

Menjaga Kualitas Obat Jiwa di Rumah

Oleh: Dian Kusumawati, S.Far, Apt.

Pendahuluan

Membawa pulang obat dari rumah sakit adalah langkah awal menuju pemulihan yang berkelanjutan. Namun, efektivitas pengobatan tidak hanya ditentukan oleh ketepatan dosis, tetapi juga oleh cara kita menjaga kualitas obat tersebut selama di rumah. Obat yang rusak akibat salah penyimpanan tidak hanya kehilangan fungsinya untuk menstabilkan kondisi pasien, tetapi dalam beberapa kasus bisa mengalami degradasi kimiawi yang membahayakan tubuh

1. Memahami Musuh Alami Obat : Suhu, Kelembapan, dan Cahaya

Obat-obatan psikiatri umumnya memiliki struktur molekul yang sensitif terhadap perubahan lingkungan. Paparan panas yang berlebih seperti menyimpannya di atas kulkas yang mengeluarkan panas mesin atau di dekat kompor dapat merusak kestabilan zat aktifnya. Begitu juga dengan kelembapan tinggi, seperti di dekat area kamar mandi atau tempat cuci, yang dapat menyebabkan tablet menjadi lembek, hancur, atau berubah warna.

Simpanlah obat di tempat yang sejuk (suhu ruang ideal di bawah 30°C), kering, dan benar-benar terhindar dari cahaya matahari langsung. Jika ada obat yang secara khusus harus disimpan di suhu dingin (kulkas), pastikan diletakkan di rak bagian tengah, bukan di pintu kulkas yang suhunya sering berubah-ubah, dan jangan sampai membeku di *freezer*.

2. Pentingnya Mempertahankan Kemasan Asli dan Etiket Farmasi

Seringkali karena alasan kepraktisan atau keterbatasan ruang, keluarga memindahkan obat ke wadah lain atau memotong strip obat hingga nama dan tanggal kadaluwarsanya hilang. Sebagai apoteker, kami sangat menekankan agar obat tetap berada dalam kemasan aslinya (*blister*, strip, atau botol asli).

Kemasan pabrik dirancang khusus sebagai pelindung utama dari udara dan kontaminasi luar. Selain itu, etiket yang kami tempelkan di pada plastik wadah obat adalah identitas yang memuat nama pasien, nama obat, serta aturan pakai yang sesuai resep dokter. Membuang kemasan asli atau melepas obat dari etiket meningkatkan resiko tertukar antar jenis obat atau kesalahan dosis misalnya obat yang seharusnya diminum malam hari namun diminum di pagi hari sehingga efek kantuk menghambat aktifitas pada siang harinya.

3. Aspek Keamanan : Jauhkan dari Jangkauan Anak dan Resiko Penyalahgunaan

Keamanan adalah pilar utama dalam pengobatan jiwa. Banyak obat psikiatri memiliki bentuk dan warna yang menarik perhatian anak-anak, sehingga berisiko dianggap sebagai makanan ataupun mainan. Oleh karena itu, sangat perlu untuk menyimpan obat di tempat yang tidak terlihat (tersembunyi) dan tidak terjangkau oleh anak-anak, misalnya di lemari tinggi yang terkunci.

Selain itu, pastikan obat disimpan secara terpisah dari obat anggota keluarga lainnya. Hal ini bertujuan untuk mencegah "salah ambil" obat, terutama pada malam hari atau saat kondisi darurat. Penyimpanan yang aman juga memastikan bahwa obat tersebut hanya digunakan oleh pasien yang bersangkutan sesuai dengan pengawasan medis, tidak disalahgunakan oleh orang yang tidak berkepentingan

4. Cek Rutin : Mengenal Tanda-Tanda Obat yang Sudah Rusak

Keluarga diharapkan melakukan inspeksi stok obat di rumah secara berkala, minimal satu kali sebulan. Tidak hanya bergantung pada tanggal kadaluwarsa, karena obat bisa rusak lebih cepat jika salah cara menyimpan. Segera hubungi petugas farmasi jika menemukan tanda-tanda berikut:

- **Perubahan Visual:** Tablet atau kapsul yang berubah warna (misal: muncul bintik hitam atau menguning), menjadi retak, hancur, atau teksturnya menjadi lengket.
- **Perubahan Tekstur:** Obat sirup atau cair yang menjadi keruh, mengendap dan tidak bisa tercampur lagi saat dikocok, atau berubah baunya.
- **Penanganan:** Jika ditemukan obat rusak, jangan langsung dibuang ke tempat sampah umum. Sebaiknya hancurkan obat atau keluarkan dari kemasannya lalu campur dengan tanah agar tidak bisa disalahgunakan, baru kemudian dibuang.

Penutup

Menyimpan obat dengan benar adalah cara sederhana untuk menjamin pemulihan jiwa yang optimal. Dengan menjaga kualitas obat di rumah, maka setiap butir obat diharapkan dapat memberikan manfaat pengobatan yang maksimal bagi pasien.

Daftar Pustaka

1. **Kementerian Kesehatan RI.** (2014). *Modul Materi Edukasi Masyarakat: Gerakan Masyarakat Cerdas Menggunakan Obat (GeMa CerMat)*. Jakarta: Direktorat Jenderal Kefarmasian dan Alat Kesehatan.
2. **Kementerian Kesehatan RI.** (2020). *Pedoman Pengelolaan Obat Rusak dan Kedaluwarsa di Rumah Tangga*. Jakarta: Direktorat Pelayanan Kefarmasian.