

Edukasi Kesehatan Minum Obat Gak Boleh Sembarangan: Waspada Interaksi Dengan Makanan dan Minuman di Puskesmas Juanda Samarinda

Tulus Pieter Jonathan Sihaloho¹, Nahdah Aulya Mustin¹, Noviyanty Indjar Gama^{2*}

¹ Program Studi Pendidikan Profesi Apoteker, Fakultas Farmasi, Universitas Mulawarman, Samarinda, Kalimantan Timur, ^{2,3} Laboratorium Penelitian dan Pengembangan Farmaka Tropis, Fakultas Farmasi, Universitas Mulawarman, Samarinda, Kalimantan Timur

*Corresponding author

E-mail: Noviyanty.gama@ff.unmul.ac.id*

Article History:

Received: August, 2026

Revised: August, 2026

Accepted: August, 2026

Abstract: Penggunaan obat yang tidak tepat, terutama akibat interaksi dengan makanan dan minuman, masih menjadi permasalahan yang dapat menurunkan efektivitas terapi dan meningkatkan risiko efek samping. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai aturan minum obat yang benar serta interaksi obat dengan makanan dan minuman. Kegiatan dilaksanakan di Puskesmas Juanda Samarinda dengan sasaran 39 pasien dan pengunjung puskesmas menggunakan metode penyuluhan tatap muka yang didukung media PowerPoint, leaflet, dan video edukasi. Evaluasi dilakukan melalui pre-test dan post-test yang masing-masing terdiri atas 10 pertanyaan. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta, ditandai dengan meningkatnya persentase jawaban benar dari 57,69% pada pre-test menjadi 95,13% pada post-test. Hasil ini menunjukkan bahwa promosi kesehatan merupakan strategi yang efektif untuk meningkatkan literasi masyarakat mengenai penggunaan obat yang aman dan rasional.

Keywords:

Interaksi Obat, Makanan Dan Minuman, Penggunaan Obat Rasional, Edukasi Kesehatan.

Pendahuluan

Penggunaan obat yang tepat merupakan salah satu faktor penting dalam keberhasilan. Namun, masih banyak masyarakat yang belum memahami bahwa makanan dan minuman tertentu dapat berinteraksi dengan obat sehingga memengaruhi efektivitas dan keamanannya (Valle et al., 2025). Interaksi tersebut dapat menyebabkan penurunan atau peningkatan efek obat yang akan menimbulkan kegagalan terapi dan efek samping yang tidak diinginkan (Tao et al., 2023)

Menurut World Health Organization (WHO), lebih dari 50% obat di dunia

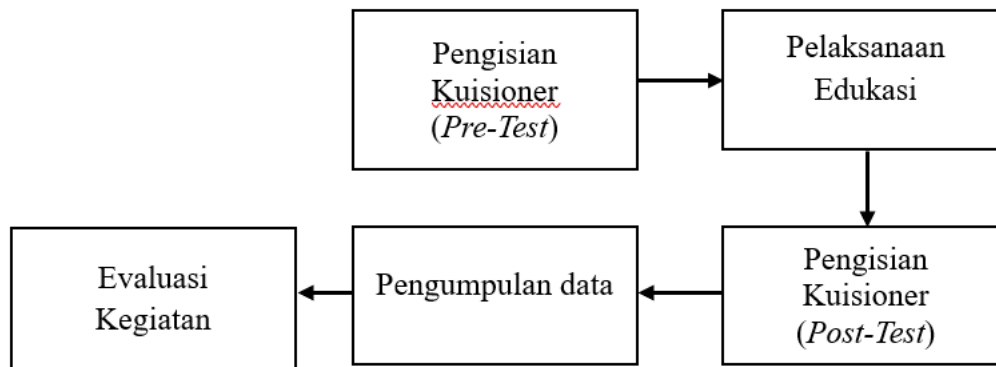
digunakan secara tidak rasional, baik dalam pemilihan, dosis, maupun cara penggunaannya (WHO, 2023). Salah satu penyebabnya adalah rendahnya literasi masyarakat mengenai penggunaan obat yang benar, termasuk pemahaman tentang interaksi obat dengan makanan dan minuman. Kondisi ini menunjukkan pentingnya edukasi kesehatan sebagai upaya promotif untuk meningkatkan penggunaan obat yang aman dan efektif.

