

Sosialisasi Kiat Menggunakan Obat Saat Berpuasa di SD Buq'atun Mubarakah, Gombara Makassar

Fhahri Mubarak^{1*}, Khairuddin², Rahmad Aksa³, Akbar Awaluddin³, Fajriansyah³, Ismail Ismail⁴, Saldi Hapiwaty⁴

¹ *Bagian Analisis Farmasi dan Kimia Medisinal, Sekolah Tinggi Ilmu Farmasi Makassar, Sulawesi Selatan, Indonesia*

² *Bagian Biologi Farmasi, Sekolah Tinggi Ilmu Farmasi Makassar, Sulawesi Selatan, Indonesia*

³ *Bagian Farmakologi dan Farmasi Klinik, Sekolah Tinggi Ilmu Farmasi Makassar, Sulawesi Selatan, Indonesia*

⁴ *Bagian Farmasetika dan Teknologi Farmasi, Sekolah Tinggi Ilmu Farmasi Makassar, Sulawesi Selatan, Indonesia*

ARTIKEL INFO

Kata Kunci:
Obat
Diabetes
Rasional
Puasa

Keywords:
Medicine
Diabetes
Rational
Fast

ABSTRAK

Seiring berjalannya waktu, kondisi kesehatan seseorang akibat memburuknya jaringan sel dapat memicu timbulnya penyakit degeneratif, yang pada akhirnya akan mempengaruhi fungsi organ secara menyeluruh. Bulan Ramadhan merupakan waktu bagi umat muslim dalam melaksanakan kewajiban mereka dalam bentuk berpuasa. Bagi mereka yang melaksanakan puasa dan mengalami gangguan kesehatan, pasti akan mempengaruhi konsumsi atau pola penggunaan obat seperti hari-hari biasa. Perubahan jadwal penggunaan obat sangat perlu diperhatikan sehingga tidak mempengaruhi efek terapi yang diberikan atau yang sedang dijalani. Sosialisasi dilakukan dengan metode ceramah dan tanya jawab. Peserta sosialisasi merupakan orangtua siswa dari SD Buq'atun Mubarakah. Adanya informasi ini, menambah pemahaman kepada orang tua dalam mengkonsumsi obat saat bulan puasa tanpa mempengaruhi terapi yang dijalani.

ABSTRACT

Over time, a person's health condition due to the deterioration of cell tissue can trigger degenerative diseases, affecting overall organ function. The month of Ramadan is a time for Muslims to carry out their obligations in the form of fasting. For those who do fasting and experience health problems, it will affect the consumption or pattern of drug use on average days. Changes in the drug use schedule need to be considered not to affect the effectiveness of the therapy being given or undertaken. The socialization was done by lecture and question and answer method. Socialization participants are parents of students from SD Buq'atun Mubarakah. The existence of this information adds to the understanding of parents in taking drugs during the fasting month without affecting the therapy they are undergoing.

* Corresponding authors.

E-mail addresses: fhahri.mubarak@stifa.ac.id

Pendahuluan

Bulan Ramadhan merupakan bulan hijriah yang di dalamnya Allah *Subhanahu wa ta'ala* memerintahkan umat muslim di seluruh dunia untuk berpuasa mulai terbit matahari sampai terbenamnya. Di dalam Alquran, Allah berfirman, yang artinya, "Hai orang-orang yang beriman, diwajibkan atas kamu berpuasa sebagaimana diwajibkan atas orang-orang sebelum kamu agar kamu bertakwa" (Quran surat Al-Baqarah ayat 183).

Berpuasa sendiri merupakan kegiatan berupa menahan diri dari makan dan minum serta segala perbuatan yang bisa membatalkan puasa, dengan syarat tertentu. Banyak manfaat yang dapat dihasilkan dari berpuasa, selain manfaat berupa amal saleh dan pahala yang berlipat ganda untuk kebaikan akhirat. Namun, tentunya berpuasa membutuhkan keadaan tubuh yang prima dan kesehatan yang perlu tetap dijaga sehingga puasa tidak membebani tubuh dan kesehatan.

