

REVIEW : PERILAKU SWAMEDIKASI BATUK DAN ASMA**REVIEW : COUGH AND ASTHMA SELF-MEDICATION
BEHAVIOR**

Defi Salsabila Putri, Dwi Novikasari Naros, Elfrida Ananda Nadhifah, Fadiyah Romadhona Berliani, Hana Syifaun Nufus, Hikmatul Fauziah, Aan Kunaedi*

Sekolah Tinggi Farmasi Muhammadiyah Cirebon

Jalan Cideng Indah No.3, Kertawinangun, Kedawung, Cirebon, Jawa Barat 45153

**Email Corresponding: ankunaedi@gmail.com*

Submitted: 20 October 2022 Revised: 14 December 2022 Accepted: 14 December 2022

ABSTRAK

Kesehatan merupakan suatu hal pokok yang menjadi kebutuhan dalam kehidupan manusia oleh sebab itu penting untuk memahami swamedikasi. Swamedikasi (pengobatan sendiri) merupakan upaya seorang individu dengan cara memilih obat-obatan untuk mengobati penyakit berdasarkan diagnosis gejala oleh dirinya sendiri. Metode penelitian yang digunakan adalah metode komparatif. Batuk merupakan gejala tersering penyakit pernapasan dan masalah yang sering kali dihadapi dokter dalam praktik sehari-hari. Asma merupakan suatu keadaan yang ditandai dengan adanya peradangan saluran pernafasan kronis dengan riwayat gejala seperti mengi, nafas pendek, nyeri dada dan batuk yang sering disertai dengan ekspirasi napas yang terbatas. Kesimpulan dari penelitian ini yaitu swamedikasi merupakan tindakan seseorang dalam menyembuhkan gejala atau penyakit ringan dengan obat-obatan secara mandiri seperti batuk dan asma. Pengobatan batuk dalam bentuk swamedikasi dapat dilakukan dengan cara meminum madu, menggunakan tablet hisap pelega tenggorokan, mengurangi minuman bersoda dan kopi, menghentikan merokok, mengurangi makanan berminyak dan minum banyak air putih untuk mengurangi iritasi pada tenggorokan. Sedangkan, pengobatan asma yang dapat dilakukan dengan memberikan obat inhalasi. Pada review artikel ini akan diulas mengenai swamedikasi batuk dan asma.

Kata kunci : asma, batuk, swamedikasi

ABSTRACT

Health is a necessity in human life, and therefore it is important to understand swamedification. Self-medication is individual's efforts by choosing drugs to treat diseases based on self-diagnosis of symptoms. Cough is the most common symptom of respiratory disease and doctors often encounter this problem in daily practice. Asthma is a condition characterized by chronic inflammation of the respiratory tract with a history of symptoms such as wheezing, shortness of breath, chest pain and cough which are often accompanied by limited expiration. The research method used is a comparative method. The conclusion of the study of self-medication is the act of healing symptoms or ailments with such independently medicated drugs as cough and asthma. Medical care of a cough in the form of a self-medication can be done by drinking honey, using a gulp, cutting down soft drinks and coffee, halting smoking, cutting down on oily foods and drinking plenty of water to reduce irritation of the throat. On the other hand, asthma treatment can be performed by giving one an inhaler. This review article will discuss about cough and asthma self-medication.

