



MODUL PEMBELAJARAN

BIJAK MEMILIH DAN MENGUNAKAN OBAT BAHAN ALAM AMAN



MODUL PEMBELAJARAN

**BIJAK MEMILIH DAN
MENGUNAKAN
OBAT BAHAN ALAM
AMAN**

BPOM

goes to

community

TIM PENYUSUN

PENGARAH

Mohamad Kashuri S.Si, Apt., M.Farm

PENANGGUNG JAWAB

Nurvika Widyaningrum, S.Si., Apt., M.Epid.

PENYUSUN

Afina Wisesa, S.KM.

Ari Novianti Nugroho Basuki, SP

Desti Rachmadyah Nanda Setiawan, S.Farm., Apt.

Drs. Slamet Sukarno, Apt, MP.

Mastiur Hutagaol, S.Si

Widya Cahyaningtyas Hardiyani, S.T.P.

Yustina Muliani Budijanto, S.Si, Apt, M.Si

Amatulloh Wajihah, S.Si

Dera Krisniasiwidi Dwiana Heppy, S.K.M

Hermaniar, S.Farm., Apt

DESKRIPSI BUKU

Edisi Pertama, Desember 2025

30 halaman, 14,85 x 21 cm

PENERBIT

Badan Pengawas Obat dan Makanan Republik Indonesia

Jl. Percetakan Negara No 23 Jakarta Pusat 10560

DIKELUARKAN OLEH



Direktorat Pemberdayaan Masyarakat dan pelaku Usaha
Obat Tradisional Suplemen Kesehatan dan Kosmetik

Copyright © Badan Pengawas Obat dan Makanan Republik Indonesia

Hak Cipta dilindungi Undang-undang

Dilarang mengutip atau memperbanyak sebagian atau

seluruh isi buku ini dalam bentuk elektronik, mekanik,

fotokopi, rekaman atau cara apapun

tanpa izin tertulis sebelumnya dari penerbit.