Orang yang sakit diperbolehkan untuk tidak berpuasa asalkan ada bukti medis (keterangan dari dokter), pengalaman atau ia yakin bahwa puasa akan memberi suatu mudharat, dapat memperparah penyakitnya atau memperlambat penyembuhannya. Namun seseorang yang menderita penyakit ringan tetaplah harus berpuasa dengan tetap meminum obat untuk menghilangkan penyakitnya.

Obat merupakan suatu senyawa yang digunakan untuk tujuan pencegahan, diagnosis dan penyembuhan penyakit. Obat akan memberikan khasiat apabila kadarnya stabil di dalam darah sehingga penggunaan obat harus disesuaikan dengan sifat fisika kimia masing-masing bahan obat. Di dalam tubuh, obat akan diserap, kemudian diedarkan oleh darah, tersedia dalam jumlah yang tepat di tempat kerjanya, dan pada akhirnya dibuang jika sudah lagi tidak digunakan. Semakin cepat obat diserap dan dikeluarkan dari tubuh, kita harus semakin sering minum obat. Oleh karena itu, ada obat yang harus diminum 3 kali sehari, ada yang 2 kali sehari, bahkan ada yang satu minggu sekali atau 1 bulan sekali.

Bagaimana bila kita sedang berpuasa? Karena waktu leluasa menggunakan obat yang biasanya 24 jam, berubah hanya menjadi 10,5 jam (dari saat berbuka hingga waktu subuh), sehingga harus diatur sedemikian rupa obat yang diminum tetap efektif dan bermanfaat untuk menyembuhkan penyakit.

Edukasi mengenai penggunaan obat yang rasional selama berpuasa dipandang penting untuk menjaga agar obat yang masuk ke dalam tubuh memberikan efektivitas yang maksimal tanpa memberikan bahaya dan pengaruh buruk bagi tubuh. Sebagai tenaga kefarmasian, baik di ruang lingkup komunitas maupun akademik, seorang farmasis wajib memberikan edukasi kepada masyarakat di sekitarnya mengenai penggunaan obat rasional saat berpuasa.

Oleh karena itu, perlu dilakukan sosialisasi dan edukasi dalam bentuk program Pengabdian kepada Masyarakat, dengan tema "Penggunaan Obat Rasional Saat Berpuasa". Program ini dilakukan sebagai salah satu bentuk pengabdian masyarakat yang diadakan oleh para dosen STIFA Makassar untuk memberi pengetahuan dan informasi mengenai cara menggunakan obat yang rasional tanpa mengganggu ibadah puasa.

Metode

Pelaksanaan Kegiatan akan dilaksanakan pada hari Kamis tanggal 21 April 2022. Lokasi kegiatan pengabdian masyarakat adalah SD Buq'atun Mubarakah, Jalan KH Abdul Djabbar Ashiry, Makassar. Pengabdian masyarakat dilakukan dengan memberikan pengetahuan dan penyuluhan kepada peserta. Kegiatan pemberian materi dan penyuluhan dilaksanakan dalam dua sesi:

1. Pengenalan dan penyuluhan mengenai obat yang sering digunakan saat puasa.
2. Pemberian materi tentang cara mengatur penggunaan obat saat berpuasa.

Pada bagian metode penerapan, uraikanlah dengan jelas dan padat metode yang digunakan untuk

mencapai tujuan yang telah dicanangkan dalam kegiatan pengabdian. Hasil pengabdian itu harus dapat diukur dan penulis diminta menjelaskan alat ukur yang dipakai, baik secara deskriptif maupun kualitatif. Jelaskan cara mengukur tingkat ketercapaian keberhasilan kegiatan pengabdian. Tingkat ketercapaian dapat dilihat dari sisi perubahan sikap, sosial budaya, dan ekonomi masyarakat sasaran.

