

## Edukasi Penggunaan Obat Antidiabetes Selama Bulan Ramadhan di Kota Mataram

Cyntiya Rahmawati <sup>a\*</sup>, Safwan Safwan <sup>a</sup>, Baiq Nurbaety <sup>b</sup>, Baiq Lenysia Puspita Anjani <sup>b</sup>, Baiq Leny Nopitasari <sup>b</sup>, Irmatika Hendriyani <sup>b</sup>, Widayatul Khairi <sup>a</sup>, Anna Pradiningsih <sup>b</sup>, Rizal Affandi <sup>c</sup>

<sup>a</sup> Prodi D3 Farmasi Universitas Muhammadiyah Mataram, Jl. K.H. Ahmad Dahlan No.1 Pagesangan, Kota Mataram, Indonesia

<sup>b</sup> Prodi SI Farmasi Universitas Muhammadiyah Mataram, Jl. K.H. Ahmad Dahlan No.1 Pagesangan, Kota Mataram, Indonesia

<sup>c</sup> Pengurus Cabang Ikatan Apoteker Indonesia (IAI) Kota Mataram, Indonesia

\*Penulis korespondensi: [cyntiya.rahmawati@ummat.ac.id](mailto:cyntiya.rahmawati@ummat.ac.id)

### Info Artikel

Sejarah artikel:

Dikirim: 16, Juni 2025

Revisi: 07, Juli 2025

Diterima: 10, Juli 2025

Dipublikasikan: 11, Juli 2025

### Kata kunci:

Edukasi

Antidiabetes

Puasa

Penggunaan Obat

### Key word:

Education

Antidiabetic

Fasting

Proper Use of Medicine

### Abstrak

Penduduk di Provinsi Nusa Tenggara Barat (NTB) mayoritas beragama Islam (96,91%), sehingga banyak penduduknya yang menjalankan ibadah puasa. Puasa Ramadhan merupakan ibadah wajib bagi seluruh pemeluk agama Islam, akil baligh, dan sehat. Meskipun wajib, puasa memiliki rukhsah (keringanan) yakni dapat dibatalkan misalnya pada kondisi-kondisi yang dapat membahayakan keselamatan jiwa atau kesehatan jika puasa diteruskan. Edukasi penggunaan antidiabetes selama berpuasa bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat khususnya pasien diabetes mellitus sehingga meskipun sedang beribadah puasa, pasien tetap menggunakan obatnya secara tepat di waktu yang tepat. Sehingga efektivitas terapi dapat tercapai dengan maksimal. Edukasi telah selesai dilakukan pada tanggal 22 Maret 2025. Metode yang digunakan adalah metode interaktif melalui CBIA (Cara Belajar Insan Aktif), yang dilakukan dengan ceramah dan memberikan leaflet penggunaan obat selama berpuasa dan membagikan takjil kepada para peserta bersama PC IAI Kota Mataram. Hasil yang didapatkan adalah peserta sangat antusias mengikuti kegiatan edukasi dan paham cara penggunaan obat saat berpuasa.

### Abstract

Most of the population in West Nusa Tenggara Province (NTB) adheres to Islam (96.91%), and thus many residents observe the practice of fasting. Ramadan fasting is an obligatory worship for all Muslims who have reached puberty and are in good health. Although mandatory, Islamic law provides exemptions (rukhsah), allowing individuals to break their fast under certain conditions, especially when continuing the fast may endanger their health or life. Education on using antidiabetic medications during fasting aims to improve public knowledge, particularly among patients with diabetes mellitus, to ensure they continue taking their medications correctly and at the appropriate times during Ramadan. This is essential for optimizing therapeutic effectiveness during the fasting period. The educational activity was conducted on March 22, 2025, using an interactive method known as CBIA (Cara Belajar Insan Aktif – Active Learning Method). The session included a lecture and the distribution of informative leaflets about medication use during fasting. In collaboration with the Indonesian Pharmacists Association (PC IAI) of Mataram City, the event also included distributing iftar meals (takjil) to participants. The results showed that the participants were enthusiastic throughout the activity and understood how to properly use their medications during fasting.

## Pendahuluan

Puasa Ramadhan adalah ibadah yang diwajibkan oleh Allah SWT kepada umat muslim selama satu bulan, mulai dari terbit fajar hingga terbenam matahari. Kewajiban dalam berpuasa ini sesuai dengan firman Allah dalam surat Al Baqarah ayat 183 yang artinya :

“Hai orang-orang yang beriman diwajibkan atas kamu berpuasa sebagaimana diwajibkan atas orang-orang sebelum kamu agar kamu bertaqwa” (*Qur'an Kemenag, t.t.*).

