

# Cara Penggunaan Obat yang Baik dan Benar Selama Bulan Ramadhan

ANDRIANA SARI<sup>1</sup>, ATIKA PRATIWI<sup>2</sup>, NUR INDAH SETYOWATI<sup>3</sup>

---

Program Studi Pendidikan Profesi Apoteker, Fakultas Farmasi, Universitas Ahmad Dahlan<sup>1</sup>

Program Studi Pendidikan Profesi Apoteker, Fakultas Farmasi, Universitas Ahmad Dahlan<sup>2</sup>

Program Studi Pendidikan Profesi Apoteker, Fakultas Farmasi, Universitas Ahmad Dahlan<sup>3</sup>

Email: [andriana@pharm.uad.ac.id](mailto:andriana@pharm.uad.ac.id)

## ABSTRAK

**Latar belakang:** Penyuluhan tentang penggunaan obat yang baik dan benar selama bulan ramadhan merupakan salah satu bentuk kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Hal ini dikarenakan pada bulan ramadhan terjadi perubahan waktu makan sehingga waktu untuk mengkonsumsi obat juga perlu untuk disesuaikan. Pengetahuan masyarakat di Puskesmas Imogiri I Bantul mengenai penggunaan obat-obatan selama menjalankan ibadah puasa perlu ditingkatkan.

**Tujuan:** Tujuan dari penyuluhan ini adalah agar masyarakat mampu mengatasi berbagai persoalan terkait penggunaan obat saat puasa sehingga mampu meningkatkan pengetahuan masyarakat khususnya pasien Puskesmas Imogiri I Bantul tentang cara penggunaan obat yang baik dan benar selama bulan ramadhan.

**Metode:** Metode yang digunakan dalam penyuluhan ini adalah dengan melakukan penyampaian informasi yang dilanjutkan dengan membagikan poster atau brosur tentang cara penggunaan obat yang baik dan benar selama bulan ramadhan. Hasil dari penyuluhan dianalisis dengan metode deskriptif dengan melakukan survei kepada pasien tentang tanggapan mereka setelah diberikan penyuluhan ini

**Hasil:** Berdasarkan survei yang telah dilakukan kepada pasien tentang tanggapan mereka setelah diberikan penyuluhan ini, didapatkan hasil bahwa kegiatan ini sangat bermanfaat bagi pasien karena mampu menambah pengetahuan dan informasi kepada pasien mengenai cara penggunaan obat yang baik dan benar selama berpuasa. Masyarakat mengetahui aturan pemakaian obat serta waktu minum obat dan tetap bisa mengkonsumsi obat saat berpuasa sehingga efek terapi obat bisa tercapai secara maksimal. Selain itu masyarakat telah memahami jenis obat yang membatalkan puasa dan tidak membatalkan puasa.

**Kesimpulan:** Setelah dilakukan penyuluhan ini masyarakat telah mengetahui aturan pemakaian obat serta waktu minum obat selama menjalankan ibadah puasa

**Kata kunci:** Bulan Ramadhan, Puasa, Penggunaan Obat, Waktu Minum Obat

## PENDAHULUAN

Penggunaan obat merupakan salah satu bagian yang tidak terpisahkan dalam upaya menjaga kesehatan dan penyembuhan, namun harus tetap berhati-hati dalam penggunaannya. Kesalahan menggunakan obat atau penggunaan dosis yang tidak tepat justru akan menyebabkan masalah kesehatan baru. Praktik penggunaan obat yang tidak bijak dan rasional ini sudah menjadi masalah dunia, termasuk di Indonesia (Dit. Pengelolaan dan Pelayanan Kefarmasian, 2019) . Secara umum cara penggunaan obat yang benar menurut Badan Pengawasan Obat dan Makanan Republik Indonesia adalah dengan cara minum sesuai dengan petunjuk / aturan yang terdapat dalam kemasan obat, tidak untuk digunakan secara terus menerus dalam jangka waktu lama, berbagai jenis obat jangan dicampur dalam satu wadah untuk mencegah kekeliruan dan jika penggunaan obat dirasa tidak memberi manfaat, segera ke dokter (Badan POM, 2017).

Pada bulan ramadhan akan terjadi perubahan pola waktu makan sehingga waktu untuk mengkonsumsi obat juga perlu untuk disesuaikan. Untuk pemakaian obat yang harus diminum setiap 6 jam atau 8 jam, maka penggunaannya harus disesuaikan agar pengobatan pasien tidak terganggu, namun pasien tetap bisa menjalankan ibadah puasa. Bagi muslim yang mengalami masalah kesehatan, terutama yang harus mengkonsumsi obat-obatan, berpuasa menjadi masalah tersendiri yang dapat mengganggu pengobatan. Di Puskesmas Imogiri I Bantul terdapat pasien yang menderita penyakit kronis sehingga memerlukan pengobatan rutin, selain itu terdapat pasien yang menderita penyakit seperti flu, maag, sakit gigi, batuk, pilek, dan demam yang membutuhkan pengobatan.