Hasil

Pelaksanaan Kegiatan ini dilakukan di Sekolah Dasar Buq'atun Mubarakah Gombara, Makassar. Pelaksanaan dilakukan dalam bentuk sosialisasi atau penyuluhan dengan tema "Sosialisasi Kiat Menggunakan Obat Saat Berpuasa" yang dilaksanakan pada hari Kamis, 21 April 2022. Sasaran pada kegiatan ini adalah orangtua siswa Sekolah Dasar Buq'atun Mubarakah, yang bertujuan memberikan informasi serta pengetahuan kepada orangtua terhadap penggunaan obat pada saat berpuasa. Penyuluhan dilakukan dengan metode ceramah, tanya jawab dan konsultasi seputar materi yang telah disampaikan.

Dalam pelaksanaannya, digunakan alat bantu seperti, laptop dan proyektor/LCD. Kegiatan dimulai dengan memberikan sosialisasi kemudian dilanjutkan dengan tanya jawab. Sebelum dilakukan penyuluhan masyarakat diberikan pertanyaan untuk melihat seberapa paham terkait materi yang akan disampaikan, kemudian diberikan pertanyaan kembali setelah penyuluhan selesai untuk melihat apakah terdapat peningkatan pengetahuan atau tidak yang menjadi tolak ukur keberhasilan dari kegiatan yang dilakukan.

Kegiatan Masyarakat diberikan penyuluhan tentang penggunaan obat pada saat puasa. Kebanyakan dari masyarakat pada bulan Ramadhan karena keutamaannya meski dengan kondisi tidak sehat tetap ingin melaksanakan ibadah puasa. Maka dari itu, perlu adanya pengaturan pola penggunaan obat kembali. Perlunya masyarakat dalam mengatur kembali pola penggunaan obat pada saat puasa bertujuan agar tidak mengganggu hasil terapi yang sedang dijalani.

Bulan Ramadhan merupakan bulan suci dimana umat muslim diwajibkan untuk berpuasa. Kesehatan saat menjalankan ibadah puasa merupakan anugerah yang tak ternilai. Seorang muslim yang menderita penyakit dan yang rutin minum obat tentu akan mengalami perubahan dan penyesuaian waktu minum obat. Apabila penyakit yang diderita terkontrol dengan baik dan memungkinkan untuk menjalankan ibadah puasa, maka yang diperlukan adalah tau obat yang tidak membatalkan puasa, penggunaan obat saat puasa dan mengatur cara minum obat yang benar saat berpuasa (PKRS, 2021).

Obat yang tidak membatalkan puasa yaitu : dalam bentuk yang tidak diminum melalui mulut dan masuk saluran cerna

1. Obat yang diabsorpsi melalui kulit (Salep, Krim, Plester)
2. Obat yang diselipkan dibawah lidah (seperti nitroglicerine untuk angina pectoris)
3. Obat-obat yang disuntikan baik melalui kulit, otot, sendi, dan vena, kecuali pemberian makanan melalui intravena
4. Obat Tetes mata atau telinga
5. Obat kumur, sejauh tidak tertelan
6. Obat asma berbentuk inhaler
7. Pemberian gas oksigen dan anastesi
8. Obat yang digunakan melalui vagina, seperti suppositoria (Aadil *et al.*, 2004)

Selama bulan Ramadhan pola makan dan minum akan berubah, waktu yang leluasa untuk minum obat berubah dari 24 jam menjadi hanya 10,5 jam. Bagaimana cara kita minum obat agar efek terapi menjadi optimal? penggunaan obat sebelum dan sesudah makan di saat bulan Puasa (Larijani *et al.*, 2003)

1. Sebelum Makan

Jika obat harus diminum sebelum makan, berarti sekitar 30 menit sebelum makan sahur atau makan

malam/makan besar.

2. Sesudah Makan

Setelah makan artinya, kondisi lambung berisi makanan, kira-kira 5 –10 menit setelah makan besar.

3. Jika ada obat yang harus diminum tengah malam sesudah makan

Sebelum meminum obat perut dapat diisi dahulu dengan roti atau sedikit nasi sebelum minum obat.

