

**EDUKASI PENGGUNAAN OBAT YANG BAIK DAN BENAR SAAT PUASA
DI DUSUN POKOH DLINGO BANTUL**

Mexsi Mutia Rissa¹, Vedy Trikuncahyo², Radifan Pratamuna³, Agustina⁴

¹Program Studi Diploma III Akademi Farmasi Indonesia Yogyakarta

^{2,3,4}Ikatan Alumni Akademi Farmasi Indonesia Yogyakarta

Email: mexsi.pharm@afi.ac.id

ABSTRACT

Indonesia is a country with a majority Muslim population, constituting 87.18% of the total. The Islamic community observes fasting during the month of Ramadan, leading to a change in eating patterns. Similarly, the timing of medication consumption needs to be adjusted. For medications that should be taken every 6 or 8 hours, their use must be adapted to ensure that the patient's treatment is not disrupted, allowing the patient to continue observing fasting rituals. The purpose of this community service is to educate the public about the proper use of medications during fasting. This community service program was attended by 48 individuals from Pokoh I Hamlet, Dlingo, Dlingo, Bantul. The methods employed in this service include direct and indirect approaches using leaflets and posters. The results of this community service include the community being exposed to accurate information regarding the proper use of medications, thus expecting an increase in public knowledge. The conclusion drawn from this activity is that the residents of Pokoh I Hamlet, Dlingo, Dlingo, Bantul, are knowledgeable about how to use medications correctly during fasting.

Keywords: Education, Medication, Medicinal Plants in the Family, Fasting

ABSTRAK

Indonesia adalah negara dengan penduduk mayoritas beragama Islam, yaitu sebesar 87,18%. Masyarakat beragama islam selama bulan ramadhan akan menjalankan puasa sehingga terjadi perubahan pola waktu makan. Demikian juga dengan waktu mengkonsumsi obat yang perlu disesuaikan. Untuk pemakaian obat yang harus diminum setiap 6 atau 8 jam, penggunaannya harus disesuaikan agar pengobatan pasien tidak terganggu, namun pasien tetap dapat menjalankan ibadah puasa. Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk mengedukasi masyarakat tentang penggunaan obat saat puasa. Kegiatan program pengabdian masyarakat ini diikuti oleh masyarakat di Dusun Pokoh I, Dlingo, Dlingo, Bantul berjumlah 48 orang. Metode yang digunakan dalam pengabdian ini yaitu metode langsung dan tidak langsung

menggunakan leaflet dan poster. Hasil dari kegiatan pengabdian ini yaitu masyarakat terpapar informasi penggunaan obat yang benar, dengan demikian pengetahuan masyarakat diharapkan meningkat. Kesimpulan dari kegiatan ini yaitu masyarakat Dusun Pokoh I, Dlingo, Dlingo, Bantul mengetahui bagaimana cara menggunakan obat yang baik dan benar saat puasa.

Kata kunci: Edukasi, Obat, Tanaman Obat Keluarga, Puasa

I. PENDAHULUAN

Indonesia adalah negara dengan penduduk mayoritas beragama Islam, yaitu sebesar 87,18%. Islam merupakan agama mayoritas di provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta. Bulan Ramadhan adalah bulan suci bagi umat muslim diseluruh dunia, dimana setiap penganutnya diwajibkan untuk berpuasa sebulan penuh. Hal ini disebabkan keutamaan bulan tersebut, meskipun terdapat keringanan bagi mereka yang tidak dapat melaksanakan puasa karena alasan sakit, banyak masyarakat yang mengusahakan dirinya untuk tetap melakukan ibadah puasa Ramadhan. Penggunaan obat merupakan salah satu bagian dalam menjaga kesehatan dan penyembuhan, namun harus tetap berhati-hati dalam menggunakannya (Alfin, 2019). Dimana, jika terjadi kesalahan dalam menggunakan obat atau penggunaan dosis yang tidak sesuai akan mengakibatkan masalah kesehatan dengan berbagai penyakit tertentu.

Penyakit degeneratif mengacu pada kondisi kesehatan seseorang akibat memburuknya suatu jaringan atau organ seiring dengan waktu. Penyakit ini terjadi karena adanya perubahan pada sel-sel tubuh yang akhirnya mempengaruhi fungsi organ secara menyeluruh. Proses penuaan adalah penyebab penyakit degeneratif yang umum. Diantara penyakit degeneratif, prevalensi yang paling banyak adalah Hipertensi, DM, Cardiovascular disease (Unit pelayanan kesehatan, 2022). Secara garis besar cara penggunaan obat yang benar menurut Badan Pengawasan Obat dan Makanan Republik Indonesia adalah dengan cara minum sesuai petunjuk dan tau aturan yang terdapat dalam kemasan obat, dan tidak digunakan secara terus menerus dalam jangka waktu lama (Badan POM, 2017).