Pasien Prolanis (Program Lansia Penyakit Kronis) Puskesmas Juanda Samarinda dipilih sebagai sasaran kegiatan karena rutin melakukan program pengecekan Kesehatan secara berkala, oleh karena itu, dilakukan kegiatan promosi kesehatan dengan tema “Minum Obat Gak Boleh Sembarangan: Waspada Interaksi dengan Makanan dan Minuman” yang bertujuan meningkatkan pemahaman masyarakat tentang aturan minum obat yang tepat, mengenalkan makanan dan minuman yang berpotensi berinteraksi dengan obat, serta meningkatkan kesadaran untuk menggunakan obat secara rasional dan aman dalam kehidupan sehari-hari.

Metode

Kegiatan ini dilaksanakan dengan metode edukasi kesehatan berbasis komunitas melalui penyuluhan tatap muka kepada pasien dan pengunjung Puskesmas Juanda Samarinda. Pelaksanaan kegiatan dilakukan sesuai dengan waktu yang telah disepakati bersama pihak puskesmas, dengan sasaran peserta yang hadir pada saat kegiatan berlangsung. Rangkaian kegiatan diawali dengan registrasi dan pre-test, dilanjutkan dengan penyampaian materi menggunakan slide PowerPoint, leaflet, dan video edukasi, kemudian sesi diskusi dan tanya jawab secara interaktif, serta diakhiri dengan post-test sebagai evaluasi peningkatan pengetahuan peserta. Keberhasilan kegiatan diukur dari peningkatan hasil pre-test dan post-test mengenai pemahaman peserta terhadap interaksi obat dengan makanan dan minuman. Adapun isi dari pre test dan post test dengan jumlah 10 soal sebagai berikut : 1) Benarkah waktu yang tepat untuk mengkonsumsi obat adalah 30-60 menit sebelum makan ataupun 2-3 jam setelah makan?, 2) Apakah perlu mengikuti petunjuk konsumsi obat seperti sebelum atau sesudah makan, 3) Apakah minum obat lebih baik dengan air putih ?, 4) Apakah interaksi obat dengan makanan dapat mengurangi manfaat obat atau bahkan menimbulkan efek yang merugikan pasien?, 5) Apakah mengkonsumsi obat dengan pisang berbahaya?, 6) Apakah mengkonsumsi obat dengan makanan berlemak berbahaya?, 7) Apakah mengkonsumsi obat dengan teh, kopi, ataupun susu berbahaya?, 8) Apakah mengkonsumsi obat dengan jus buah berbahaya?, 9) Apakah

mengonsumsi obat dengan makan tinggi garam berbahaya? dan 10) Apakah solusi menghindari interaksi dilakukan dengan memberikan jeda waktu minum obat?.



Gambar 1. Flowchart kegiatan Promosi Kesehatan

Hasil

Kegiatan promosi kesehatan dengan tema “Minum Obat Gak Boleh Sembarangan: Waspada Interaksi dengan Makanan dan Minuman” dilaksanakan di Puskesmas Juanda Samarinda sebagai upaya meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai penggunaan obat yang benar serta bahaya interaksi obat dengan makanan dan minuman. Kegiatan ini diikuti oleh 39 pasien dan pengunjung puskesmas. Tujuan utama kegiatan adalah memberikan pemahaman kepada masyarakat mengenai aturan minum obat yang tepat, jenis makanan dan minuman yang dapat berinteraksi dengan obat, serta cara mencegah terjadinya interaksi yang dapat menurunkan efektivitas terapi maupun meningkatkan risiko efek samping.



Gambar 2. Edukasi Kepada Pasien Prolanis Puskesmas Juanda, Samarinda

Rangkaian kegiatan diawali dengan proses registrasi peserta, kemudian dilanjutkan dengan pembukaan dan penjelasan mengenai tujuan pelaksanaan