Perubahan jadwal waktu minum obat saat puasa dan dosis obat mungkin dapat mempengaruhi efek terapi obat. Karena itu perlu kehati-hatian dalam merubah jadwal minum obat, Konsultasikan dengan dokter atau apoteker anda. Penggunaan obat pada saat puasa yang diminum 1-2 kali sehari. 1 X 1 : Obat yang diminum satu kali sehari tidak ada perbedaan ketika digunakan saat puasa, dapat digunakan saat malam hari atau lagi hari saat sahur. 2 X 1 : Obat yang digunakan dua kali sehari, disarankan diminum pada saat sahur dan saat berbuka Penggunaan obat pada saat puasa yang diminum 2-1 kali sehari.

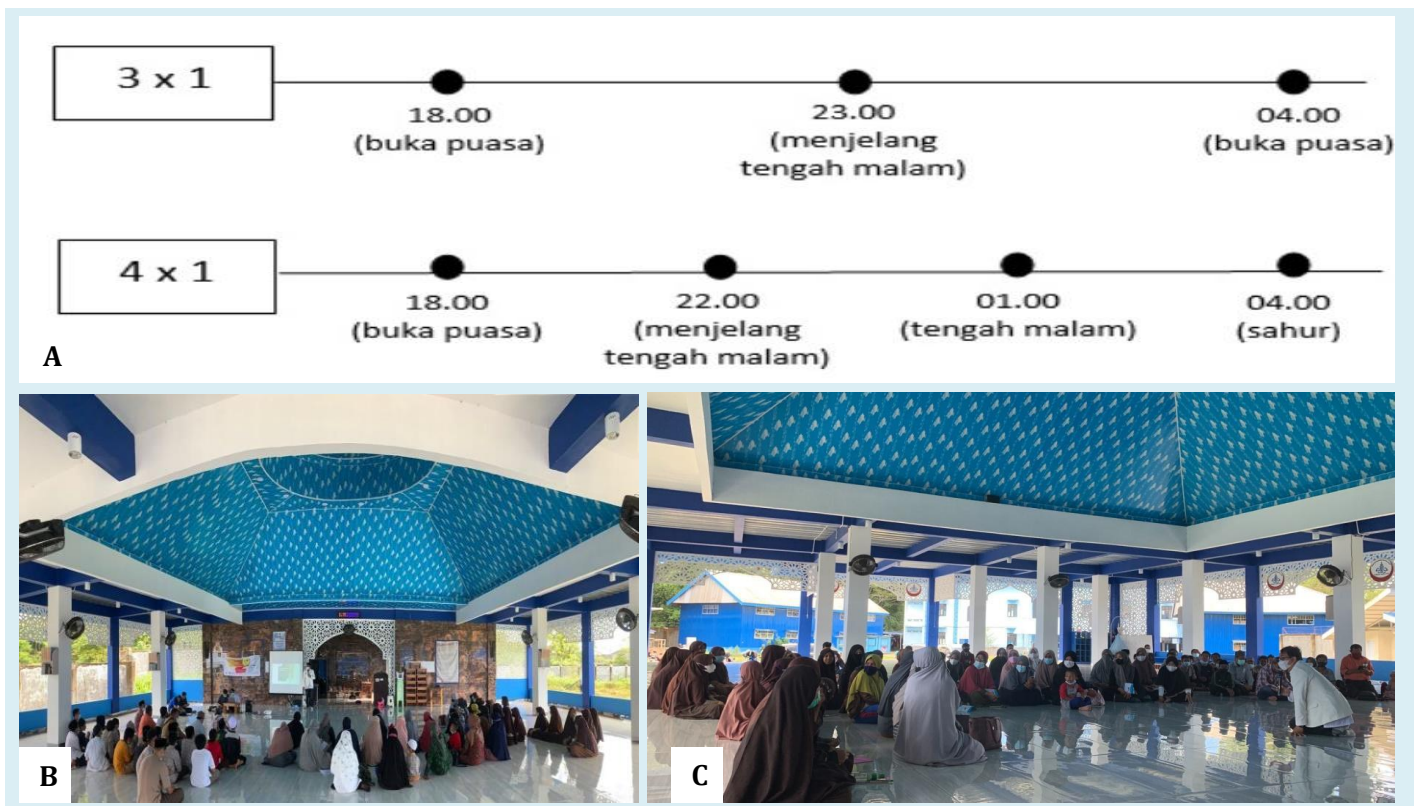
Jika ternyata obat perlu diminum 3 atau bahkan 4 kali sehari , pada hari biasa artinya obat diminum tiap 8 jam atau 6 jam. Hal ini tidak memungkinkan pada saat berpuasa. Solusinya : obat di ganti sediaan yang melepaskan perlahan lahan atau diganti obat jenis lain yang memiliki khasiat sama namun bekerja panjang.

