



Cara Penggunaan

OBAT

Kementerian Kesehatan RI
Direktorat Jenderal Bina Kefarmasian dan Alat Kesehatan
Direktorat Bina Pelayanan Kefarmasian
2015



SEKAPUR SIRIH

Pengobatan sendiri (swamedikasi) yang dilakukan oleh masyarakat secara tidak tepat dan tidak disertai informasi yang memadai, dapat menyebabkan tujuan pengobatan tidak tercapai. Namun jika dilakukan dengan benar, dapat mendukung upaya pembangunan kesehatan oleh pemerintah.

Untuk itu masyarakat memerlukan informasi yang akurat dan dapat dipercaya, sehingga penentuan jenis dan jumlah obat yang diperlukan harus berdasarkan kerasionalan penggunaan obat. Di samping itu masyarakat harus memahami cara penggunaan, penyimpanan dan pembuangan obat secara benar di rumah tangga.

Untuk menyebarkan informasi, meningkatkan pengetahuan dan pemahaman kepada masyarakat tentang penggunaan obat secara benar dan rasional, pada tahun 2015 Direktorat Bina Pelayanan Kefarmasian, Direktorat Jenderal Bina Kefarmasian dan Alat Kesehatan melakukan penyusunan **Buku Saku tentang Cara Penggunaan Obat**. Buku ini dapat bermanfaat bagi masyarakat umum sebagai informasi, maupun tenaga kesehatan sebagai materi edukasi dan sosialisasi pada masyarakat.

Puji syukur dipanjatkan ke hadirat Tuhan YME atas diselesaikannya buku ini. Ucapan terima kasih dan penghargaan juga disampaikan kepada pihak yang telah membantu. Semoga buku ini dapat bermanfaat, sehingga agenda prioritas dalam Nawa Cita Presiden tahun 2014 - 2019 yaitu "Meningkatkan Kualitas Hidup Manusia Indonesia" dapat terwujud.

Jakarta, November 2015
Direktur Bina Pelayanan Kefarmasian

Drs. Bayu Teja Muliawan, M.Pharm, MM, Apt.
NIP. 19670605 199303 1 002





**Kementerian Kesehatan RI
Direktorat Jenderal Bina Kefarmasian dan Alat Kesehatan
Direktorat Bina Pelayanan Kefarmasian
2015**

Daftar Isi

Sekapur Sirih

Daftar Isi

Informasi Obat yang Harus Diketahui **01**

- 01** Komposisi
- 01** indikasi
- 02** Aturan Pakai
- 02** Waktu Minum Obat
- 04** Efek Samping Obat
- 04** Kontra Indikasi

Hal yang perlu diperhatikan **05**

Cara Penggunaan Obat **06**

- 06** Tablet/Kapsul/Pil
- 06** Tablet Salut
- 06** Tablet Bukal
- 06** Tablet Sublingual
- 07** Tablet Effervescent
- 07** Tablet Kunyah
- 07** Tablet Hisap
- 08** Serbuk Oral (Puyer)
- 08** Serbuk Obat Luar

- 09** Sirup/Suspensi/Emulsi
- 10** Sirup Kering
- 11** Salep/Gel/Krim
- 12** Tetes Mata
- 14** Salep Mata
- 16** tetes Telinga
- 18** Tetes Hidung
- 19** Ovula
- 21** Supositoria
- 23** Inhaler



Sebenarnya Anda lebih berani dari yang anda duga, lebih kuat dari yang anda tahu, dan lebih pintar yang anda kira, namun itu semua tersembunyi dibalik dinding tipis bernama keragu-raguan.