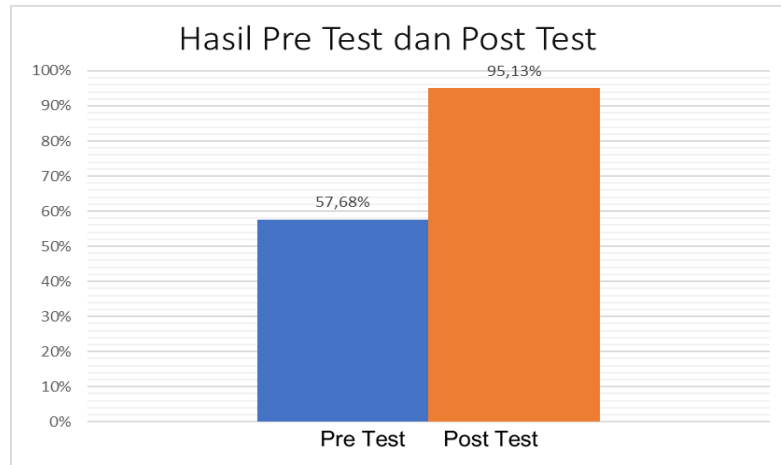
promosi kesehatan. Sebelum penyampaian materi, seluruh peserta mengerjakan pre-test untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal mengenai interaksi obat dengan makanan dan minuman. Selanjutnya, tim pelaksana menyampaikan materi edukasi menggunakan slide PowerPoint, leaflet, dan video edukasi sehingga informasi dapat diterima dengan lebih menarik dan mudah dipahami oleh peserta.

Setelah penyampaian materi, kegiatan dilanjutkan dengan sesi diskusi dan tanya jawab yang berlangsung secara interaktif. Peserta menunjukkan antusiasme yang tinggi dengan mengajukan berbagai pertanyaan mengenai kebiasaan mengonsumsi obat yang sering dilakukan di rumah. Untuk meningkatkan partisipasi, peserta yang mampu menjawab pertanyaan dengan benar diberikan doorprize sebagai bentuk apresiasi. Selanjutnya, seluruh peserta mengerjakan post-test untuk mengevaluasi peningkatan pengetahuan setelah memperoleh edukasi, dan kegiatan diakhiri dengan sesi foto bersama sebagai dokumentasi.

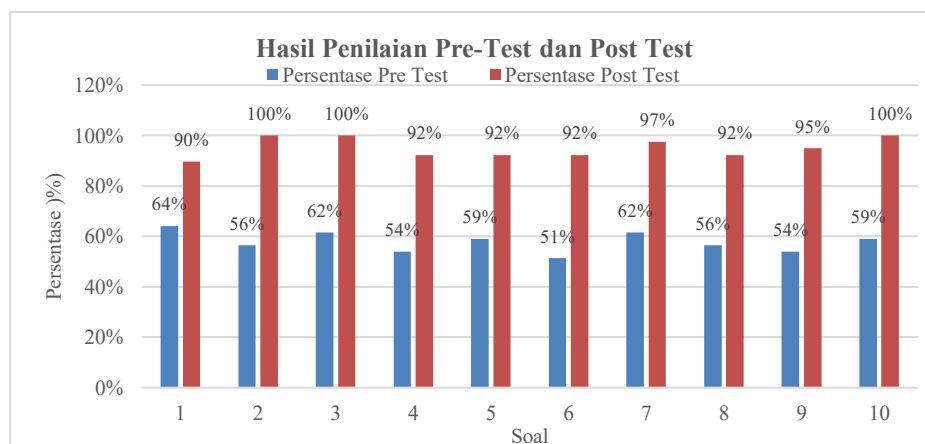


Gambar 3. Sesi Diskusi, Tanya Jawab dan Foto Bersama dengan pasien prolans

Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta setelah mengikuti promosi kesehatan. Persentase jawaban benar meningkat dari 57,69% pada pre-test menjadi 95,13% pada post-test. Hasil tersebut menunjukkan bahwa materi yang disampaikan dapat dipahami dengan baik oleh peserta dan metode edukasi yang digunakan efektif dalam meningkatkan pemahaman mengenai interaksi obat dengan makanan dan minuman.