Puasa Ramadhan merupakan ibadah wajib bagi seluruh pemeluk agama Islam, akil baligh, dan sehat (*Andy, 2018*). Meskipun wajib, puasa memiliki rukhsah (keringanan) yakni dapat dibatalkan misalnya pada kondisi-kondisi yang dapat membahayakan keselamatan jiwa atau kesehatan jika puasa diteruskan (*Adawiyah dkk., 2019; Firmansyah, 2015*).

Bagi penderita diabetes mellitus, terutama diabetes tipe 2 yang menjalani terapi obat, puasa dapat menjadi tantangan karena

perubahan pola makan, aktivitas, dan metabolisme tubuh. Jika tidak dikelola dengan baik, puasa dapat meningkatkan risiko hipoglikemia, hiperglikemia, dehidrasi, dan komplikasi lainnya (*Ketut Suastika dkk., 2022*). Banyak pasien diabetes yang tidak mendapatkan edukasi memadai mengenai penyesuaian dosis dan waktu konsumsi obat selama Ramadhan (*Abdulkadir dkk., 2022*). Kesalahan dalam penggunaan obat dapat menyebabkan kondisi yang berbahaya bagi kesehatan pasien. Oleh karena itu, diperlukan intervensi berupa edukasi yang tepat bagi pasien diabetes agar mereka dapat menjalankan ibadah puasa dengan aman dan tetap menjaga kadar gula darah dalam batas normal (*Rahmawati, dkk., 2024; Stiani dkk., 2024*). Penting bagi masyarakat untuk mengetahui bahwa tidak semua penggunaan obat dapat membatalkan puasa, yaitu obat dalam bentuk yang tidak diminum melalui mulut, seperti sediaan injeksi (*Ilham, 2021*). Maka, Apoteker memiliki peran krusial dalam memberikan saran mengenai penyesuaian jadwal minum obat selama bulan puasa.

Indonesia merupakan negara dengan jumlah populasi Muslim terbanyak urutan pertama di dunia pada tahun 2024, mencapai 229 juta jiwa (Ketut Suastika dkk., 2022). Jumlah ini setara 81% dari populasi nasional yang totalnya sekitar 282 juta jiwa (Kemendagri, 2024). Sedangkan jumlah penduduk beragama Islam di Nusa Tenggara Barat (NTB) pada tahun 2024 adalah 5.491.178 jiwa. Jumlah ini mencapai 96,91% dari total penduduk NTB yang berjumlah 5,67 juta jiwa (Annur, 2023). Tingginya jumlah penduduk beragama Islam di Provinsi NTB, maka sebagian besar masyarakat di NTB akan melakukan ibadah puasa selama bulan suci Ramadhan 1446 Hijriah ini, baik yang dalam keadaan sehat maupun sedang sakit. Selama berpuasa tidak diperbolehkan makan dan minum selama kurang lebih 14 jam. Hal ini akan berpengaruh terhadap orang-orang yang sedang dalam masa pengobatan, khususnya pasien yang menderita diabetes mellitus.

Beberapa tantangan yang dihadapi oleh pasien diabetes mellitus selama Ramadhan meliputi:

- Kurangnya pemahaman tentang risiko puasa bagi penderita diabetes.
- Ketidaktahuan mengenai cara menyesuaikan dosis dan jadwal konsumsi obat antidiabetes.
- Kurangnya bimbingan dari tenaga kesehatan mengenai strategi manajemen diabetes selama puasa.
- Potensi peningkatan komplikasi akibat manajemen yang kurang optimal.
- Keterbatasan akses informasi yang dapat dipercaya dan mudah dipahami oleh masyarakat umum

Masyarakat perlu mengatur kembali pola penggunaan obat saat berpuasa di Bulan Ramadhan agar tidak mengganggu hasil terapi yang sedang dijalani, sehingga pengobatan dapat memberikan efektivitas yang maksimal. Masyarakat perlu juga mengetahui bahwa tidak semua penggunaan obat dapat membatalkan puasa, yaitu obat dalam bentuk yang tidak diminum melalui mulut dan tidak masuk dalam saluran pencernaan (Rahmawati, dkk., 2024). Maka, Apoteker memiliki peran krusial dalam memberikan saran mengenai penyesuaian jadwal minum obat selama bulan puasa. Apoteker dapat membantu menyesuaikan jadwal ini sehingga sesuai dengan waktu sahur dan berbuka puasa. Sehingga diharapkan akan menciptakan lingkungan yang mendukung umat Muslim untuk menjalani ibadah puasa dengan nyaman dan aman, sekaligus menjaga kesehatan mereka selama bulan Ramadhan.