Selama berpuasa kita tidak diperbolehkan makan dan minum selama kurang

lebih 14 jam. Hal ini akan berpengaruh terhadap orang-orang yang sedang dalam masa pengobatan. Seperti yang sudah kita ketahui aturan minum obat itu bermacam macam, mulai dari satu kali sehari bahkan sampai empat kali sehari. Tentu hal ini akan menjadi pertanyaan bagi orang-orang yang sedang mengkonsumsi obat, bagaimana penggunaan obat pada saat berpuasa. Jadwal waktu minum obat mau tak mau harus berubah saat bulan Ramadhan untuk mereka yang ingin tetap berpuasa. Obat hanya bisa diminum selepas buka puasa sampai sebelum subuh saat sahur. Perubahan jadwal waktu minum obat mungkin dapat mempengaruhi nasib obat dalam tubuh (farmakokinetika obat), yang nantinya bisa mempengaruhi efek terapi obat. Karena itu perlu kehati-hatian dalam merubah jadwal minum obat.

Pengetahuan masyarakat Dusun Pokoh I mengenai penggunaan obat-obatan saat puasa perlu ditingkatkan supaya cara penggunaan obat dimasyarakat baik dan benar. Dalam rangka meningkatkan kepedulian, kesadaran, pemahaman dan keterampilan masyarakat dalam menggunakan obat secara tepat dan benar, maka perlu dilakukan penyuluhan tentang edukasi penggunaan obat yang baik dan benar saat puasa. Tujuan dari penyuluhan ini adalah untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran masyarakat tentang pentingnya menggunakan obat dengan baik dan benar, meningkatkan kemandirian dan perubahan perilaku masyarakat dalam memilih dan menggunakan obat secara baik dan benar, serta meningkatkan penggunaan obat secara rasional.

II. METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat di Dusun Pokoh I, Dlingo, Dlingo, Bantul dilaksanakan pada tanggal 11 Maret 2023 dengan metode penyuluhan langsung dan penyuluhan tidak langsung. Metode penyuluhan langsung dilakukan melalui presentasi menggunakan *slide (power point)* secara *luring*, sedangkan untuk penyuluhan tidak langsung ini menggunakan leaflet dan poster. Pengabdian kepada masyarakat dilakukan bersama masyarakat Dusun Pokoh I Dlingo dengan berbagai usia mulai dari 30-80 tahun berjumlah 48 orang.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian dengan tema edukasi penggunaan obat saat puasa ini telah dilaksanakan dan mendapatkan dukungan dari kader Dusun Pokoh I, Puskesmas Dlingo I, Ikatan alumni Akademi Farmasi Indonesia Yogyakarta, serta Akademi Farmasi Indonesia Yogyakarta. Kader kesehatan serta masyarakat menerima informasi dengan antusias kegiatan ini karena program pengabdian ini dilakukan untuk menyambut bulan puasa, sehingga diharapkan masyarakat dapat mengetahui perubahan waktu mengkonsumsi obat pada saat bulan puasa. Media yang digunakan untuk penyuluhan ini adalah power point, leaflat dan poster yang dibagikan kepada peserta pengabdian.



Gambar 1. Dokumentasi pemberian materi

Tujuan dilakukan penyuluhan ini adalah untuk memberikan wawasan kepada masyarakat serta meningkatkan pemahaman terhadap obat sehingga dapat menggunakan obat dengan baik dan benar sesuai petunjuk obat saat puasa. Penyuluhan dilakukan dengan memberikan penjelasan dan materi mengenai cara penggunaan obat yang baik dan benar selama menjalani puasa. Diharapkan dengan adanya penyuluhan ini masyarakat mengetahui waktu yang benar untuk mengkonsumsi obat saat berpuasa sehingga efek terapi obat tetap dapat tercapai

secara maksimal walaupun sedang berpuasa. Masyarakat juga memahami tanaman apa saja yang bisa digunakan untuk meningkatkan imun tubuh selama menjalankan puasa.

Kegiatan penyuluhan ini diikuti oleh 48 masyarakat dan kader dusun, kegiatan berjalan dengan baik dengan masyarakat yang antusias dalam mengikuti penyuluhan ini. Setelah diberikan penjelasan cara penggunaan obat yang baik dan benar saat puasa dan pemanfaatan tanaman obat keluarga sebagai upaya meningkatkan imun tubuh kemudian diberikan leaflet dan brosur. Metode analisis yang digunakan dalam penyuluhan ini adalah metode deskriptif dengan menanyakan secara langsung kepada masyarakat tentang bagaimana tanggapan masyarakat setelah dilakukan penyuluhan tentang edukasi penggunaan obat saat puasa dan pemanfaatan tanaman obat keluarga.

Obat-obatan yang tidak membatalkan puasa yaitu obat yang tidak diminum atau diberikan secara peroral melalui mulut dan saluran pencernaan. Jenis obat yang termasuk dalam obat yang tidak membatalkan puasa adalah yang diabsorpsi melalui kulit seperti salep, krim, dan pasta, obat yang ditaruh dibawah lidah seperti isosorbide dinitrat, obat yang disuntikkan melalui otot, kulit, sendi dan pembuluh vena, obat kumur, obat tetes mata, obat asma, pemberian gas oksigen dan anastesi serta obat yang digunakan melalui rektal seperti suppositoria.