Gambar 4. Persentase Nilai Pre Test dan Post Test Mengenai Pengetahuan Interaksi Obat dengan Makanan dan Minuman



Gambar 5. Persentase Keseluruhan Soal Pre Test dan Post Test

Diskusi

Interaksi obat dan makanan merupakan isu klinis yang relevan dalam praktik kesehatan karena asupan makanan dapat memengaruhi farmakokinetik apa yang tubuh lakukan terhadap obat – dan farmakodinamik apa yang obat lakukan terhadap tubuh sehingga berdampak pada kadar obat dalam darah serta respons klinis. Perubahan pada penyerapan, distribusi, metabolisme, dan ekskresi berpotensi memicu penurunan efek terapi maupun peningkatan efek samping apabila tidak dikenali sejak awal; kajian mengenai interaksi obat–makanan menegaskan bahwa pengaruh tersebut dapat terjadi sejak tahap absorpsi hingga metabolisme dan eliminasi (Omachi *et al.*, 2019).

Secara umum, interaksi obat–makanan dibedakan menjadi mekanisme farmakokinetik dan farmakodinamik. Pada interaksi farmakokinetik, makanan dapat

mengubah kadar obat melalui perubahan pH lambung, ikatan fisik obat oleh komponen pangan, atau modulasi enzim metabolisme seperti *cytochrome P450* (CYP). Contoh yang sering dikutip adalah jus *grapefruit* yang dapat menghambat CYP3A4 di usus sehingga meningkatkan kadar obat tertentu dan menaikkan risiko toksisitas, sedangkan sejumlah makanan lain dapat menginduksi enzim metabolisme sehingga efek obat melemah (Fajarwati, 2014).

Dari sisi lain, banyak obat per oral menunjukkan perbedaan respons ketika dikonsumsi bersama makanan, baik berupa peningkatan maupun penurunan absorpsi; tetrasiklin, misalnya, dapat mengalami penurunan absorpsi saat dikonsumsi dengan produk susu akibat pembentukan kompleks yang sulit diserap, sementara makanan tinggi lemak dapat meningkatkan kelarutan dan absorpsi beberapa obat lipofilik. Temuan tersebut memperlihatkan bahwa interaksi obat–makanan memiliki konsekuensi langsung terhadap keberhasilan terapi. Literasi yang rendah tentang aturan konsumsi, pemilihan jenis makanan, dan ketepatan waktu minum obat dapat mendorong penggunaan yang keliru, misalnya meminum obat bersamaan dengan makanan yang memperlambat atau mempercepat absorpsi tanpa memahami risikonya, atau mengabaikan anjuran jarak waktu konsumsi; karena itu, edukasi berbasis bukti diperlukan untuk menekan risiko efek samping serta menjaga efektivitas terapi (Febriyanti *et al.*, 2023).

Interaksi obat dengan makanan dan minuman merupakan salah satu faktor yang dapat memengaruhi keberhasilan terapi. Kurangnya pengetahuan masyarakat mengenai aturan penggunaan obat yang benar masih menjadi permasalahan yang sering dijumpai, sehingga berpotensi menyebabkan penurunan efektivitas obat maupun peningkatan risiko efek samping. Oleh karena itu, edukasi mengenai interaksi obat dengan makanan dan minuman menjadi langkah penting dalam meningkatkan penggunaan obat yang aman dan rasional (Mashar *et al.*, 2021).

Hasil kegiatan edukasi kesehatan menunjukkan bahwa pengetahuan pasien prolans Puskesmas Juanda Samarinda mengenai interaksi obat dengan makanan dan minuman mengalami peningkatan setelah diberikan edukasi. Hal ini terlihat dari persentase jawaban benar yang meningkat dari 57,68% pada *pre-test* menjadi 95,13% pada *post-test*. Berdasarkan hasil *pre-test* yang dilakukan sebelum pemberian edukasi mengenai interaksi obat dengan makanan dan minuman, diperoleh gambaran bahwa tingkat pengetahuan awal pasien Prolans masih berada pada angka 57,68% dari 10 pertanyaan yang diberikan. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian peserta telah memiliki pengetahuan dasar mengenai penggunaan obat, namun pemahaman mengenai bagaimana makanan dapat memengaruhi efektivitas dan keamanan terapi

masih belum optimal.