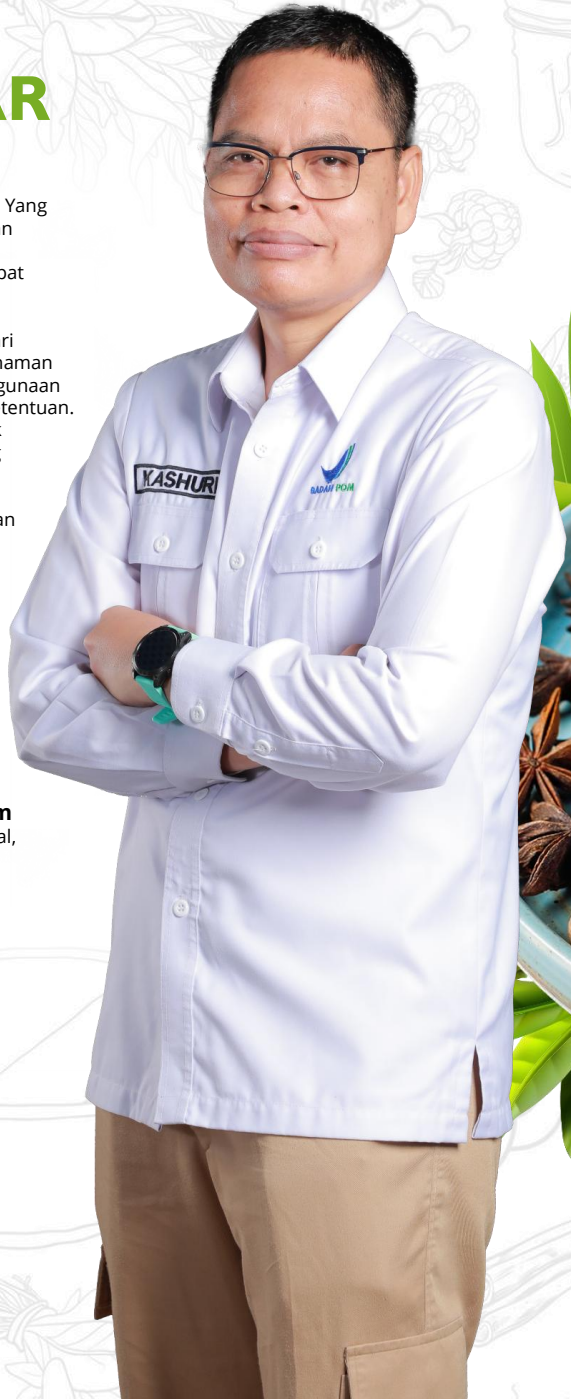
KATA PENGANTAR

Puji syukur kita panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa, karena atas limpahan rahmat dan karunia-Nya booklet “Cerdas Memilih dan Menggunakan Obat Bahan Alam Aman” dapat diselesaikan dengan baik.

Penyusunan buku ini merupakan bagian dari komitmen kami dalam memperkuat pemahaman masyarakat mengenai pemilihan dan penggunaan Obat Bahan Alam yang aman dan sesuai ketentuan. Seiring meningkatnya pemanfaatan produk berbahan alam, penyediaan informasi yang akurat dan dapat dipertanggungjawabkan menjadi sangat penting guna mendukung perlindungan konsumen serta meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat.

Kami berharap buku ini dapat menjadi pedoman yang bermanfaat bagi masyarakat, kader BPOM, tenaga kesehatan, pelaku usaha, serta seluruh pemangku kepentingan dalam mendorong penggunaan obat bahan alam yang aman, bermanfaat dan bermutu dengan bijak.

Mohamad Kashuri S.Si, Apt., M.Farm
Deputi Bidang Pengawasan Obat Tradisional,
Suplemen Kesehatan, dan Kosmetik



MODUL PEMBELAJARAN

**BIJAK MEMILIH DAN
MENGUNAKAN
OBAT BAHAN ALAM
AMAN**



DAFTAR ISI

- 1** OBAT BAHAN ALAM
- 2** PENGGOLONGAN OBAT BAHAN ALAM
- 3** OBAT BAHAN ALAM YANG TIDAK WAJIB MEMILIKI NOMOR IZIN EDAR
- 4** JENIS BENTUK SEDIAAN OBAT BAHAN ALAM
- 6** BENTUK SEDIAAN YANG DILARANG DALAM OBAT BAHAN ALAM
- 7** FASILITAS PRODUKSI OBAT BAHAN ALAM
- 8** NOMOR IZIN EDAR
- 9** INFORMASI PADA LABEL/KEMASAN OBAT BAHAN ALAM
- 10** OBAT BAHAN ALAM DILARANG MENGANDUNG
- 10** WASPADA OBAT BAHAN ALAM MENGANDUNG BAHAN KIMIA OBAT (BKO)
- 11** BAHAYA BKO YANG SERING DICAMPURKAN KEDALAM OBAT BAHAN ALAM
- 11** CIRI-CIRI OBAT BAHAN ALAM YANG BERBAHAYA
- 12** CEK KLIK
- 13** CARA CEK IZIN EDAR
- 14** MELALUI BPOM MOBILE
- 15** PUBLIC WARNING
- 16** TIPS MEMILIH OBAT BAHAN ALAM YANG AMAN
- 18** TIPS MEMBELI OBAT BAHAN ALAM SECARA ONLINE
- 19** TIPS MENGONSUMSI OBAT BAHAN ALAM
- 19** WASPADA IKLAN BERLEBIHAN
- 20** LAYANAN PENGADUAN
- 22** REFERENSI

OBAT BAHAN ALAM

Obat Bahan Alam adalah bahan, ramuan bahan, atau produk yang berasal dari sumber daya alam berupa tumbuhan, hewan, jasad renik, mineral, atau bahan lain dari sumber daya alam, atau campuran dari bahan tersebut yang telah digunakan secara turun temurun, atau sudah dibuktikan berkhasiat, aman, dan bermutu, digunakan untuk pemeliharaan kesehatan, peningkatan kesehatan, pencegahan penyakit, pengobatan, dan/atau pemulihan kesehatan berdasarkan pembuktian secara empiris dan/ atau ilmiah.