TIM PENYUSUN

PENGARAH :

Dra. Maura Linda Sitanggung, Apt. Ph.D.
(Dirjen Binfar dan Alkes)

PENANGGUNG JAWAB :

Drs. Bayu Teja Muliawan, M.Pharm, MM, Apt.
(Direktur Bina Pelayanan Kefarmasian)

TIM PENYUSUN :

Dr. Zulazmi Mamdy, MPH. (Pakar FKM UI)
Drs. Heru Sunaryo, Apt (Kasubdit POR)
Erie Gusnellyanti, MKM, Apt. (Kasi Promosi POR)
Dra. Ardiyani, M.Si, Apt. (Kasi Panev POR)
Dra. Dyah Juliana, M.Kes, Apt. (PP IAI)
Dra. Tresnawati, Apt. (PP IAI)
Bhinuri (Puspromkes)
Giri Inayah, S.Sos., MKM (Puskomblik)
Cici Sri Suningsih, SH. M.Kes (Setditjen Binfar)

TIM SEKRETARIAT :

Hendra Hermawan, S.Si. Apt.
Roni Syah Putra, S.Farm., Apt.
I Gusti Ayu Trisnadewi, S.Farm., Apt.
Tri Ratna Rejeki, S.Farm., Apt.
Utami Tri Adiningsih, S.Farm., Apt
Devina Liretha, S.Farm., Apt.
Bernadeta Dina Jerubu, S.Si, Apt.



DESAIN DAN LAY OUT :

Rudi Amd. MI
Alam Herlambang

Gunakan obat secara tepat baca informasi dengan cermat



- ✓ Komposisi
- ✓ Indikasi
- ✓ Dosis dan cara pakai
- ✓ Efek samping
- ✓ Kontra indikasi
- ✓ Tanggal kadaluarsa

Hati-hati gunakan obat,
yuk ... tanya Apoteker!





GeMa CerMat

Gerakan Masyarakat Cerdas Menggunakan Obat



Flu dan Diare
tidak perlu
Antibiotik

Belilah Antibiotik
hanya dengan
resep dokter



Hati-hati gunakan obat,
Yuuuk... Tanya Apoteker..!



KEMENTERIAN KESEHATAN
REPUBLIK INDONESIA



@gemacermat



Cerdas Gunakan Obat

www.binfar.kemkes.go.id

www.kemkes.go.id



GeMa CerMat

Gerakan Masyarakat Cerdas Menggunakan Obat



INFORMASI OBAT YANG HARUS DIKETAHUI

KOMPOSISI

Informasi tentang zat aktif yang terkandung di dalam sediaan obat.

Komposisi dapat berupa :

- zat tunggal / Contoh: parasetamol, vitamin C
- kombinasi dari berbagai macam zat aktif dan bahan tambahan lain. Contoh: obat flu (fenilpropanolamin + klorfeniramin maleat + parasetamol + salisilamid), multivitamin dan mineral



INDIKASI

Informasi mengenai khasiat obat.

Contoh : parasetamol memiliki indikasi/khasiat sebagai penurun panas dan penghilang rasa sakit.

INFORMASI OBAT YANG HARUS DIKETAHUI



ATURAN PAKAI

Informasi mengenai cara penggunaan obat, yang meliputi waktu dan berapa kali obat tersebut digunakan dalam sehari

Contoh:

- 2 x 1 tablet/kapsul/sendok takar (setiap 12 jam)
- 3 x 1 tablet/kapsul/sendok takar (setiap 8 jam)

WAKTU MINUM OBAT

Obat harus diminum sesuai dengan waktu terapi terbaik



- **Pagi hari**, contoh : vitamin, diuretik
- **Malam hari**, contoh : antikolesterol (simvastatin), anticemas (alprazolam)
- **Sebelum makan**, contoh : obat maag (antasida) dan obat anti mual diminum $\frac{1}{2}$ - 1 jam sebelum makan.
- **Bersama dengan makanan**, contoh : obat diabetes (glimepiride).
- **Sesudah makan**, contoh : obat penghilang rasa sakit (asam mefenamat) bisa segera setelah makan sampai dengan $\frac{1}{2}$ - 1 jam sesudah makan.