Pada pertanyaan pertama, yaitu *“Apakah interaksi obat dengan makanan dapat mengurangi manfaat obat atau bahkan menimbulkan efek yang merugikan pasien?”*, sebanyak 54% peserta menjawab benar. Hasil ini menunjukkan bahwa lebih dari separuh peserta telah mengetahui bahwa makanan dan obat dapat saling berinteraksi, tetapi masih terdapat hampir setengah peserta yang belum memahami konsep tersebut secara tepat. Persentase ini mengindikasikan adanya kebutuhan edukasi yang lebih mendalam terkait penggunaan obat yang aman. Interaksi obat dengan makanan merupakan kondisi ketika zat yang terkandung dalam makanan atau minuman mempengaruhi proses kerja obat di dalam tubuh. Interaksi tersebut dapat terjadi pada tahap absorpsi (penyerapan), distribusi, metabolisme, maupun ekskresi obat, yang pada akhirnya dapat menyebabkan penurunan efektivitas terapi atau peningkatan risiko efek samping (Handayani dkk., 2026).

Sebagai contoh, beberapa jenis makanan dapat memperlambat penyerapan obat sehingga kadar obat yang mencapai sirkulasi darah menjadi lebih rendah dan efek terapinya tidak optimal. Sebaliknya, terdapat pula makanan yang meningkatkan penyerapan obat sehingga meningkatkan risiko toksisitas. Kondisi ini menjadi semakin penting pada pasien Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis) karena sebagian besar pasien merupakan penderita penyakit kronis seperti hipertensi dan diabetes melitus yang menjalani terapi jangka panjang serta sering menggunakan lebih dari satu jenis obat (*polypharmacy*).

Menurut penelitian oleh Mahatthanatrakul et al. (2021), kurangnya pengetahuan pasien mengenai interaksi obat dan makanan dapat meningkatkan risiko ketidakefektifan terapi dan menurunkan keberhasilan pengobatan jangka panjang. Lalu, pada pertanyaan kedua, yaitu *“Apakah mengonsumsi obat dengan makanan berlemak berbahaya?”*, diperoleh 51% jawaban benar, yang merupakan persentase terendah dibandingkan pertanyaan lainnya. Hasil ini menunjukkan bahwa pengetahuan pasien mengenai pengaruh makanan berlemak terhadap terapi obat masih terbatas. Sebagian pasien kemungkinan memahami bahwa makanan memengaruhi kesehatan, tetapi belum mengetahui mekanisme pengaruhnya terhadap obat yang dikonsumsi.

Secara farmakologis, makanan tinggi lemak dapat memengaruhi kerja obat dengan beberapa mekanisme. Makanan berlemak dapat memperlambat pengosongan lambung sehingga mengubah waktu penyerapan obat. Selain itu, makanan berlemak juga dapat meningkatkan bioavailabilitas beberapa jenis obat yang larut lemak

sehingga meningkatkan kadar obat dalam darah (Schmidt & Dalhoff, 2020). Namun demikian, tidak semua obat akan mengalami efek yang sama; terdapat obat yang justru dianjurkan dikonsumsi bersama makanan untuk mengurangi iritasi lambung. Oleh karena itu, pasien perlu memahami bahwa konsumsi obat harus disesuaikan dengan petunjuk penggunaan masing-masing obat dan tidak dapat disamaratakan.

Pada pasien Prolanis, pemahaman mengenai konsumsi makanan berlemak menjadi penting karena pola makan tinggi lemak juga berkaitan dengan peningkatan risiko komplikasi penyakit kronis seperti hipertensi, dislipidemia, dan diabetes. Ketika pola konsumsi makanan tidak diperhatikan bersamaan dengan penggunaan obat, maka efektivitas terapi dapat menurun dan tujuan pengendalian penyakit menjadi tidak tercapai. Selanjutnya, pada pertanyaan ketiga "*Apakah mengonsumsi obat dengan makanan tinggi garam berbahaya?*", diperoleh 54% jawaban benar.

Hasil ini menunjukkan bahwa meskipun sebagian peserta telah memahami adanya hubungan antara pola makan dan pengobatan, masih terdapat proporsi yang cukup besar yang belum memiliki pengetahuan yang memadai. Makanan tinggi garam secara umum tidak selalu berinteraksi langsung dengan seluruh jenis obat, namun dapat memengaruhi kondisi klinis pasien dan keberhasilan terapi, terutama pada pasien hipertensi. Asupan natrium yang berlebihan diketahui berhubungan dengan peningkatan tekanan darah serta dapat menurunkan efektivitas terapi antihipertensi (WHO, 2023).