PENGGOLONGAN OBAT BAHAN ALAM



Jamu

Adalah Obat Bahan Alam berupa bahan atau ramuan yang bersumber dari pengetahuan tradisional atau warisan budaya Indonesia yang digunakan untuk pemeliharaan kesehatan, peningkatan kesehatan, pencegahan penyakit, pengobatan, dan/ atau pemulihan kesehatan.

Contoh klaim :

Membantu meringankan gejala tekanan darah tinggi yang ringan



Obat Herbal Terstandar (OHT)

Obat Herbal Terstandar adalah Obat Bahan Alam yang telah digunakan secara turun-temurun di Indonesia yang digunakan untuk pemeliharaan kesehatan, peningkatan kesehatan, pencegahan penyakit, pengobatan, dan/ atau pemulihan kesehatan yang dibuktikan keamanan dan khasiatnya secara ilmiah dengan uji praklinik serta bahan baku yang telah distandardisasi.

Contoh klaim :

Membantu menurunkan tekanan darah tinggi yang ringan



Fitofarmaka (FF)

Obat Bahan Alam yang digunakan untuk pemeliharaan kesehatan, peningkatan kesehatan, pencegahan penyakit, pengobatan, dan/ atau pemulihan kesehatan yang telah dibuktikan keamanan dan khasiatnya secara ilmiah dengan uji praklinik dan uji klinik serta bahan baku dan produk jadinya telah distandardisasi.

Contoh klaim :

Menurunkan tekanan darah sistolik maupun diastolik pada penderita hipertensi ringan hingga sedang

Obat Bahan Alam (OBA) lainnya

- OBA Ekspor
- OBA Impor
- OBA Lisensi
- OBA lain produksi dalam negeri.

OBAT BAHAN ALAM YANG TIDAK WAJIB MEMILIKI NOMOR IZIN EDAR

Jamu Racikan

Obat Bahan Alam yang dimasukkan ke dalam wilayah Indonesia untuk **keperluan tertentu**.

Jamu Gendong

Simplisia dan Sediaan galenik untuk keperluan industri dan keperluan layanan pengobatan tradisional



JENIS BENTUK SEDIAAN OBAT BAHAN ALAM

Jenis Sediaan Oral (Obat Dalam)

Sediaan Rajangan



Sediaan Serbuk



Sediaan Lainnya



Serbuk Instan



Granul



Serbuk Efervesen



Pil



Kapsul



Kapsul Lunak



Tablet/Kaplet



Tablet Efervesen



Tablet Hisap



Pastiles



Dodol/Jenang



Film Strip



Cairan Obat Dalam



Oral Gel



Tablet Salut



Tablet Kunyah



Gummy Chewable

JENIS BENTUK SEDIAAN OBAT BAHAN ALAM

Jenis Sediaan Tropikal (Obat Luar)