Jadwal waktu minum obat harus berubah saat bulan Ramadhan untuk pasien 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 (Puskesmas Kokap II, 2023). Sehingga perlu kehati-hatian dalam merubah jadwal minum obat, maka perlu dikonsultasikan dengan dokter atau apoteker.

Berdasarkan sumber permasalahan tersebut, maka perlu dilakukan upaya edukasi kepada masyarakat terkait penggunaan obat antidiabetes selama Bulan Ramadhan. Edukasi bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat khususnya pasien diabetes mellitus yang sedang menjalani pengobatan sehingga meskipun sedang beribadah puasa, pasien tetap menggunakan obatnya secara tepat di waktu yang tepat. Sehingga efektivitas terapi dapat tercapai dengan maksimal.

## Metode

Program kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan Metode edukasi yang digunakan yaitu metode interaktif melalui CBIA (Cara Belajar Insan Aktif/ Community-Based Interactive Approach) (Rahmawati, dkk., 2024). Mitra kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah Pengurus Cabang Ikatan Apoteker Indonesia (PC IAI) Kota Mataram beserta masyarakat yang ada di Kota Mataram. Semua peserta yang hadir berusia remaja hingga dewasa sebanyak sekitar 80 orang.

Pelaksanaan kegiatan Edukasi TOBAT telah dilakukan pada bulan 22 Maret 2025 (22 Ramadhan 1446 H). Adapun metode yang dilakukan adalah ceramah yang dilanjutkan dengan sesi tanya jawab, serta pemberian *leaflet* penggunaan obat antidiabetes selama berpuasa dan pembagian takjil.

Teknis dan tahapan kegiatan yaitu:

1. Peserta berkumpul di Islamic Center Mataram.
2. Edukasi tentang Penggunaan Obat Antidiabetes Selama Bulan Ramadhan dengan metode interaktif melalui CBIA (Cara Belajar Insan Aktif), yaitu dengan ceramah dan membagikan *leaflet* kepada peserta.
3. Sesi diskusi tanya jawab dengan peserta
4. Membagikan takjil kepada para peserta

## Hasil dan Pembahasan

Edukasi kepada masyarakat tentang Edukasi TOBAT telah dilakukan kepada sekitar 80 orang masyarakat yang berkunjung ke Islamic Center Kota Mataram. Kegiatan berjalan dengan sangat baik dan masyarakat yang antusias terhadap proses edukasi (terlihat pada Gambar 1).



**Gambar 1.** Edukasi Penggunaan Obat Antidiabetes Selama Bulan Ramadhan di Islamic Center Mataram

Apoteker mempunyai banyak kesempatan berperan dalam edukasi masyarakat terutama dalam memanfaatkan teknologi (IAI, 2024), yaitu gunakan aplikasi pengingat minum obat, konsultasi online, dan pengaturan Jadwal Minum Obat Selama Bulan Ramadhan.

1. Gunakan aplikasi pengingat minum obat.

Apoteker dapat merekomendasikan aplikasi pengingat obat kepada pasien agar mereka tetap disiplin dalam minum obat, terutama saat jadwal puasa. Aplikasi ini dapat mengirimkan pemberitahuan sesuai waktu yang telah diatur.

2. Konsultasi online/ telefarmasi.

Dalam era digital, apoteker dapat memanfaatkan platform konsultasi online seperti pelayanan telefarmasi untuk membantu pasien dalam menjawab pertanyaan, memberikan saran, dan memberikan dukungan yang dibutuhkan. Peran yang proaktif dari apoteker, individu yang menjalani puasa dapat memastikan bahwa kesehatan mereka tetap terjaga dan obat-obat yang mereka konsumsi tetap efektif.

3. Gunakan aplikasi pengingat minum obat.

4. Apoteker dapat merekomendasikan aplikasi pengingat obat kepada pasien agar mereka tetap disiplin dalam minum obat, terutama saat jadwal puasa. Aplikasi ini dapat mengirimkan pemberitahuan sesuai waktu yang telah diatur.

5. Konsultasi online/ telefarmasi.

Dalam era digital, apoteker dapat memanfaatkan platform konsultasi online seperti pelayanan telefarmasi untuk membantu pasien dalam menjawab pertanyaan, memberikan saran, dan memberikan dukungan yang dibutuhkan. Peran yang proaktif dari apoteker, individu yang menjalani puasa dapat memastikan bahwa kesehatan mereka tetap terjaga dan obat-obat yang mereka konsumsi tetap efektif.