Pengetahuan masyarakat di Puskesmas Imogiri I Bantul mengenai penggunaan obat-obatan selama bulan Ramadhan perlu ditingkatkan supaya cara penggunaan obat di masyarakat baik dan benar. Penggunaan obat secara salah dalam waktu yang lama, dan adanya resiko kontraindikasi sehingga tujuan baik dari *upaya pengobatan sendiri* dapat berubah menjadi bencana sehingga diperlukan suatu upaya untuk membekali masyarakat agar mempunyai keterampilan mencari informasi secara tepat dan benar, dengan memanfaatkan sumber-sumber informasi yang telah tersedia di masyarakat (Anonim, 2008)

Dalam rangka meningkatkan kepedulian, kesadaran, pemahaman dan keterampilan masyarakat dalam menggunakan obat secara tepat dan benar, maka perlu dilakukan penyuluhan tentang cara penggunaan obat yang baik dan benar selama bulan ramadhan. 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 benar, meningkatkan penggunaan obat secara rasional serta meningkatkan peran aktif masyarakat untuk melaporkan kejadian efek samping obat.

## **METODE PENELITIAN**

### **Sasaran, tempat dan waktu PKM**

Responden yang digunakan adalah pasien serta masyarakat yang sedang menunggu pelayanan resep di ruang tunggu obat instalasi farmasi Puskesmas Imogiri 1 Bantul. Penyuluhan ini diadakan di ruang tunggu pelayanan farmasi Puskesmas Imogiri I Bantul, pada hari Kamis, 14 April 2022 pukul 10.00 WIB. Media yang digunakan untuk penyuluhan ini adalah Brosur atau poster yang dibagikan kepada pasien atau masyarakat saat menunggu obat di ruang tunggu obat Puskesmas Imogiri I.

### **Metode PKM yang digunakan**

Metode penyuluhan tentang cara penggunaan obat yang baik dan benar dengan Tema “Cara penggunaan Obat yang baik dan Benar Selama Bulan Ramadhan” adalah dengan menjelaskan secara langsung kepada pasien kemudian membagikan brosur kepada pasien.

Pendidikan Masyarakat, penyuluhan yang bertujuan meningkatkan pemahaman serta kesadaran masyarakat mengenai cara penggunaan obat selama bulan Ramadhan. diharapkan masyarakat tetap mendapatkan efek terapi yang diinginkan meskipun sedang menjalani ibadah puasa di bulan Ramadhan.

### **Tahapan Kegiatan**

Sebelum dilakukan penyuluhan, dilakukan survey di Puskesmas Imogiri I Bantul mengenai permasalahan yang sering terjadi di lokasi tersebut. setelah diadakan survey kemudian menentukan tema yang sesuai dengan permasalahan di Puskesmas Imogiri I. Permasalahan yang masih sering

terjadi pada saat puasa yaitu kurangnya pengetahuan masyarakat mengenai penggunaan obat yang baik dan benar sehingga perlu dilakukan penyuluhan mengenai penggunaan obat yang baik dan benar selama bulan ramadhan. Penyuluhan dilakukan dengan memberikan penjelasan secara langsung kepada masyarakat saat pasien atau masyarakat menunggu pelayanan obat di ruang tunggu pelayanan farmasi. Setelah materi selesai diberikan kemudian diberikan brosur kepada masyarakat mengenai penggunaan obat selama bulan puasa agar masyarakat dapat membacanya kembali. Setelah dibagikan brosur kemudian menanyakan kepada masyarakat atau pasien mengenai tanggapan pasien setelah diadakan penyuluhan tentang cara penggunaan obat yang baik dan benar selama bulan ramadhan.

### **Pengukuran Keberhasilan Kegiatan**

Metode analisis yang digunakan dalam penyuluhan ini yaitu metode deskriptif dengan bertanya langsung kepada pasien tentang bagaimana tanggapan pasien setelah diadakan penyuluhan tentang cara penggunaan obat yang baik dan benar selama bulan Ramadhan.