Sediaan Cair



Cairan Obat Luar



Losio



Parem Cair



Aerosol

Sediaan Semi Padat



Salep/Balsem



Krim



Gel

Sediaan Padat



Parem Padat



Serbuk
Obat Luar



Pilis



Tapel



Plester

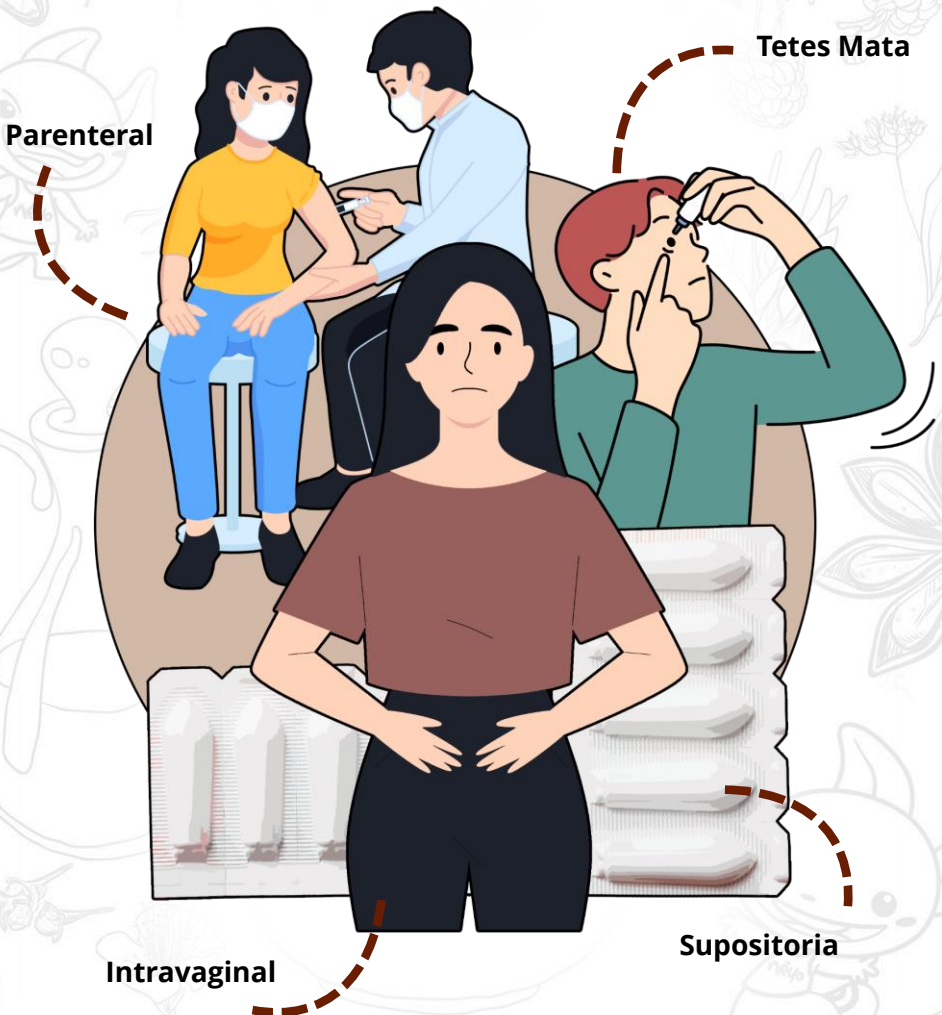


Suppositoria
untuk Wasir



Rajangan Obat Luar

BENTUK SEDIAAN OBAT BAHAN ALAM YANG DILARANG



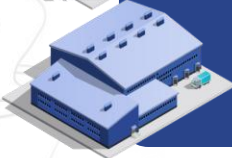
FASILITAS PRODUKSI OBAT BAHAN ALAM



Industri Obat Bahan Alam (IOBA): dapat membuat semua bentuk sediaan obat bahan alam.



Industri Ekstrak Bahan Alam (IEBA): khusus membuat sediaan dalam bentuk bahan baku ekstrak sebagai produk akhir.



Usaha Kecil Obat Bahan Alam (UKOBA) usaha yang dapat membuat semua bentuk sediaan obat bahan alam, kecuali bentuk sediaan tablet, efervesen, suppositoria, kapsul lunak dan aerosol.



Usaha Mikro Obat Bahan Alam (UMOBA) adalah usaha yang hanya dapat membuat sediaan obat bahan alam dalam bentuk param, tapel, pilis, cairan obat luar dan rajangan.

Fasilitas Produksi Obat Bahan Alam harus menerapkan Cara Pembuatan Obat Bahan Alam yang Baik (CPOBAB).