6. Pengaturan Jadwal Minum Obat Selama Bulan Ramadhan

Pada hari biasa artinya obat yang diminum tiga sampai empat kali sehari atau tiap 8 jam atau 6 jam. Hal ini tidak memungkinkan pada saat berpuasa. Solusinya adalah obat diganti sediaan yang melepaskan perlahan lahan (*sustained release*) atau diganti obat jenis lain yang memiliki khasiat sama namun bekerja panjang. Contoh (Unit Pelayanan Kesehatan Kemenkes, t.t.):

- a) Obat antidiabetes yang diminum satu kali dalam sehari, misalnya *glimepirid*, *glibenklamid* atau *glipizid* sebaiknya digunakan pada saat berbuka puasa untuk mengontrol kadar gula dalam darah, karena pada saat tersebut ada kecenderungan kadar gula dalam darah akan meningkat berlebihan.
- b) Obat antidiabetes diresepkan dua kali dalam sehari, misalkan *metformin*, lebih disarankan untuk diminum saat berbuka puasa dan malam hari sebelum tidur.
- c) Hindari penggunaan obat-obat antidiabetes pada saat makan sahur agar tidak terjadi keadaan hipoglikemia pada saat berpuasa pada siang harinya.

Materi edukasi yang disampaikan kepada pasien terdiri dari:

A. Panduan Penggunaan Obat Antidiabetes Selama Bulan Ramadhan

1. Minum obat 'Satu Kali Sehari' : Obat diminum satu kali sehari, yaitu saat berbuka puasa (jam 18.00). Contohnya obat *glimepirid*, *glibenklamid*, atau *glipizid*, diminum 30 menit sebelum makan besar saat berbuka.
2. Minum obat 'Dua Kali Sehari' : Obat diminum dua kali sehari, yaitu saat sahur (jam 04.00) dan saat berbuka puasa (jam 18.00). Contohnya *metformin* diminum saat makan.
3. Minum obat 'Tiga Kali Sehari' : Obat diminum tiga kali sehari, yaitu saat sahur (jam 04.00), saat berbuka puasa (jam 18.00) dan saat menjelang tengah malam (pukul 23.00). Contohnya *acarbose* diminum saat suapan pertama.

B. Obat Antidiabetes Suntikan Tidak Membatalkan Puasa.

Para ahli medis maupun agama sepakat bahwa beberapa bentuk sediaan obat tidak membatalkan puasa, termasuk obat antidiabetes injeksi yang disuntikkan melalui kulit, otot, sendi, dan vena, seperti sediaan injeksi insulin.

Mitra dari PC IAI Kota Mataram maupun masyarakat sangat antusias dalam kegiatan ini karena materi disampaikan dengan metode yang menarik yaitu edukasi secara personal, sehingga dapat menambah dan meningkatkan pengetahuan masyarakat, serta lebih intens saat sesi diskusi. Mitra pengabdian PC IAI Kota Mataram bersedia menyediakan lokasi tempat diselenggarakannya edukasi serta menggerakkan masyarakat untuk hadir dalam kegiatan edukasi.

## Simpulan dan Saran

Edukasi kepada masyarakat di Kota Mataram tentang Penggunaan Obat Antidiabetes Selama Bulan Ramadhan berjalan dengan sangat baik dan masyarakat yang antusias terhadap proses edukasi. Kedepannya diharapkan masyarakat mampu menggunakan obat secara benar waktunya dan tidak ragu menggunakan obat saat berpuasa, karena beberapa obat seperti sediaan injeksi dalam penggunaannya tidak membatalkan puasa.

## Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terimakasih kepada seluruh peserta dan Pengurus Cabang Ikatan Apoteker Indonesia (PC IAI) Kota Mataram yang berpartisipasi dalam kegiatan tersebut. Tidak lupa pula tim pengabdian mengucapkan terimakasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) Universitas Muhammadiyah Mataram yang telah membiayai kegiatan ini.

## Daftar Pustaka

- Abdulkadir, W. S., Thomas, N. A., & Papeo, D. R. P. (2022). Edukasi Penggunaan Obat Antidiabetes di Bulan Ramadhan pada Masyarakat Desa Buata Kecamatan Botupingge. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Farmasi: Pharmacare Society*, 1(1), Article 1. <https://doi.org/10.37905/phar.soc.v1i1.14039>