HARUS DIPERHATIKAN

- ❑ Obat diminum sampai habis, contoh : antibiotik.
- ❑ Obat diminum jika perlu, contoh : obat penurun panas.
- ❑ Obat dikunyah terlebih dahulu, contoh : tablet kunyah antasida.
- ❑ Obat ditaruh dibawah lidah, contoh : obat jantung (ISDN).
- ❑ Obat dikocok dahulu, contoh : suspensi (antasida/obat maag).
- ❑ Obat dalam bentuk tablet/kapsul diminum dengan air putih.
- ❑ Obat tertentu dapat dipengaruhi oleh makanan/minuman, contoh : kaptopril (diminum 1 jam sebelum makan atau 2 jam sesudah makan), antasida (diminum di antara waktu makan), anti muntah (diminum 1 jam sebelum makan), akarbosa (diminum pada suapan pertama), griseofulvin (diminum bersama makanan berlemak), tetrasiklin (tidak boleh diminum bersama susu)
- ❑ Obat tertentu dapat mempengaruhi kerja obat lain, sehingga tidak boleh diberikan bersamaan, contoh : simetidin dengan antibiotik,



HARUS DIPERHATIKAN

EFEK SAMPING OBAT

Efek obat yang merugikan dan tidak diharapkan yang terjadi karena penggunaan obat pada dosis yang dianjurkan



Contoh : parasetamol memiliki indikasi/khasiat sebagai penurun panas dan penghilang rasa sakit.

KONTRA INDIKASI



Kondisi tertentu yang menyebabkan penggunaan obat tersebut tidak dianjurkan atau dilarang, karena dapat meningkatkan risiko terhadap pasien.

Contoh: penderita dengan gangguan fungsi hati yang berat tidak boleh minum parasetamol, ibu hamil dan menyusui tidak boleh minum obat cacing, penderita dengan gangguan jantung dan ginjal.

HAL YANG PERLU DIPERHATIKAN



Nomor Izin Edar (NIE)/Nomor Registrasi yaitu tanda yang menunjukkan obat telah mendapatkan izin dari pemerintah untuk diedarkan di Indonesia sehingga obat dijamin aman, berkhasiat, dan bermutu.



MERKNYA

75 mg/5 mL

MERKNYA



Tiap 5 ml mengandung :
Oleum lecoris aselli75mg
Bahan tambahan : Sakarin,polisorbit,
metil & propil paraben.

No. Batch : P1395
Tgl. Produksi : 2 NOV 14
Gunakan Sebelum : 2 APR 16

Het : Rp. 25.300

Produksi: PT. BINFAR ALKES
KUNINGAN - JAKARTA

Isi bersih: 60 mL



MERKNYA

75 mg/5 mL

PERHATIAN:
Hati-hati penggunaan pada penderita dengan gangguan fungsi hati dan ginjal

Selama minum obat ini tidak boleh mengendarai kendaraan bermotor atau menjalankan mesin.

Tidak dianjurkan pada anak usia di bawah 6 tahun, wanita hamil menyusui, kecuali atas petunjuk

Jangan melampaui dosis yang

KEGUNAAN

Membantu memenuhi kebutuhan vitamin pada anak-anak dan masa pertumbuhan.

PETUNJUK PENGGUNAAN

1-6 tahun : 5 ml sekali sehari.
6-12 tahun : 5ml dua kali sehari.
>12 tahun : 5 ml tiga kali sehari.

KOCOK DAHULU SEBELUM DIPAKAI

Simpan dalam wadah tertutup rapat di tempat sejuk (15°-25°C) dan kering, terlindung dari cahaya.

Reg. No. DTL8513507010A1



Masa kadaluarsa yaitu waktu yang menunjukkan batas akhir obat masih berkhasiat dan aman digunakan. Penulisan dapat berupa tanggal, bulan, dan tahun, atau hanya bulan dan tahun.

Peringatan dan Perhatian yaitu hal-hal yang perlu diperhatikan pada saat menggunakan obat.