NOMOR IZIN EDAR

Obat Bahan Alam yang diedarkan di wilayah Indonesia, harus memiliki Nomor Izin Edar dari BPOM untuk menjamin keamanan, khasiat, dan mutunya.



Nomor Izin Edar terdiri dari 5 Kategori (**TR//TI//TL//HT//FF**) serta 9 Digit Angka
Contoh: **POM TR 123456789**

Keterangan Kategori:

- TR** : Produk Obat Tradisional Lokal
- TI** : Produk Obat Tradisional Impor
- TL** : Produk Obat Tradisional Lisensi
- HT** : Herbal Terstandar
- FF** : Fitofarmaka

INFORMASI PADA LABEL/KEMASAN OBAT BAHAN ALAM



OBAT BAHAN ALAM DILARANG MENGANDUNG



Etil Alkohol lebih dari 1 % kecuali dalam bentuk sediaan tingtur yang pemakaian dengan pengenceran

bahan kimia obat yang merupakan hasil isolasi atau sintetik berkhasiat obat

Narkotika atau psikotropika

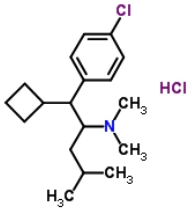
bahan lain yang berdasarkan pertimbangan kesehatan dan/atau berdasarkan penelitian membahayakan kesehatan.

WASPADA OBAT BAHAN ALAM MENGANDUNG BAHAN KIMIA OBAT (BKO)



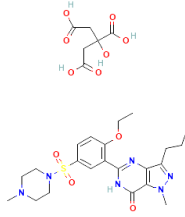
BKO adalah senyawa sintesis atau produk kimia BKO yang ditambahkan kedalam obat tradisional dimaksudkan untuk menghilangkan gejala sakit. Penggunaan BKO biasanya secara sembarangan, tidak sesuai dosis dan akibatnya dapat membahayakan kesehatan.

BAHAYA BKO YANG SERING DICAMPURKAN KEDALAM OBAT BAHAN ALAM



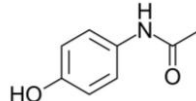
Sibutramin Hidroklorida

dapat meningkatkan tekanan darah dan denyut jantung serta sulit tidur



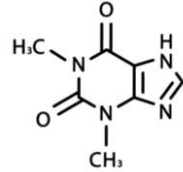
Sildenafil Sitrat

menyebabkan dyspepsia, sakit kepala, *flushing*, pusing, gangguan penglihatan, kongesti hidung, priapisme dan jantung.



Parasetamol

menyebabkan ruam kulit, kelainan darah, pankreatitis akut dan kerusakan hati setelah over dosis.



Teofilin

menyebabkan Takikardia, palpitasi, mual, gangguan saluran cerna, sakit kepala, insomnia dan aritmia.

CIRI-CIRI OBAT BAHAN ALAM YANG BERBAHAYA



Tidak jelas siapa produsennya

Obat Bahan Alam harus mencantumkan merek dan nama produsennya.



Tidak jelas Kandungannya

Obat Bahan Alam harus mencantumkan jumlah kandungan setiap bahan yang digunakan.



nomor izin edar BPOM

Nomor Izin Edar Obat Bahan Alam sebagai jaminan produk tersebut aman, berkhasiat, dan bermutu untuk dikonsumsi.



Efek cepat/cespleng

Obat Bahan Alam tidak dapat memberikan efek yang instan.



Mempunyai klaim berlebihan

Contohnya dapat menyembuhkan Berbagai macam penyakit



CEK KEMASAN

Pastikan kemasan dalam kondisi baik, tidak bocor, tidak sobek, tidak penyok/menggembung, serta masih dalam keadaan tersegel.

CEK LABEL

Baca informasi pada label dengan cermat (manfaat, komposisi, dosis, aturan pakai, kontraindikasi) dan pastikan tidak bertentangan dengan kondisi kesehatan.