Keywords: *asthma, cough, self-medication*

PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan suatu hal pokok yang menjadi kebutuhan dalam kehidupan manusia. Semua kehidupan manusia membutuhkan kesehatan untuk melaksanakan kegiatannya masing-masing. Swamedikasi atau pengobatan sendiri adalah mengobati sendiri keluhan pada diri sendiri dengan obat-obatan yang sederhana yang dibeli bebas di apotek, atas inisiatif sendiri tanpa berkonsultasi dengan dokter atau tenaga kesehatan terlebih dahulu. Swamedikasi biasanya dilakukan untuk penanggulangan secara cepat dan efektif keluhan-keluhan dan penyakit ringan seperti batuk. Hasil Survei Sosial Ekonomi Nasional (SUSENAS) pada tahun 2009 juga mencatat bahwa 66% orang sakit di Indonesia melakukan swamedikasi untuk mengatasi penyakitnya (Meilita et al., n.d.). Swamedikasi (pengobatan sendiri) merupakan upaya individu dengan memilih dan menggunakan obat-obatan untuk mengobati penyakit atau gejala yang dikenali sendiri. Penelitian Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013 menunjukkan rumah tangga menyimpan 3 rerata macam obat untuk swamedikasi (35,2%). Adapun jenis obat yang disimpan oleh rumah tangga antara lain, obat keras sebanyak 35,7% dan antibiotik sebanyak 27,8%. Penggunaan swamedikasi secara tidak rasional sering dikarenakan pemakaian golongan obat antibiotika (keras). Swamedikasi yang dilakukan dengan tepat dan benar dapat memberikan pengaruh yang besar bagi pemerintah terutama dalam pemeliharaan kesehatan secara nasional. Adapun dampak negatif pelaksanaan swamedikasi dapat menyebabkan penggunaan obat yang tidak rasional karena menurut *World Health Organization (WHO)* tahun 1985 penggunaan obat rasional bila seseorang menerima obat yang sesuai dengan kebutuhan klinis, sesuai dengan dosis yang dibutuhkan, periode waktu yang adekuat, dan harga yang terjangkau. Swamedikasi yang tidak tepat akan menimbulkan masalah kesehatan akibat salah menggunakan obat, efek pengobatan tidak tercapai, timbul efek samping yang tidak diinginkan, penyebab timbul penyakit baru, dan kelebihan pemakaian obat atau overdosis karena penggunaan obat yang mengandung zat aktif sama secara bersama (Aswad et al., 2019).

Batuk merupakan respon alami dengan meningkatkan pembersihan sekresi dan partikel dari lendir, iritasi, partikel asing, dan mikroba, sehingga menjadi mekanisme pertahanan tubuh. Terkadang batuk menjadi masalah serius dan dapat menjadi gejala berbagai penyakit pernapasan dan paru-paru (Lorensia et al., 2018). Batuk merupakan salah satu gejala merokok paling umum dan dapat diamati. Frekuensi batuk perokok dapat menyebabkan hampir semua penyakit ISPA yang dimulai dengan gejala peradangan saluran nafars, hipersekresi lendir, dan disfungsi pada silia (Lorensia et al., 2018). Batuk merupakan gejala tersering penyakit pernapasan dan masalah yang sering kali dihadapi dokter dalam praktik sehari-hari (Purwanto et al., 2018).

Jenis-jenis batuk berdasarkan waktu yaitu batuk akut merupakan fase awal dan mudah sembuh. Batuk memiliki rentang waktu kurang dari 3 minggu yang terjadi akibat iritasi, bakteri, virus, penyempitan saluran nafas bagian atas. Batuk subakut adalah batuk dengan fase peralihan dari akut menjadi kronis pada rentang waktu 3- 8 minggu yang disebabkan adanya gangguan pada epitel. Batuk kronis adalah batuk yang sulit disembuhkan karena adanya penyempitan saluran nafas atas yang terjadi selama 8 minggu. Batuk kronis biasanya adalah tanda atau gejala adanya penyakit lain yang lebih berat. Banyak penyakit berat yang ditandai dengan batuk kronis, misalnya asma, TBC, gangguan refleks lambung, penyakit paru obstruksi kronis, sampai kanker paru-paru. Untuk itu, batuk kronis harus diperiksa ke dokter untuk memastikan penyebabnya dan diatasi sesuai dengan penyebabnya itu (Handayani, 2018).