Pada pasien yang rutin mengonsumsi obat antihipertensi dalam program Prolanis, konsumsi makanan tinggi garam dapat menyebabkan target tekanan darah lebih sulit dicapai sehingga manfaat pengobatan menjadi tidak maksimal. Selain itu, pasien penyakit kronis sering kali berfokus pada kepatuhan minum obat tetapi kurang memperhatikan pola konsumsi makanan sehari-hari. Padahal, keberhasilan terapi penyakit kronis merupakan kombinasi antara kepatuhan penggunaan obat, pola makan, aktivitas fisik, serta pemahaman pasien terhadap pengelolaan penyakitnya (Kementerian Kesehatan RI, 2022).

Secara keseluruhan, hasil *pre-test* menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan awal pasien Prolanis mengenai interaksi obat dengan makanan dan minuman masih perlu ditingkatkan. Persentase jawaban benar yang hanya 57,68% menunjukkan bahwa sebagian besar peserta belum memiliki pemahaman yang kuat mengenai bagaimana makanan dapat memengaruhi efektivitas dan keamanan penggunaan obat. Kondisi ini memperkuat pentingnya pelaksanaan edukasi kesehatan secara terstruktur sebagai upaya promotif dan preventif agar pasien mampu menggunakan

obat secara rasional, meningkatkan kepatuhan terapi, dan mencegah kejadian yang tidak diinginkan akibat interaksi obat dengan makanan.

Selanjutnya, setelah dilakukan pemberian edukasi mengenai interaksi obat dengan makanan dan minuman, hasil *post-test* menunjukkan adanya peningkatan yang sangat signifikan pada tingkat pengetahuan pasien Prolanis. Berdasarkan hasil evaluasi, diperoleh 95,13% peserta memberikan jawaban benar terhadap pertanyaan yang diberikan setelah kegiatan edukasi dilaksanakan. Hasil ini menunjukkan bahwa intervensi edukasi yang dilakukan memberikan pengaruh positif terhadap pemahaman pasien mengenai penggunaan obat yang tepat dan aman dalam kaitannya dengan konsumsi makanan dan minuman.

Jika dibandingkan dengan hasil *pre-test* yang hanya menunjukkan tingkat jawaban benar sebesar 57,68%, maka peningkatan hingga mencapai 95,13% pada *post-test* menggambarkan adanya perubahan pengetahuan yang cukup besar setelah peserta memperoleh informasi dan penjelasan terkait materi yang diberikan. Peningkatan ini mengindikasikan bahwa sebelumnya masih terdapat kesenjangan pengetahuan mengenai konsep interaksi obat–makanan, namun setelah memperoleh edukasi, sebagian besar peserta mampu memahami materi yang disampaikan.

Menurut teori pembelajaran kesehatan yang dikemukakan oleh Notoatmodjo (2014), pengetahuan merupakan hasil dari proses penginderaan seseorang terhadap suatu objek yang diperoleh melalui pengalaman, pendidikan, maupun pemberian informasi. Dalam konteks edukasi kesehatan, peningkatan pengetahuan terjadi ketika individu menerima stimulus berupa informasi baru yang kemudian diproses dan dipahami sehingga menghasilkan perubahan pada aspek kognitif. Dengan demikian, peningkatan persentase jawaban benar pada *post-test* menunjukkan bahwa proses edukasi berhasil meningkatkan kemampuan pasien dalam menerima, memahami, dan mengingat informasi terkait interaksi obat dan makanan.

Peningkatan hasil *post-test* menjadi 95,13% juga menunjukkan bahwa metode edukasi yang diberikan dapat diterima dengan baik oleh pasien Prolanis. Edukasi kesehatan diketahui menjadi salah satu strategi efektif dalam meningkatkan literasi kesehatan dan kepatuhan pengobatan, terutama pada pasien penyakit kronis yang membutuhkan terapi jangka panjang. Menurut *World Health Organization* (WHO, 2013), pemberian edukasi kepada pasien merupakan komponen penting dalam meningkatkan kemampuan pasien untuk mengelola penyakitnya secara mandiri (*self-management*) dan meningkatkan keberhasilan terapi.