CEK IZIN EDAR

Pastikan produk mencantumkan izin edar BPOM pada kemasan

TR + 9 digit angka
OHT + 9 digit angka
FF + 9 digit angka

CEK KEDALUWARSA

Baik digunakan sebelum DD/MM atau MM/YY



CARA CEK IZIN EDAR



Ketikkan nama produk/Merk/Nomor Izin Edar /Nama Produsen/Komposisi

Melalui Situs:
<http://cekbpom.pom.go.id>

Akan muncul keterangan tipe produk, nomor registrasi/nomor izin edar, pendaftar dan alamatnya.

Tipe produk:

OT= Obat Bahan Alam

OK = Obat Kuasi

SK = Suplemen Kesehatan

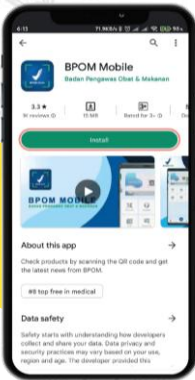
KO = Kosmetik



MELALUI BPOM MOBILE

Aplikasi untuk mengecek produk Obat dan Makanan yang terdaftar di BPOM dengan cara memindai (scan) 2D Barcode

CARA SCAN 2D BARCODE



1 Instal kemudian buka Aplikasi BPOM Mobile



2 Pilih menu Scan Produk



3 Scan 2D Barcode

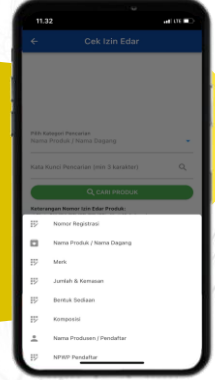


4 Hasil verifikasi 2D Barcode

CARA CEK NOMOR IZIN EDAR PRODUK

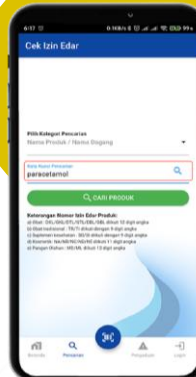


1 Pilih menu Cek NIE

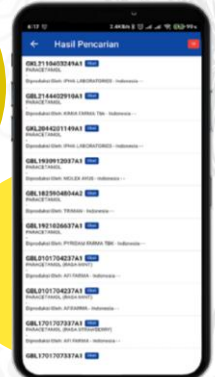


2 Pilih Kategori Pencarian

- Nomor Registrasi
- Nama Produk/Nama Dagang
- Nama Produsen/Pendafatar



3 Masukkan Kata Kunci Pencarian



4 Hasil Pencarian

PUBLIC WARNING

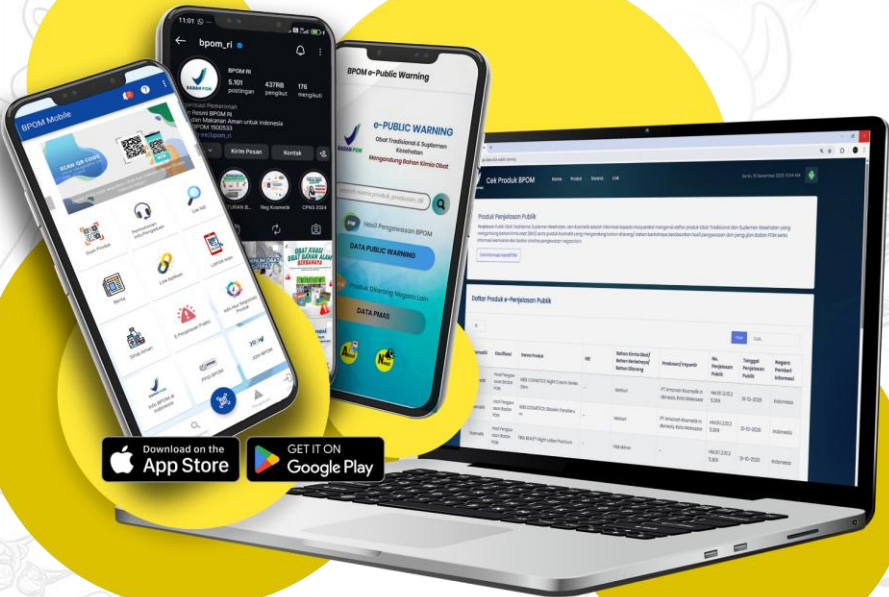
Penjelasan Publik (*Public Warning*) Obat Bahan Alam dan Suplemen Kesehatan adalah informasi berisi daftar produk Obat Bahan Alam dan Suplemen Kesehatan yang mengandung Bahan Kimia Obat (BKO) berdasarkan hasil pengawasan dan pengujian Badan POM.