CARA PENGGUNAAN OBAT

TABLET / KAPSUL / PIL

Tablet/kapsul/pil ditelan langsung dengan air.

TABLET SALUT

Adalah tablet yang dilapisi dengan bahan tertentu untuk tujuan khusus, misalnya salut gula, salut selaput, salut enterik

Tablet ditelan secara utuh, jangan dibagi atau digerus/dihancurkan

TABLET BUKAL

Adalah tablet yang digunakan di antara pipi dan gusi

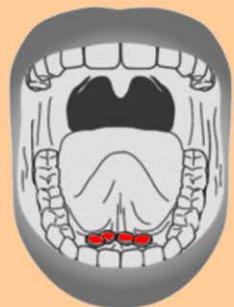
- Minum atau berkumurlah dengan sedikit air untuk melembabkan jika mulut kering.
- Letakkan tablet di antara pipi dan gusi atas atau gusi bawah.
- Tutup mulut dan jangan menelan sampai tablet larut dengan sempurna.
- Jangan makan, minum atau merokok selama tablet belum larut.
- Jangan berkumur atau mencuci mulut selama 15 menit setelah tablet larut dengan sempurna.



TABLET SUBLINGUAL

Adalah tablet yang digunakan di bawah lidah

- Minum atau berkumurlah dengan sedikit air untuk melembabkan jika mulut kering.
- Letakkan tablet di bawah lidah.
- Tutup mulut dan jangan menelan sampai tablet larut dengan sempurna.
- Jangan makan, minum atau merokok selama tablet belum larut.
- Jangan berkumur atau mencuci mulut selama 15 menit setelah tablet larut dengan sempurna



CARA PENGGUNAAN OBAT

TABLET EFFERVESCENT

Adalah tablet yang digunakan setelah dilarutkan dalam air

- Masukkan tablet ke dalam $\frac{1}{2}$ -1 gelas air.
- Tunggu sampai tablet larut.
- Minum sampai habis.
- Tambahkan air sedikit ke dalam gelas dan minum lagi untuk memastikan bahwa seluruh obat terminum.



TABLET KUNYAH

Adalah tablet yang digunakan dengan cara dikunyah terlebih dahulu

- Kunyah tablet dengan baik kemudian telan.
- Minum air untuk memastikan bahwa seluruh obat telah tertelan seluruhnya.



TABLET HISAP

Adalah tablet yang digunakan dengan cara dihisap dalam mulut

Hisap tablet di dalam mulut sampai habis



CARA PENGGUNAAN OBAT

SERBUK ORAL (PUYER)

- Larutkan puyer dalam sedikit air.
- Minum sampai habis.
- Jangan melarutkan puyer dalam susu, teh, kopi, minuman bersoda.

SERBUK OBAT LUAR

- Taburkan serbuk secukupnya pada bagian yang sakit
- Hindari terkena air.

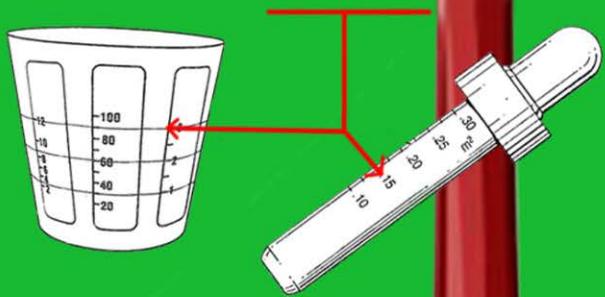


SIRUP / SUSPENSI / EMULSI

- a. Kocok dahulu suspensi /emulsi sebelum diminum,



- b. Gunakan sendok takar atau pipet tetes.



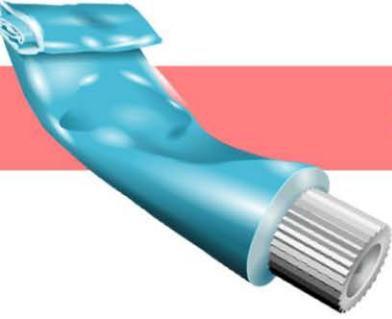
- c. Minum sesuai dosis dan cara pakai.