Asma merupakan penyakit heterogen yang ditandai dengan adanya peradangan saluran pernafasan kronis dengan riwayat gejala seperti mengi, nafas pendek, nyeri dada dan batuk yang sering disertai dengan ekspirasi napas yang terbatas. Asma merupakan salah satu permasalahan kesehatan di dunia dan diperkirakan terdapat 300 juta manusia yang menderita penyakit tersebut. Salah satu golongan obat asma yang masih sering digunakan di Indonesia yaitu teofilin, dan yang paling umum digunakan dalam penanganan eksaserbasi asma adalah aminofilin yang merupakan turunan teofilin. Aminofilin merupakan prodrug dari teofilin dan mempunyai bioavailabilitas di dalam darah yang sama dengan sediaan teofilin. Teofilin kurang

larut dalam air, tetapi penambahan etilendiamin dalam bentuk kompleks garam aminofilin dapat meningkatkan kelarutannya (Lorensia, 2018). Di Indonesia prevalensi asma berkisar antara 5-7% (Rahmah & Pratiwi, n.d.). Ada 3 klasifikasi penyakit asma, antara lain:

1. Berdasarkan waktu terdiri dari penyakit asma akut, penyakit asma kronis, dan penyakit asma periodik
2. Berdasarkan penyebab terdiri dari penyakit asma ekstrinsik, dan penyakit asma intrinsik
3. Berdasarkan berat / ringan gejala terdiri dari penyakit asma berat, penyakit asma sedang, dan penyakit asma ringan (Wijaya & Toyib, 2018).

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam pembuatan *review* artikel ini menggunakan metode penelitian komparatif dengan mengumpulkan berbagai sumber yang didapat dari beberapa jurnal penelitian. Studi literatur dilakukan secara online yang dilakukan pada 19 Oktober 2022 dengan menggunakan media *google scholar*. *Review* artikel ini menggunakan metode penelitian komparatif dari 25 jurnal penelitian yang membahas mengenai cara swamedikasi batuk dan asma tetapi hanya 12 jurnal yang relevan yang membahas swamedikasi batuk dan asma pada semua usia.

Alat dan Bahan

Penelitian ini menggunakan pencarian melalui *google scholar* dan menggunakan *mendeley*.

Kriteria Pemilihan Artikel

Pemilihan artikel yang digunakan dalam penelitian ini adalah artikel yang membahas swamedikasi batuk dan asma pada semua usia.

Prosedur Penelitian

Bagian ini memuat bagaimana proses *review* dilakukan dengan pencarian artikel terlebih dahulu kemudian membaca isi jurnal seperti pengolahan data, analisis data untuk diseleksi dan dijadikan bahan referensi pada *review* artikel ini.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Swamedikasi

Swamedikasi biasa dilakukan untuk mengatasi gejala dan penyakit ringan yang banyak dialami oleh masyarakat, seperti nyeri, *influenza*, demam, pusing, diare, batuk, sakit maag, penyakit kulit, cacingan, diare dan lain-lain. Masyarakat akan membeli obat secara mandiri berdasarkan keluhan yang dirasakan. Obat yang dapat digunakan dalam swamedikasi adalah golongan obat bebas dan obat bebas terbatas yang relatif aman digunakan oleh masyarakat (Nur Amalia et al., 2021). Swamedikasi harus dilakukan dengan benar supaya tidak terjadi efek yang tidak diinginkan seperti timbul penyakit baru karena efek samping obat, hal tersebut dapat juga disebabkan oleh kurangnya informasi tentang obat (*Drug Related Problems*). Penggunaan obat swamedikasi memiliki kriteria antara lain pengetahuan golongan obat (bebas, bebas terbatas, keras, narkotika, psikotropika, dan lain sebagainya), pengetahuan khasiat obat dan pengetahuan terkait dosis obat.

Swamedikasi Batuk

Batuk merupakan suatu reaksi tubuh terhadap berbagai hal yang menyebabkan iritasi di tenggorokan seperti debu, asap, makanan dan lainnya. Batuk dapat diklasifikasikan berdasarkan durasi batuk yaitu batuk akut (<3 minggu), subakut (3-8 minggu), dan kronik (>8 minggu) serta dapat diklasifikasikan berdasarkan keberadaan sputum yaitu batuk berdahak dan batuk kering. Hasil penelitian menunjukkan bahwa masih kurangnya pengetahuan masyarakat terkait penggunaan obat batuk secara swamedikasi. Sebagian responden belum memahami tentang dosis lazim dan penanganan efek samping. Selain itu, 54% responden belum dapat menentukan jenis obat batuk yang digunakan untuk batuk berdahak atau batuk kering (Nur Amalia et al., 2021). Batuk merupakan refleksi yang terangsang oleh iritasi paru-paru atau saluran pernafasan karena adanya benda asing dari udara yang masuk ke saluran pernafasan.