BPOM Mobile

Media Sosial BPOM

BPOM e-penjelasan Publik OTSK

<http://e-penjelasanpublikotsk.pom.go.id/>



TIPS MEMILIH OBAT BAHAN ALAM YANG AMAN

BELI DI TEMPAT RESMI

CERMATI INFORMASI PADA LABEL



INDIKASI

Klaim khasiat produk yang disetujui yakni membantu memperbaiki atau memelihara daya tahan tubuh



ATURAN PAKAI

Gunakan sesuai aturan pakai yang tercantum di label, jangan berlebihan



PERINGATAN/ PERHATIAN

Perhatikan jika ada peringatan/perhatian untuk produk tertentu



KONTRAINDIKASI

Umumnya produk tidak boleh digunakan oleh penderita autoimun atau gangguan imunitas lain



PERHATIKAN KONDISI PENYIMPANAN

Simpan produk sesuai anjuran penyimpanan yang tercantum pada label

TIPS MEMILIH OBAT BAHAN ALAM YANG AMAN



EFEK YANG TIDAK DIINGINKAN

Jika terjadi efek yang tidak diinginkan, hentikan konsumsi dan segera hubungi dokter/fasilitas Kesehatan



REAKSI ALERGI

Hati-hati reaksi alergi individu. Bahan-bahan tertentu pada obat bahan alam dapat menyebabkan reaksi alergi pada beberapa individu



TAKARAN DAN KOMBINASI

Hindari takaran dan kombinasi produk yang berlebihan



KONSULTASI DOKTER

Lakukan konsultasi dengan dokter untuk penggunaan produk yang bersamaan dengan obat lainnya

TIPS MEMBELI OBAT BAHAN ALAM SECARA ONLINE



Cek Reputasi Penjual

Pilihlah toko/penjual resmi yang sudah terverifikasi/*official store* dan memiliki *rating* yang baik.



Cek Harga Produk

Jangan mudah tergiur dengan harga produk yang jauh lebih murah dibanding harga produk sejenis di pasaran karena berpotensi palsu atau mendekati kedaluwarsa.



Cek Review Pembeli

Pastikan toko tersebut mendapatkan *review* yang baik dari pembeli.



Cek Klaim Produk

Bacalah dengan teliti informasi yang tercantum pada deskripsi produk. Klaim yang dicantumkan pada keterangan produk harus sesuai dengan indikasi yang disetujui BPOM.



Bacalah Aturan Pakai

Penggunaan Obat Bahan Alam harus sesuai dengan aturan pakai yang tertera pada label.

Cek Daftar Komposisi Produk

Pastikan produk yang dijual tidak mengandung BKO dan tidak termasuk ke dalam daftar *Public Warning* BPOM.

Cek Keterangan Produk

Pastikan produk yang akan dibeli memiliki Nomor Izin Edar BPOM, dan belum melewati tanggal kedaluwarsa. Jangan lupa baca peringatan dan perhatian, beberapa produk tidak dianjurkan untuk anak-anak, wanita hamil dan ibu menyusui.