Melalui penyuluhan ini masyarakat atau pasien diharapkan memperoleh pengetahuan tentang cara penggunaan obat yang baik dan benar. Apoteker dapat memberikan edukasi ke pasien mengenai cara penggunaan obat selama bulan Ramadhan, serta tambahan aturan minum obat selama bulan puasa, obat yang membatalkan puasa dan tidak membatalkan puasa karena penyuluhan ini diadakan saat bulan puasa.

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Dalam program promosi kesehatan ini dilakukan dengan memberikan penyuluhan kesehatan berupa memberikan pengetahuan kepada pasien dan masyarakat mengenai cara penggunaan obat yang baik dan benar dengan tema “Cara penggunaan Obat yang baik dan Benar Selama Bulan Ramadhan”. Media yang digunakan untuk penyuluhan ini adalah Brosur atau poster yang dibagikan kepada pasien atau masyarakat saat menunggu obat di ruang tunggu obat Puskesmas Imogiri I. Tujuan dilakukannya penyuluhan ini adalah agar dapat memberikan wawasan kepada pasien dan masyarakat serta meningkatkan pemahaman pasien terhadap obat sehingga dapat menggunakan obat dengan baik dan benar sesuai dengan petunjuk obat. Selain itu diharapkan pasien dan masyarakat dapat lebih aktif lagi mencari informasi tentang obat khususnya tenaga farmasi, maupun dari sumber informasi lainnya yang valid dan terpercaya, seperti menanyakan langsung kepada Apoteker.

Pada kegiatan penyuluhan ini yang menjadi target sasaran adalah pasien dan masyarakat yang sedang menunggu resep obat di ruang tunggu pelayanan farmasi Puskesmas Imogiri I Bantul. Penyuluhan dilakukan dengan memberikan penjelasan dan materi mengenai cara penggunaan obat yang baik dan benar selama bulan Ramadhan. 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 menjalankan ibadah puasa. Masyarakat juga memahami mengenai obat-obatan yang dapat membatalkan puasa dan obat yang tidak membatalkan puasa. Jika pemakaian obat belum tepat, dikhawatirkan kualitas pengobatan akan menurun dan tujuan pengobatan tidak mencapai target terapi secara maksimal. Dosis pengobatan yang tidak benar akan mengakibatkan obat tidak bekerja dengan baik, kurang efektif atau bahkan dapat menimbulkan efek toksik bagi masyarakat. Masyarakat saat ini sangat akrab dengan obat namun masih banyak yang belum mengetahui cara penggunaan obat yang baik dan benar sehingga sangat mempengaruhi hasil pengobatan. Akhirnya banyak masyarakat yang berkesimpulan obatnya kurang berkhasiat padahal hal ini bisa disebabkan karena penggunaan obat yang salah (Dinkes Kediri, 2014)

Kegiatan penyuluhan ini diikuti oleh 20 Pasien dan masyarakat di Puskesmas Imogiri I Bantul yang sedang menunggu resep di ruang tunggu pelayanan farmasi, telah menerima kegiatan pengabdian masyarakat dalam promosi kesehatan “Penyuluhan Cara Penggunaan Obat yang Baik dan Benar selama Bulan Ramadhan”. Kegiatan penyuluhan ini berjalan dengan baik dengan pasien yang antusias dalam mengikuti penyuluhan ini. Setelah diberikan penjelasan mengenai cara penggunaan obat yang baik dan benar selama bulan Ramadhan, masyarakat serta pasien kemudian diberikan brosur. Metode analisis yang digunakan dalam penyuluhan ini yaitu metode deskriptif dengan menanyakan secara langsung kepada pasien tentang bagaimana tanggapan pasien setelah diadakan penyuluhan tentang cara penggunaan obat yang baik dan benar selama bulan Ramadhan .

Obat yang tidak membatalkan puasa adalah obat dalam bentuk yang tidak diminum melalui mulut (oral) dan masuk saluran cerna. Jenis obat yang termasuk dalam obat yang tidak membatalkan puasa yaitu obat yang diabsorpsi melalui kulit (salep, krim), obat yang diselipkan di bawah lidah (seperti isosorbide dinitrat dan nitrogliserin), obat yang disuntikkan melalui kulit, otot, sendi dan pembuluh vena, obat tetes telinga, obat kumur, obat asma, pemberian gas oksigen dan anastesi, serta obat yang digunakan melalui rektal (seperti suppositoria). selama bulan ramadhan pola makan dan minum akan berubah, waktu yang leluasa untuk minum obat dari 24 jam akan berkurang menjadi 10,5 jam. Jika obat harus diminum sebelum makan, maka obat dapat diminum 30 menit sebelum makan sahur atau makan malam. Jika obat diminum setelah makan, maka kondisi lambung harus terisi dengan makanan terlebih dahulu, kira-kira obat dapat dikonsumsi 5-10 menit setelah makan (Ikatan Apoteker Indonesia. 2019).