Tujuan batuk adalah untuk mengeluarkan atau menghilangkan benda asing dari saluran pernafasan dan menjaga jalan pernafasan agar tetap bersih. Batuk juga merupakan gejala infeksi saluran pernafasan atas (misalnya, batuk-pilek, flu) dengan sekresi hidung dan dahak yang merangsang saluran pernafasan. Ada dua jenis batuk, yaitu batuk berdahak (batuk yang disertai dengan keluarnya dahak dari tenggorokan) dan batuk kering (batuk yang tidak disertai keluarnya dahak). Gejala batuk adalah pengeluaran dari saluran pernafasan secara kuat yang mungkin disertai dengan pengeluaran dahak dan tenggorokan sakit serta gatal. Hal-hal yang dapat dilakukan untuk mengurangi batuk adalah minum banyak cairan (air atau sari buah) yang mampu membersihkan tenggorokan, menghindari minum soda atau kopi, menghentikan kebiasaan merokok, menghindari makanan yang merangsang tenggorokan (makanan dingin atau berminyak), dan menjauhi udara malam. Madu atau tablet hisap pelega tenggorokan dapat menolong meringankan iritasi tenggorokan. Hirup uap air panas (dari semangkuk air panas) untuk mencairkan sekresi hidung yang kental supaya mudah dikeluarkan, dan dapat ditambahkan minyak atsiri untuk membuka sumbatan saluran pernafasan. Selain itu, minum obat batuk yang sesuai. Jika batuk dalam waktu lebih dari tiga hari belum sembuh, segera berobat ke dokter ([Tandi Arrang et al., 2019](#)).

Swamedikasi Asma

Asma merupakan masalah kesehatan global yang mempengaruhi sekitar 118% dari populasi di banyak negara di dunia dan salah satu masalah kesehatan utama di negara maju dan berkembang ([Wahyu et al., n.d.](#)). Terapi yang dapat dilakukan untuk asma menggunakan inhaler digunakan untuk mengurangi gejala, tetapi untuk kasus yang parah inhaler memerlukan efek yang lebih lama. Sedangkan kategori asma persisten menggunakan metode inhalasi kortikosteroid yang membutuhkan ketepatan waktu meminum obat setiap hari disebut juga *long term controller*. Asma dapat disebabkan oleh paparan asam rokok, bulu binatang, alergi makanan, asam lambung naik dan terdapat gangguan pada saluran pernapasan. Sedangkan asma dapat ditunjukkan dengan sesak napas, batuk, mengi dan dada terasa sesak. Terdapat juga gejala asma yang jarang terjadi yaitu kelelahan, sengau, menghela napas dan gelisah. Gejala asma berdasarkan tingkat keparahannya meliputi :

1. Asma intermiten dengan gejala kurang dari 2 hari seminggu dan sering terbangun tengah malam dan menggunakan inhaler.
2. Asma persisten ringan yang ditandai dengan gejala yang terjadi lebih dari 2 hari seminggu, sering terbangun di tengah malam 3-4 kali sebulan, dan aktivitas ringan yang melumpuhkan.
3. Asma persisten sedang dengan gejala hampir setiap hari, terbangun di tengah malam, lebih dari dua kali seminggu, penggunaan inhaler hampir setiap hari, dan mengganggu aktivitas.
4. Asma persisten berat yang ditandai dengan gejala harian atau hampir setiap hari, terbangun setiap malam, penggunaan inhaler beberapa kali sehari, dan gangguan berat.