TIPS MENGONSUMSI OBAT BAHAN ALAM



- Jika harus konsumsi dengan obat kimia diberi jeda waktu 2 jam,
- Konsumsi obat kimia terlebih dahulu sebelum obat bahan alam
- Baca petunjuk penggunaan dan informasi yang ada sebelum mengonsumsi
- Konsultasi dengan dokter jika sakit berlanjut
- Konsumsi secara rutin untuk mendapatkan manfaat yang lebih baik

WASPADA IKLAN BERLEBIHAN



- Klaim sebagai obat atau bertujuan untuk mencegah suatu penyakit
- Memuat testimoni khasiat/kesembuhan dari suatu penyakit
- Klaim memiliki efek instan/cespleng dan tanpa efek samping
- Diperankan oleh tenaga Kesehatan atau menampilkan seseorang dengan atribut profesi Kesehatan
- Menampilkan *setting* laboratorium, sekolah, ataupun sarana pelayanan Kesehatan
- Adanya garansi khasiat/kesembuhan misalnya sembuh dalam waktu 5 hari



LAYANAN PENGADUAN BPOM



1500533
HALOBPOM



HaloBPOM 1500533

Unit Layanan Pengaduan Konsumen
(Konsumen BPOM di seluruh Indonesia)

BPOM Mobile



081-191-81-533

081-21-9999-533



halobpom@pom.go.id



www.pom.go.id



@bpom_ri



@bpom_ri



bpom.official



@bpom.official



BPOM

goes to
community



LAYANAN KONSULTASI



pmpu.otskk@pom.go.id



pmpuotskkos.pom.go.id



[@pmpuotskk.bpom](https://www.instagram.com/pmpuotskk.bpom)



[pmpuotskkbpom](https://www.facebook.com/pmpuotskkbpom)



[@pmpuotskkbpom](https://twitter.com/pmpuotskkbpom)



PMPU OTSKKos BPOM



0821 2280 8413



0821 2280 8413



BPOM

goes to
community



REFERENSI

1. Peraturan Badan Pengawas Obat dan Makanan Nomor 25 Tahun 2023 tentang Kriteria dan Tata Laksana Registrasi Obat Bahan Alam
2. Peraturan Badan Pengawas Obat dan Makanan Nomor 29 Tahun 2023. Persyaratan Keamanan dan Mutu Obat Bahan Alam
3. Peraturan Badan POM RI Nomor 30 Tahun 2023 tentang Pedoman Klaim Khasiat Obat Bahan Alam
4. Peraturan Kepala Badan POM No. 34 Tahun 2023 tentang Pengawasan Periklanan Obat Tradisional, Obat Kuasi, dan Suplemen Kesehatan
5. Peraturan Badan Pengawas Obat dan Makanan Nomor 10 Tahun 2024 Tentang Penandaan Obat Bahan Alam, Obat Kuasi, dan Suplemen Kesehatan
6. Kata BPOM: Modul Komunikasi, Informasi, dan Edukasi. Nomor ISBN: 978-602-415-084-6. Jakarta. Terhubung berkala, diakses pada 2 Juli 2025: https://palu.pom.go.id/storage/medialain/Balai-POM-di-Palu-%E2%80%9CKATA%20BPOM%E2%80%9D%20Modul%20Komunikasi,%20Informasi,%20dan%20Edukasi_TTD_compressed.pdf
7. Modul Cerdas Memilih dan Menggunakan Obat Bahan Alam yang Aman. Jakarta. Terhubung berkala, diakses pada 2 Juli 2025: https://sikerjaduper.pom.go.id/uploads/modul/handbook_modul_cerdas_memilihobat_tradisional_yang_baik.pdf
8. e-Penjelasan Publik Obat Tradisional dan Suplemen Kesehatan mengandung Bahan Kimia Obat. Terhubung berkala, diakses pada 15 September 2025: <https://e-penjelasanpublikotsk.pom.go.id/pw2022/>



MODUL PEMBELAJARAN

**BIJAK MEMILIH DAN
MENGUNAKAN
OBAT BAHAN ALAM
AMAN**

BPOM
goes to
community