SIRUP KERING

Adalah obat serbuk yang harus dilarutkan terlebih dahulu dengan air sebelum digunakan

- Larutkan dengan air sampai tanda batas pada botol.
- Kocok sampai larut.
- Gunakan sendok takar.
- Minum sesuai dosis dan cara pakai.

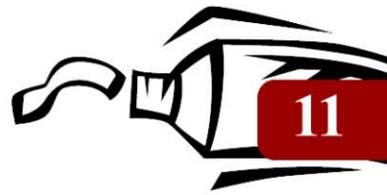
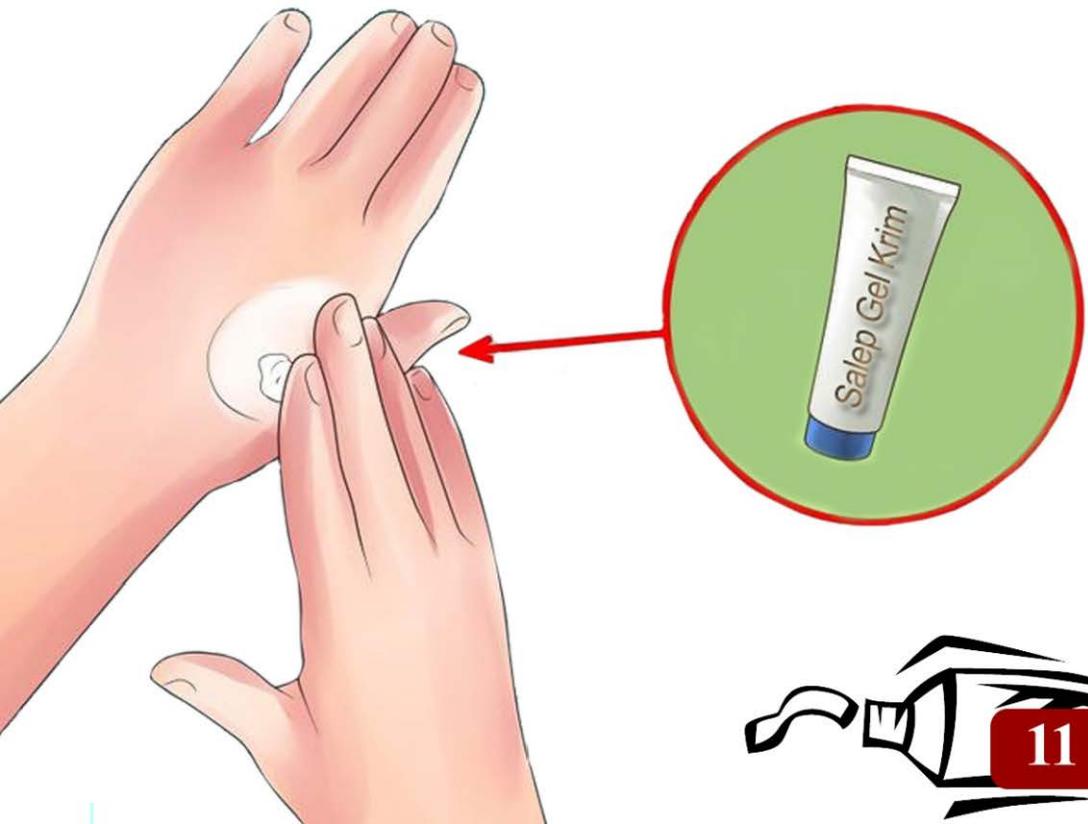




CARA PENGGUNAAN OBAT

SALEP / GEL / KRIM

- a. Bersihkan bagian kulit yang sakit.
- b. Oles tipis pada bagian kulit yang sakit.
- c. Hindari terkena air.



