81.
18. Administrator. Sejarah dan Perkembangan Jamu, Minuman Tradisional Indonesia [Internet]. 2019 [cited 2022 Jan 8]. Available from: <https://www.indonesia.go.id/ragam/komoditas/sosial/sejarah-dan-perkembangan-jamu-minuman-tradisional-indonesia>
19. Ismiyana F, Rahman Hakim A, Sujono TA. Gambaran Penggunaan Obat Tradisional Untuk Pengobatan Sendiri Pada Masyarakat Di Desa Jimus Polanharjo Klaten. *Universitas Muhammadiyah Surakarta*; 2013.