KESIMPULAN

Swamedikasi merupakan tindakan seseorang dalam menyembuhkan gejala atau penyakit ringan dengan obat-obatan secara mandiri. Penyakit ringan yang dapat diobati secara mandiri diantaranya penyakit batuk dan asma. Pengobatan batuk dalam bentuk swamedikasi dapat dilakukan dengan cara meminum madu, menggunakan tablet hisap pelega tenggorokan, mengurangi minuman bersoda dan kopi, menghentikan merokok, mengurangi makanan berminyak dan minum banyak air putih untuk mengurangi iritasi pada tenggorokan. Sedangkan, pengobatan asma yang dapat dilakukan dengan memberikan obat inhalasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Aswad, P. A., Kharisma, Y., Andriane, Y., Respati, T., & Nurhayati, E. (2019). Pengetahuan dan perilaku swamedikasi oleh ibu-ibu di Kelurahan Tamansari Kota Bandung. *Jurnal Integrasi Kesehatan dan Sains*, 1(2), 107-113.
- Handayani, P.F, Usman, R. D., & Bau, A. S. (2018). Gambaran Penerapan Latihan Batuk Efektif Terhadap Kemampuan Batuk Pada Pasien Tb Paru Di Rsud Bahteramas Provinsi Sulawesi Tenggara (Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Kendari).
- Lorensia, A., Ikawati, Z., Andayani, T. M., Suryadinata, R. V., Hantoro, K. A., & Firanita, L. D. (2018). Efektivitas dan risiko toksisitas aminofilin intravena pada pengobatan awal serangan asma. *Jurnal Farmasi Klinik Indonesia*, 7(2), 78-88.
- Lorensia, A., Yudiarso, A., & Arrahmah, R. (2018). Evaluasi Pengetahuan dan Persepsi Obat Batuk Swamedikasi oleh Perokok. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 14(4), 395-405. <https://doi.org/10.30597/mkmi.v14i4.5065>
- Meilita, D., Untari, E. K., & Yuswar, M. A. Hubungan Pengetahuan Terhadap Perilaku Penggunaan Obat Bebas Dan Obat Bebas Terbatas Untuk Swamedikasi Batuk Pada Mahasiswa Non Kesehatan Universitas Tanjungpura. *Jurnal Mahasiswa Farmasi Fakultas Kedokteran UNTAN*, 5(1).
- Nur Amalia, R., Setia Dianingati, R., & Annisaa, E. (2021). The Swamedication Behaviour Profile for Pain, Diarrhea, Cough and Gastritis in Society : a Review. In *Generics : Journal of Research in Pharmacy* (Vol. 1, Issue 2).
- Purwanto, I. F., Imandiri, A., & Arifianti, L. (2018). *Journal of Vocational Health Studies* www.e-journal.unair.ac.id/index.php/JVHS *Journal of Vocational Health Studies*. 01, 121–125. <https://doi.org/10.20473/jvhs>
- Rahmah, A. Z., & Pratiwi, J. N. (n.d.). *Potensi Tanaman Cermat Dalam Mengatasi Asma*. <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPPP>
- Tandi Arrang, S., Cokro, F., Anggrainy Sianipar, E., Jaya Jakarta Jalan Pluit Raya No, A., & Utara, J. (2019). *Penggunaan Antibiotika yang Rasional pada Masyarakat Awam di Jakarta Rational Antibiotic Use by Ordinary People in Jakarta* (Vol. 3, Issue 1).
- Wahyu, D., Yanti, L., Ilmu Keperawatan, P., Ilmu Kesehatan, F., & Muhammadiyah Bengkulu, U. (n.d.). *Gambaran Tingkat Kekambuhan Pada Pasien Asma di Masa COVID-19*. <http://jurnal.umb.ac.id/index.php/ng>
- Wijaya, A., & Toyib, R. (2018). Sistem Pakar Diagnosis Penyakit Asma Dengan Menggunakan Algoritme Genetik (Studi Kasus RSUD Kabupaten Kepahiang). In *Jurnal Pseudocode* (Issue 2). www.ejournal.unib.ac.id/index.php/pseudocode