Tetes Mata

CARA PENGGUNAAN OBAT



- Cuci tangan dengan air dan sabun.
- Pastikan kondisi ujung botol tidak rusak.
- Condongkan kepala ke belakang, tarik kelopak bawah mata menggunakan jari telunjuk sehingga kelopak mata membentuk kantung.



- Pegang botol tetes dengan menggunakan tangan yang lainnya sedekat mungkin dengan kelopak mata tanpa menyentuhnya.

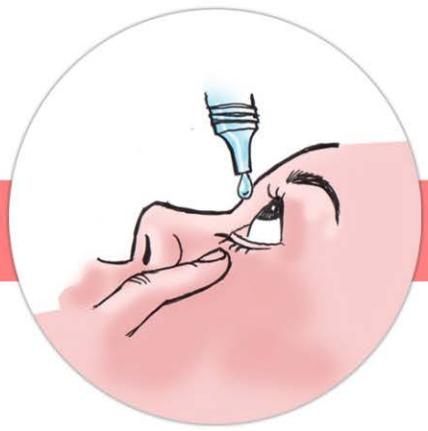


- Tekan botol tetes secara perlahan sampai jumlah tetes cairan yang dibutuhkan ke dalam kantung kelopak bawah mata, jangan berkedip.



Tetes Mata

CARA PENGGUNAAN OBAT



- f. Tutup mata selama 2-3 menit.
- g. Bersihkan cairan berlebih dengan menggunakan tisu.
- h. Jangan menyeka atau membilas ujung botol tetes.
- i. Pasang kembali tutup botol tetes mata dengan rapat.



- j. Cuci tangan dengan air dan sabun untuk membersihkan sisa obat yang mungkin menempel.

Salep Mata

- Cuci tangan dengan air dan sabun.
- Hindari kontak langsung ujung tube dengan mata, tangan atau permukaan lainnya.
- Condongkan kepala ke belakang, tarik kelopak bawah mata menggunakan jari telunjuk sehingga kelopak mata membentuk kantong.
- Pegang tube salep dengan menggunakan tangan yang lainnya sedekat mungkin dengan kelopak mata tanpa menyentuhnya.
- Tekan tube salep secara perlahan sampai jumlah salep sepanjang kira-kira 1 cm ke dalam kantong kelopak bawah mata.



Salep Mata



e. Tekan tube salep secara perlahan sampai jumlah salep sepanjang kira-kira 1 cm ke dalam kantung kelopak bawah mata.



f. Kedipkan mata secara perlahan, kemudian tutup mata selama 2-3 menit.

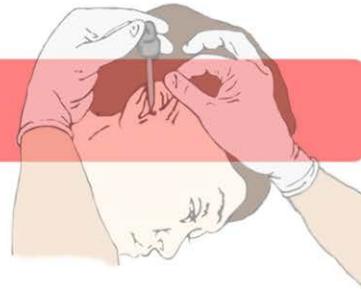


g. Bersihkan salep mata berlebih dengan tisu.



h. Untuk menghindari kontaminasi, segera pasang kembali tutup tube.

i. Cuci tangan dengan air dan sabun untuk membersihkan sisa obat yang mungkin menempel.



Tetes Telinga

- a. Cuci tangan dengan air dan sabun.
- b. Pastikan kondisi ujung botol atau pipet tetes tidak rusak.
- c. Bersihkan telinga bagian luar dengan menggunakan air hangat atau kain lembab dengan hati-hati, kemudian keringkan.
- d. Genggam botol obat tetes telinga dengan tangan selama 1-2 menit, untuk menghangatkan, Kocok perlahan.
- e. Miringkan kepala sehingga telinga yang sakit menghadap ke atas.
 - Untuk anak >3 tahun dan dewasa: tarik daun telinga ke atas dan ke belakang untuk meluruskan saluran telinga.
 - Untuk anak <3 tahun: tarik daun telinga ke bawah dan ke belakang untuk meluruskan saluran telinga.