Pada pasien Prolanis, peningkatan pengetahuan memiliki implikasi yang

penting terhadap perilaku penggunaan obat. Pengetahuan yang baik mengenai interaksi obat dan makanan dapat membantu pasien untuk lebih berhati-hati dalam menentukan waktu konsumsi obat, memilih makanan yang sesuai selama terapi, serta mengurangi risiko penggunaan obat yang tidak tepat. Pengetahuan yang meningkat juga berpotensi meningkatkan kepatuhan pengobatan (*medication adherence*) karena pasien memahami alasan ilmiah di balik aturan penggunaan obat yang diberikan tenaga Kesehatan (Adongo *et al.*, 2025)

Hasil ini sejalan dengan penelitian Miller (2016) yang menyatakan bahwa edukasi kesehatan yang terstruktur mampu meningkatkan pengetahuan pasien dan berkontribusi terhadap perubahan perilaku kesehatan yang lebih baik. Semakin tinggi tingkat pengetahuan seseorang mengenai pengelolaan penyakit dan penggunaan obat, maka semakin besar kemungkinan individu tersebut menerapkan perilaku kesehatan yang tepat.

Dengan demikian, pencapaian 95,13% jawaban benar pada post-test menunjukkan bahwa edukasi mengenai interaksi obat dengan makanan dan minuman pada pasien Prolanis dapat dikatakan efektif dalam meningkatkan pengetahuan peserta. Peningkatan ini menjadi indikator bahwa materi dengan penggunaan media edukasi menggunakan slide presentasi, leaflet, dan video edukasi juga terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman peserta. Metode ceramah yang dipadukan dengan diskusi dan sesi tanya jawab memberikan kesempatan kepada peserta untuk menggalih informasi yang belum dipahami serta mengaitkan materi dengan kebiasaan penggunaan obat dalam kehidupan sehari-hari.

Selain meningkatkan pengetahuan, kegiatan ini juga meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya menggunakan air putih sebagai media utama untuk minum obat serta menghindari konsumsi obat bersamaan dengan makanan atau minuman yang dapat menimbulkan interaksi, seperti susu, teh, kopi, dan alkohol. Pemahaman tersebut diharapkan dapat mendorong perubahan perilaku masyarakat dalam menggunakan obat secara lebih aman dan rasional sehingga risiko kegagalan terapi maupun efek samping dapat diminimalkan.

Kesimpulan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa promosi kesehatan mengenai interaksi obat dengan makanan dan minuman yang dilaksanakan di Puskesmas Juanda Samarinda menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan kesadaran masyarakat dalam menggunakan obat secara benar dan rasional. Secara keseluruhan,

kegiatan promosi kesehatan berjalan dengan baik dan mendapat respons positif dari peserta. Tingginya peningkatan hasil pre-test dan post-test menunjukkan bahwa penyuluhan yang didukung media edukasi berupa slide presentasi, leaflet, dan video mampu meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai penggunaan obat yang aman dan rasional. Diharapkan pengetahuan yang diperoleh dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari sehingga masyarakat lebih berhati-hati dalam mengonsumsi obat dan dapat meminimalkan risiko interaksi obat dengan makanan maupun minuman.

Selain itu, kegiatan ini juga mendukung terbentuknya kebiasaan yang lebih baik dalam penggunaan obat, seperti menggunakan air putih sebagai media utama untuk minum obat serta lebih berhati-hati terhadap konsumsi obat bersama makanan atau minuman tertentu yang berpotensi menimbulkan interaksi. Oleh karena itu, kegiatan promosi kesehatan mengenai interaksi obat dengan makanan dan minuman perlu dilakukan secara berkelanjutan untuk mempertahankan dan meningkatkan literasi masyarakat sehingga penggunaan obat dapat berlangsung secara aman, efektif, dan rasional.

Pengakuan/Acknowledgements

Penulis menyampaikan terima kasih kepada Puskesmas Juanda Samarinda yang telah memberikan izin, dukungan, dan fasilitas sehingga kegiatan promosi kesehatan ini dapat terlaksana dengan baik. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada seluruh pasien dan pengunjung Puskesmas Juanda Samarinda yang telah berpartisipasi aktif dalam kegiatan ini.