Obat yang diminum sekali atau dua kali dalam sehari maka dapat diminum saat sahur dan/atau saat berbuka puasa. Jika obat perlu diminum 3 kali dalam sehari atau tiap 8 jam maka obat dapat diganti dengan sediaan yang melepaskan perlahan-lahan atau diganti dengan obat jenis lain yang memiliki khasiat sama namun bekerja panjang. selain dengan penggantian obat, untuk obat yang diminum 3 kali dalam sehari bisa disiasati dengan waktu pemakaian pada pukul 18.00, 23.00, 04.00 sehingga pasien tetap bisa minum obat walaupun sedang berpuasa sehingga efek terapi obat tetap bisa tercapai secara maksimal (Unit pelayan Kesehatan, 2022)



Puasa Ramadhan dapat berdampak pada kesehatan pasien dan manajemen penyakit, oleh karena itu penting bagi tenaga Kesehatan memiliki kompetensi dalam pengobatan dan prosedur yang membatalkan puasa dan efek puasa pada pasien dengan penyakit diabetes, kardiovaskuler, gastrointestinal, ginjal dan penyakit umum lainnya. Meskipun pedoman yang jelas tidak selalu tersedia untuk mengelola semua penyakit, diperlukan pendekatan individual dalam perawatan pasien Muslim, yang berpuasa salam Ramadhan (Abolaban and Al-Moujahed, 2017). Saat melayani pasien muslim yang menjalankan ibadah puasa, Apoteker harus memberikan pertimbangan khusus untuk keamanan puasa pasien dan mengatasi perubahan yang mungkin diperlukan dalam upaya terapi dan gaya hidup untuk menghindari potensi keberbahayaan pasien (*Grindrod and Alsabbagh, 2017*)

Tanggapan pasien setelah diadakannya penyuluhan ini yaitu sangat bermanfaat bagi pasien sehingga menambah pengetahuan dan informasi mengenai cara penggunaan obat yang baik dan benar. Selain itu pasien telah mengerti ketika mendapatkan obat pasien bisa menanyakan kepada apoteker jika belum paham mengenai cara penggunaan yang baik dan benar selama bulan Ramadhan agar tetap mendapatkan efek terapi yang diharapkan.

## KESIMPULAN

Kegiatan ini dapat memberikan edukasi ke pasien dan masyarakat mengenai cara penggunaan obat yang baik dan benar berdasarkan nama dan kandungan obat, khasiat obat, aturan pakai obat dan efek samping obat. Kegiatan penyuluhan ini dilakukan pada bulan puasa sehingga ditambahkan materi tentang cara penggunaan obat selama bulan puasa sehingga masyarakat juga menjadi lebih paham tentang aturan minum obat selama bulan puasa.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Program Studi Pendidikan Profesi Apoteker serta Puskesmas Imogiri I Bantul yang telah mendukung kegiatan penyuluhan ini.

## DAFTAR PUSTAKA

Abolaban H, Al-Moujahed A. Muslim patients in Ramadan: A review for primary care physicians. *Avicenna J Med* 2017;7:81-7. DOI: 10.4103/ajm.AJM\_76\_17

Anonim. 2008. Materi Pelatihan Materi Pelatihan Peningkatan Pengetahuan Pengetahuan Dan Keterampilan Keterampilan Memilih Obat Bagi Tenaga Kesehatan. Jakarta: Depkes RI

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> diakses 29 Juli 2022. Dit. Pengelolaan dan Pelayanan Kefarmasian, 2019, Cerdas Menggunakan Obat, <https://farmalkes.kemkes.go.id/2019/08/cerdas-menggunakan-obat-2/> diakses 29 Juli 2022.

Dinkes Kediri. 2014. Cara Penggunaan obat yang Benar. <https://dinkes.kedirikab.go.id/?hal=dbet&id=120>, diakses 29 Juli 2022.

*Grindrod, K and Alsabbagh W.*, Managing medications during Ramadan fasting. C P J / R P C • may /june 2 0 1 7 • V O L 1 5 0 , N O 3. DOI: 10.1177/1715163517700840

Ikatan Apoteker Indonesia. 2019. *Bagaimana Konsumsi Obat Saat Puasa*. Diakses 26 Juli 2022

Unit pelayan Kesehatan, 2022, Penggunaan Obat pada Bulan Puasa. Retrieved July 26, 2022, from <https://upk.kemkes.go.id/new/penggunaan-obat-pada-saat-puasa>