Tetes Telinga



f. Teteskan obat sesuai dengan dosis pada lubang telinga.

g. Tekan secara lembut anak telinga atau gunakan kapas steril untuk menyumbat lubang telinga agar obat dapat mencapai dasar saluran telinga. Pertahankan posisi kepala 2-3 menit.



h. Pasang kembali tutup botol tetes telinga dengan rapat, jangan menyeka atau membilas ujung botol tetes.



i. Cuci tangan dengan air dan sabun untuk membersihkan sisa obat yang mungkin menempel.

Tetes Hidung



a. Bersihkan hidung yang sakit.

b. Duduk dan tengadahkan, atau berbaring dengan meletakkan bantal di bawah punggung, kepala tegak ke atas



c. Masukkan ujung penetes obat ke dalam lubang hidung.

d. Teteskan obat sesuai dosis dan cara pakai.



e. Tekuk kepala ke depan ke arah lutut dan gerakan dengan pelan ke kiri dan ke kanan. Tetaplah dalam posisi ini selama 1 menit.

f. Setelah beberapa detik, duduklah tegak kembali, obat akan mengalir turun ke dalam saluran nafas.



g. Bilas penetes obat dengan air hangat. Segera tutup botol obat tetes.

h. Cuci tangan sampai bersih.



Ovula

Adalah obat yang digunakan melalui vagina

- a. Cuci tangan dengan air dan sabun.
- b. Jika ovula melunak, taruh di dalam air dingin atau masukkan ke dalam lemari pendingin selama 30 menit agar mengeras kembali.
- c. Keluarkan ovula dari kemasan dan basahi sedikit dengan air bersih. Jika menggunakan aplikator, letakkan ovula pada lubang yang terdapat pada aplikator.
Pastikan bahwa sisi ovula yang diletakkan pada aplikator adalah sisi tumpulnya.
- d. Duduk dengan satu tangan menopang berat tubuh dan tangan lainnya memegang aplikator yang sudah dipasang ovula.
- e. Kedua kaki ditekuk dengan posisi terbuka untuk mempermudah penggunaan ovula.

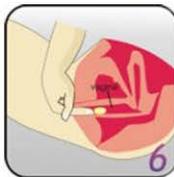




Ovula

Adalah obat yang digunakan melalui vagina

- f. Masukkan ujung lancip ovula dengan bantuan aplikator ke lubang vagina. Kurang lebih sedalam telunjuk atau batas penanda pada aplikator
- g. Setelah aplikator berada di dalam vagina, tekan tombol untuk melepaskan ovula.
- h. Jika tidak menggunakan aplikator, masukkan ujung lancip ovula ke dalam vagina kurang lebih sedalam telunjuk.
- i. Rapatkan kedua kaki untuk beberapa detik. Tetaplah duduk sekitar 5 menit untuk mencegah ovula keluar kembali.
- j. Bersihkan aplikator dengan air hangat dan sabun, keringkan dan jaga agar tetap bersih.
- k. Cuci tangan dengan sabun untuk membersihkan obat yang mungkin menempel.