Daftar Referensi

- Adongo, D. W., Adedia, D., Tandoh, A., Amekyeh, H., Asosega, K. A., Benneh, C. K., Lawluvi, E. Y., Ben, I. O., Hohoayi, A., Wiafe, E., Ofori-Amoah, J., Nanga, S., & Woode, E. (2025). Food-drug interactions: Modelling knowledge and attitude among healthcare professionals at the Ho Teaching Hospital. *PloS one*, 20(5), e0323793. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0323793>
- Fajarwati, Y. (2014). *Interaksi obat dengan makanan*. Repositori Institusi Universitas Padjadjaran. <https://repository.unpad.ac.id/handle/kandaga/260112120529>.
- Febriyanti, A. P., Akbar, P. W., Alfaizah, Q. N., Rif'al Maulana Ilham, M., Maharani, R., & Rahma, Y. A. (2024). Promosi Kesehatan dalam Rangka Peningkatan Pengetahuan Interaksi Obat-Makanan pada Masyarakat. *CARADDE: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 7(1), 42-50.

- Handayani, D., Cempaka, A. R., Anggraeny, O., & Nugroho, F. A. (2026). *Panduan Interaksi Obat dan Makanan untuk Ahli Gizi*. Universitas Brawijaya Press.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Pedoman Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis)*.
- Khairunnisa, K., Andriani, R., Wahyudi, W., Efri, P. M. H., & Saragi, D. R. F. (2025). Pengaruh Konsumsi Minuman Berkafein terhadap Kualitas Tidur Mahasiswa UIN Sumatera Utara Medan. *Sehat Rakyat: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 4(2), 196-205.
- Lusiana, R., Rahmi, A., Insani, N., Habibi, M. R., Rizky, I. F., Syekhan, M. A., ... & Putri, A. O. (2026). Edukasi Interaksi Obat dan Makanan dalam Mendukung Penggunaan Obat yang Aman pada Siswa SMK Farmasi Maharani Malang. *Jurnal Pengabdian Nasional (JPN) Indonesia*, 7(1), 128-137.
- Mahatthanatrakul, W., et al. (2021). Patient knowledge and awareness regarding food–drug interactions: A systematic review. *Pharmacy Practice*, 19(2).
- Mashar, H. M. I., Normila, N., Ramadhani, J., Dali, D., & Ismail, I. (2021). Memasyarakatkan Tanya 5O Dan Efek Interaksi Obat Pada Siswa MTsN 2 Kota Palangka Raya: Promoting “Tanya 5 O” and Effects of Drugs on Nutritional Status in Students of MTsN 2 Palangka Raya. *Jurnal Mandala Pengabdian Masyarakat*, 2(1), 25-32.
- Miller, T. A. (2016). Health literacy and adherence to medical treatment in chronic disease. *Patient Preference and Adherence*, 10, 1–7.
- Notoatmodjo, S. (2014). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Promosi Kesehatan Teori dan Aplikasi*. PT Asdi Mahasatya.
- Omachi, F., Kaneko, M., Iijima, R., Watanabe, M., & Itagaki, F. (2019b). Relationship between the effects of food on the pharmacokinetics of oral antineoplastic drugs and their physicochemical properties. *Journal of Pharmaceutical Health Care and Sciences*, 5(1). <https://doi.org/10.1186/s40780-019-0155-1>.
- Schmidt, L. E., & Dalhoff, K. (2020). Food–drug interactions. *Drugs*, 62(10), 1481–1502.
- Tao, R. E., Prajapati, S., Pixley, J. N., Grada, A., & Feldman, S. R. (2023). Oral Tetracycline-Class Drugs in Dermatology: Impact of Food Intake on

Absorption and Efficacy. *Antibiotics* (Basel, Switzerland), 12(7), 1152.
<https://doi.org/10.3390/antibiotics12071152>

U.S. Food and Drug Administration. (2022). *Medicines and alcohol: Important safety information*. Silver Spring, MD: FDA

U.S. Food and Drug Administration. (2024). *Grapefruit juice and some drugs don't mix*. Silver Spring, MD: FDA.

Valle, D. B., Cox, D. J., & Carr, B. R. (2025). Impact of Grapefruit Consumption on Plasma Concentrations of Psychiatric Medications through CYP3A4 Inhibition. *European Psychiatry*, 68(Suppl 1), S359–S360.
<https://doi.org/10.1192/j.eurpsy.2025.756>

World Health Organization. (2023). *Promoting rational use of medicines*. Geneva: World Health Organization.