Contoh : Pada obat hipertensi

1. Captopril (antihipertensi), aturan pakai : 2-3x sehari 1 tablet

2. Lisinopril (antihipertensi), aturan pakai : 1x sehari 1 tablet

Jika tidak bisa diganti, maka penggunaannya adalah dari waktu buka puasa hingga sahur, yang sebaiknya dibagi dalam rentang waktu yang sama.



Gambar 1. Aturan pakai obat saat berpuasa (A), Sosialisasi (B), dan tanya jawab penggunaan obat (C)

Kesimpulan

Berdasarkan Sosialisasi ini merupakan bentuk mengaplikasikan ilmu yang telah didapatkan dan menginformasikan kepada masyarakat, sehingga dapat memberikan dampak dan penambahan pemahaman masyarakat terhadap penggunaan obat saat berpuasa. Berikut beberapa kesimpulan yang dapat diambil dari kegiatan yang telah dilakukan sebagai berikut :

1. Kegiatan yang diangkat dengan cara sosialisasi/penyuluhan yang telah dilaksanakan berjalan dengan lancar, hanya terdapat kendala berupa masih kurangnya minat orangtua dalam mengikuti kegiatan tersebut.
2. adanya peningkatan dan kepedulian orangtua terhadap penggunaan obat saat berpuasa yang ditandai dengan antusias orangtua pada saat sesi Tanya jawab.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan Kami mengucapkan banyak terimakasih kepada seluruh pihak yang telah membantu dalam pelaksanaan pengabdian ini. Kepada STIFA Makassar yang telah memfasilitas ijin pelaksanaan, SD Buqatun Mubarakah, selaku mitra pengabdian yang telah menyiapkan fasilitas lokasi dan lain-lain, serta rekan-rekan dosen yang turut memberikan sumbangsi tenaga dan pikiran. Kami juga meminta maaf atas kekurangan yang dirasakan dalam pelaksanaan pengabdian ini.

Daftar Pustaka

- Aadil, N., Houti, I. E., & Moussamih, S. (2004). *Drug intake during Ramadan. British Medical Journal*, 329(7469), 778–782. <https://doi.org/10.1136/bmj.329.7469.778>
- Larijani, B., Zahedi, F., Sanjari, M., Amini, M. R., Jalili, R. B., Adibi, H., & Vassigh, A. R. (2003). *The Effect of Ramadan Fasting on Fasting Serum Glucose in Healthy Adults. Medical Journal of Malaysia*, 58(5), 678–680.
- PKRS. (2021). *Penyuluhan Tata cara Penggunaan Obat Pada Bulan Puasa*. RSUD Kota Padang Panjang. <http://rsud.padangpanjang.go.id/07/05/2021/penyuluhan-tata-cara-penggunaan-obat-pada-bulan-puasa>

Cite this article: Mubarak, F., Khairuddin, Aksa, R., Awaluddin, A., Fajriansyah, Ismail, Hapiwaty, S. (2022). Sosialisasi Kiat Menggunakan Obat Saat Berpuasa di SD Buq'atun Mubarakah, Gombara Makassar. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Almarisah*, 1(1): 16-20.