Selama bulan puasa pola makan dan minum akan berubah, dimana waktu yang leluasa untuk minum obat dari 24 jam akan berkurang menjadi 10,5 jam. Panduan dalam minum obat yang tepat saat puasa: Minum obat 1 kali sehari . Obat yang diminum 1 kali sehari, dapat diminum saat pagi ketika sahur atau malam hari ketika berbuka puasa. Minum obat 2 kali sehari. Obat yang diminum dua kali sehari, dapat diminum saat sahur dan saat berbuka. Ketentuan ini sebenarnya tidak jauh beda dengan aturan minum obat 2 kali sehari pada hari biasa. Minum obat 3 kali sehari. Untuk obat yang diminum 3 kali sehari disarankan untuk konsultasi terlebih dahulu kepada dokter apakah ada alternatif obat sejenis yang bisa diminum 1 kali atau

2 kali sehari. Jika tetap harus diminum 3 kali sehari, maka obat tersebut dapat diminum saat sahur, saat berbuka, dan tengah malam sekitar pukul 11 malam. Minum obat 4 kali sehari. Obat yang diminum 4 kali sehari biasanya diminum dengan interval 6 jam sekali pada saat tidak berpuasa. Pada saat berpuasa tentu hal tersebut tidak berlaku karena tidak boleh makan dan minum pada siang hari. Obat yang diminum 4 kali sehari pada saat puasa dapat diminum dengan interval waktu 4 jam sekali, yakni pada jam 04.00 (saat sahur), jam 18.00 (saat buka puasa), jam 22.00 dan jam 01.00 dini hari. Minum obat sebelum dan sesudah makan. Pada saat puasa, untuk obat yang dikehendaki diminum sebelum makan, dapat diminum 30 menit sebelum makan sahur atau 30 menit sebelum makan saat berbuka puasa. Begitu juga untuk obat yang diminum sesudah makan. Obat ini dapat diminum sesudah makan sahur atau berbuka puasa. Apabila ada obat yang dikehendaki diminum tengah malam sesudah makan, maka dapat mengisi perut terlebih dahulu dengan cemilan seperti roti terlebih dahulu (Unit Pelayanan Kesehatan, 2022).

Tanggapan atau respon masyarakat setelah dilaksanakannya penyuluhan ini yaitu sangat bermanfaat sehingga menambah pengetahuan dan informasi mengenai cara penggunaan obat yang baik dan benar. Hal tersebut sesuai dengan kegiatan sebelumnya yang telah dilakukan oleh Octavia dkk tahun 2022 menyatakan bahwa pemberian informasi penggunaan obat dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang penggunaan obat yang rasional.



Gambar 2. Dokumentasi foto bersama peserta dan kades kesehatan Dusun Pokoh I

IV. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini merupakan kegiatan kolaborasi Akademi Farmasi Indonesia Yogyakarta, Ikatan Alumni Akademi Farmasi Indonesia Yogyakarta dan Puskesmas Dlingo I di Kabupaten Bantul. Program pengabdian ini dapat memberikan edukasi kepada masyarakat mengenai cara penggunaan obat yang baik dan benar berdasarkan nama dan kandungan obat, khasiat, aturan pakai obat dan efek samping obat. Kegiatan penyuluhan ini dilakukan menjelang bulan puasa sehingga materi yang disampaikan dapat dipahami oleh masyarakat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada puskesmas Dlingo I, Ikatan Alumni Akademi Farmasi Indonesia Yogyakarta serta Kader kesehatan Dusun Pokoh I yang telah mendukung kegiatan penyuluhan ini.

DAFTAR PUSTAKA

Alfin, R., Busjra, B., & Azzam, R. (2019). Pengaruh Puasa Ramadhan terhadap Kadar Gula Darah pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe II. *Journal of*

- Telenursing (JOTING), 1(1 SE-Articles).
<https://doi.org/https://doi.org/10.31539/joting.v1i1.499>
- Badan POM RI, 2017, Cara Penggunaan Obat yang Benar, [https://www.pom.go.id/new/view/more/berita/75/Cara-Penggunaan-Obat-yang -Benar.html](https://www.pom.go.id/new/view/more/berita/75/Cara-Penggunaan-Obat-yang-Benar.html) diakses pada 16 April 2023
- Unit pelayanan Kesehatan, 2022, Penggunaan Obat pada Bulan Puasa, Retrived July 26, 2022 from <https://upk.kemkes.go.id/new/penggunaan-obat-pada-saat-puasa>
- Octavia, Devi Ristian, Susanti, I., Farmasi, P. S.-, Kesehatan, F. I., & Lamongan, U. M. (2022). Aplikasi AKO (Apoteker Keluarga Online) sebagai Media Digital Counseling dalam Upaya Penggunaan Obat yang Rasional di Masyarakat. PUNDIMAS, 1(1), 1–6. <https://doi.org/https://doi.org/10.37010/pnd.v1i1>