- Adawiyah, R., Umaternate, A., & Paramawidhita, R. Y. (2019). Edukasi Penggunaan Obat Saat Bulan Ramadhan Ditinjau dari Kesehatan dan Kaidah Islam di Lingkungan Warga Aisiyiah Kota Palangka Raya: Education on the Use of Medicines during Ramadhan in Terms of Health and Islamic Principles in the Citizens of Aisiyiah, Palangka Raya City. *PengabdianMu: Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(1), Article 1. <https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v5i1.1093>
- Andy, S. (2018). Hakikat Puasa Ramadhan dalam Perspektif Tasawuf (Tafsir Q.S Al-Baqarah: 183). *Ibn Abbas*, 1(1), Article 1. <https://doi.org/10.51900/ias.v1i1.1895>
- Annur, C. M. (2023). *10 Negara dengan Populasi Muslim Terbanyak Dunia 2023, Indonesia Memimpin! / Databoks*. <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2023/10/19/10-negara-dengan-populasi-muslim-terbanyak-dunia-2023-indonesia-memimpin>
- Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan. (2022). *Penggunaan Obat Saat Puasa*. [https://yankes.kemkes.go.id/view\\_artikel/206/penggunaan-obat-saat-puasa](https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/206/penggunaan-obat-saat-puasa)
- Firmansyah, M. A. (2015). *Pengaruh Puasa Ramadhan pada Beberapa Kondisi Kesehatan*. 42(7).
- IAI, humas. (2024, Januari 18). *Mengatur Waktu Sahur dan Minum Obat Saat Bulan Puasa: Peran Vital Apoteker / IAI NEWS*. <https://berita.iai.id/mengatur-waktu-sahur-dan-minum-obat-saat-bulan-puasa-peran-vital-apoteker/>
- Ilham. (2021, Maret 23). *Vaksin Saat Puasa, Bolehkah? Muhammadiyah*. <https://muhammadiyah.or.id/2021/03/vaksin-saat-puasa-bolehkah/>
- Kemendagri. (2024). *Berapa Jumlah Penduduk Indonesia 2024? DUKCAPIL.KEMENDAGRI.GO.ID*. <https://dukcapil.kemendagri.go.id/blog/read/berapa-jumlah-penduduk-indonesia-2024-ini-hasil-rilis-data-kependudukan-dukcapil-kemendagri>
- Ketut Suastika, Achmad Rudijanto, Rulli Rosandi, Fatima Eliana Taufik, Daesy Ardiany, Dian Anindita Lubis, M Ikhsan Mokoagow, & Ervita Ritonga. (2022). Pedoman Penatalaksanaan Diabetes Mellitus Tipe 2 pada Individu Dewasa di Bulan Ramadan. *Penerbit PB PERKENI*.
- Puskesmas Kokap II. (2023). *Cara Minum obat di Bulan Puasa*. <https://puskesmaskokap2.kulonprogokab.go.id/detil/50/cara-minum-obat-di-bulan-puasa>
- Qur'an Kemenag. (t.t.). Diambil 19 Juni 2024, dari <https://quran.kemenag.go.id/quran/per-ayat/surah/2?from=183&to=286>
- Rahmawati, C., Nopitasari, B. L., Nurbaety, B., Anjani, B. L. P., Safwan, S., Wahid, A. R., Hendriyani, I., Khairi, W., Safitrah, O., Aini, Q., Fitri, S., & Apriana, L. (2024). *Bakti "TOSS TB" Temukan Obati Sampai Sembuh Tuberkulosis di Puskesmas Karang Taliwang*. 1(1).
- Rahmawati, C., Safwan, S., Nurbaety, B., Anjani, B. L. P., Furqani, N., Nopitasari, B. L., Pradiningsih, A., Hendriyani, I., Wahid, A. R., Khairi, W., Ittiqo, D. H., Affandi, R., Safitrah, O., Melivia, S., & Latifha, A. (2024). Edukasi TOBAT (Tepat Gunakan Obat) selama Bulan Ramadhan pada Petugas Kebersihan di Kota Mataram. *Lambung Pengabdian Kesehatan*, 1(3), 8–11. <https://doi.org/10.31764/lpk.v1i3.24657>
- Stiani, S. N., Yusransyah, Y., Chairani, F., Adini, S., Noviyanto, F., Ernawati, E. E., Us, S., Udin, B., & Pratiwi, L. R. (2024). Edukasi Penggunaan Obat Antidiabetes saat Berpuasa Ramadhan di Panti Asuhan Hasanudin Pandeglang: *Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 9(4), Article 4. <https://doi.org/10.30653/jppm.v9i4.934>
- The Royal Islamic Strategic Studies Centre. (2024). Home. *The Royal Islamic Strategic Studies Centre*. <https://rissc.jo/>
- Unit Pelayanan Kesehatan Kemenkes. (t.t.). *Penggunaan Obat Pada Saat Puasa*. Diambil 19 Juni 2024, dari <https://upk.kemkes.go.id/new/penggunaan-obat-pada-saat-puasa>