SUPOSITORIA

Adalah obat yang digunakan melalui anus

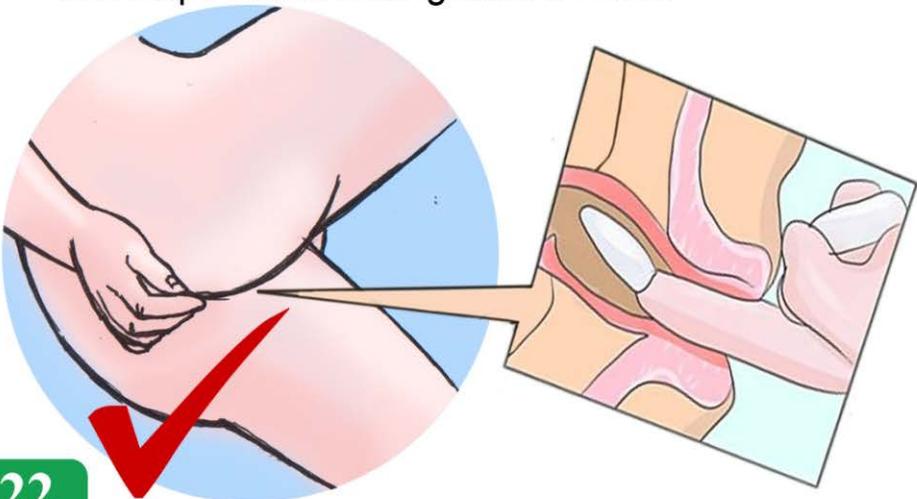
- a. Cuci tangan sampai bersih dengan sabun.
- b. Jika supositoria melunak, taruh di dalam air dingin atau masukkan ke dalam lemari pendingin selama 30 menit agar mengeras kembali.
- c. Keluarkan supositoria dari kemasan dan basahi sedikit dengan air bersih.
- d. Atur posisi tubuh berbaring menyamping dengan kaki bagian bawah diluruskan, sementara kaki bagian atas ditekuk ke arah perut.



SUPOSITORIA

Adalah obat yang digunakan melalui anus

- e. Angkat bagian atas pantat untuk menjangkau daerah anus.
- f. Masukkan supositoria, ditekan dan ditahan dengan jari telunjuk sampai betul-betul masuk ke bagian dalam anus (sekitar 2 cm dari lubang anus) sampai supositoria tidak terdorong keluar lagi.
- g. Tahan posisi tubuh agar tetap berbaring menyamping dengan kedua kaki menutup selama kurang lebih 5 menit.



Inhaler

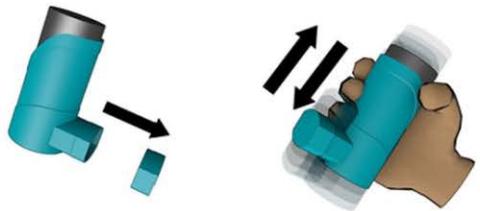
Adalah obat yang digunakan dengan cara dihirup melalui hidung atau mulut



Inhaler Mulut

a. Duduk tegak atau berdiri dengan dagu terangkat.

b. Buka tutup inhaler dan kocok dengan teratur.



c. Untuk penggunaan pertama, sebelum digunakan semprotkan inhaler ke udara untuk mengecek apakah inhaler berfungsi dengan baik.

d. Tarik nafas dalam dan buang perlahan.



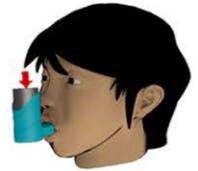
CARA PENGGUNAAN OBAT

Inhaler Mulut

e. Masukkan inhaler ke dalam mulut (di antara gigi atas dan bawah), kemudian tutup mulut dengan merapatkan bibir (jangan digigit).



f. Sambil menarik nafas, secara bersamaan tekan bagian tombol inhaler untuk melepaskan obat.

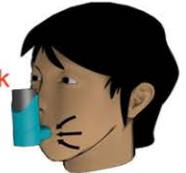


g. Lanjutkan untuk bernapas dalam untuk memastikan obat dapat mencapai paru-paru.

h. Tahan napas selama kurang lebih 10 detik (atau selama kondisi nyaman yang terasa) lalu buang napas perlahan.



10 detik



i. Jika membutuhkan semprotan berikutnya, tunggu sampai 30 detik, dan kocok kembali inhaler, ulangi langkah d sampai h.



30 detik

j. Satu kali tekan merupakan satu kali semprotan obat. Gunakan sesuai dosis dan cara pakai.



k. Tutup kembali mulut inhaler dan simpan di tempat yang kering.

l. Setelah selesai, berkumur-kumur, dan catat dosis yang sudah terpakai.