

Upaya Peningkatan Dan Monitoring Obat, Kesehatan Fisik Serta Psikologis Pada Pasien Penyakit Kronis Selama Pandemi Covid-19

Istianatus Sunnah¹, Anasthasia Pujiastuti², Liyanovitasari³
^{1,2,3} Program Studi S1 Farmasi, Universitas Ngudi Waluyo

istihizna@yahoo.com¹

ABSTRAK

Perubahan pola penyakit di Indonesia dalam 30 tahun terakhir ini, menunjukkan bahwa penyebab kematian dan kesakitan terbesar bukan lagi penyakit infeksi dan menular, tetapi penyakit tidak menular seperti DM, jantung, stroke. Berbagai kalangan muda sampai manula, dengan tingkat perekonomian yang bervariasi mengalami penyakit ini. Angka kesakitan dikhawatirkan akan terus meningkat, seiring pola hidup masyarakat yang tidak aktif secara fisik. Penyakit tidak menular (PTM) ini, meski terkesan penyakit yang tidak membahayakan, tetapi membutuhkan pengobatan jangka lama. Kondisi masa pandemi Covid-19, menyebabkan timbulnya kecemasan baik terhadap perjalanan penyakit pada pasien prolans maupun kecemasan terhadap paparan virus CoV. Tujuan kegiatan ini dalam rangka memberikan edukasi, meningkatkan kepatuhan pasien prolans terhadap terapi dan mencegah terjadinya kecemasan yang berlebihan sehingga menimbulkan gangguan pada kesehatan jiwa selama pandemi Covid-19. Monitoring kesehatan termasuk kepatuhan pengobatan dilakukan melalui BUKU SAKU HARMONIS. Tingkat pemahaman peserta diperoleh dari pengisian kuisioner melalui link, yang selanjutnya dianalisis menggunakan statistika dan nilai persentase.

Berdasarkan hasil posttest, melalui kegiatan penyuluhan secara daring dapat meningkatkan pemahaman terhadap materi dengan p value 0,00 dan sebagian 90% peserta memiliki tingkat pemahaman dalam kategori baik dan sangat baik.

Kata Kunci : prolans, hipertensi, Diabetes Mellitus, kesehatan jiwa, pemahaman materi

ABSTRACT

Changes in disease patterns in Indonesia in the last 30 years show that the biggest causes of death and illness are no longer infectious and contagious diseases, but non-communicable diseases such as diabetes, heart disease, stroke. Various young people to the elderly, with varying economic levels experience this disease. It is feared that the morbidity rate will continue to increase, along with the lifestyle of people who are not physically active. This non-communicable disease (PTM), although it looks like a harmless disease, requires long-term treatment. The conditions during the Covid-19 pandemic caused anxiety both about the course of the disease in prolans patients and anxiety about exposure to the CoV virus. The purpose of this activity is to provide education, increase prolans patient adherence to therapy and prevent excessive anxiety that can cause mental health problems during the Covid-19 pandemic. Health monitoring including medication adherence is carried out through the HARMONIC POCKET BOOK. The level of understanding of the participants is obtained from filling out a questionnaire through a link, which is then analyzed using statistics and percentage values. Based on the results of the posttest, through online counseling activities can improve understanding of the material with a p value of 0.00 and some 90% of participants have a level of understanding in the good and very good categories.

Keyword : prolans, hipertention, Diabetes Mellitus, mental healthcare, understanding

1. PENDAHULUAN

Perubahan pola penyakit yang dialami Indonesia dalam 30 tahun terakhir ini, menunjukkan penyebab kematian dan kesakitan terbesar bukan lagi penyakit infeksi dan menular tetapi penyakit tidak

menular seperti DM, jantung, stroke. Penderitanya pun mengalami pergeseran, dari berbagai usia dan variasi tingkat perekonomian. Angka kesakitan ini dikhawatirkan akan terus meningkat seiring pola hidup masyarakat yang tidak aktif

secara fisik. Penyakit tidak menular (PTM) ini, meski terkesan penyakit yang tidak membahayakan, tetapi membutuhkan pengobatan jangka lama. Ketika ada anggota keluarga terserang PTM, maka perlu pengobatan dan perawatan jangka panjang. Hal ini tentunya dapat meningkatkan beban pembiayaan kesehatan oleh pemerintah, sekaligus meningkatkan beban ekonomi keluarga karena produktivitas dan perekonomian keluarga menurun. Demikian juga pasien harus mengkonsumsi obat jangka lama, merasa belum sembuh total, belum ada perbaikan kondisi pasien yang maksimal. Kondisi ini akan memicu terjadinya permasalahan dalam kesehatan jiwa dan mental seseorang. Gangguan kesehatan jiwa merupakan sindrom, pola perilaku atau kondisi psikologi seseorang yang secara klinik cukup bermakna dan secara khas berkaitan dengan suatu gejala (*distress, impairment, atau disability*). Setiap orang berpotensi mengalami gangguan kesehatan jiwa yang salah satu faktor risikonya adalah penyakit fisik yang bersifat kronis sepanjang berinteraksi dengan lingkungan dan terus terlibat dalam kemajuan zaman. Berdasarkan penelitian, sebanyak 24% responden yang menderita penyakit diabetes mellitus, tumor atau kanker mengalami gangguan mental emosional, sedangkan 34 % responden yang menderita hipertensi mengarah ke penyakit jantung, juga mengalami gangguan mental emosional. Sisanya dialami oleh respon dengan penyakit hepatitis, stroke, TBC. Hasil penelitian tersebut dapat dinyatakan bahwa dari sepuluh penderita penyakit kronis, dua sampai lima penderita mengalami gangguan mental emosional (berkisar 24 - 47%)(Widakdo and Besral, 2013).

Prolanis merupakan program pengelolaan penyakit kronis yang ditujukan untuk mencapai kualitas hidup yang optimal dengan indikator 75% pasien yang terdaftar,

berkunjung ke fasilitas kesehatan di lingkungannya. Umumnya pasien prolanis akan mendapatkan pengobatan dengan jumlah obat yang dikonsumsi lebih dari 2 macam. Faktor lupa minum obat pada pasien yang mendapatkan obat dalam jumlah banyak, tidak paham dengan aturan minum obat, takut akan efek samping, merasa sudah baik, akan menyebabkan kegagalan terapi dan *outcome* kualitas hidup yang optimal tidak akan tercapai (Srikartika, Cahya and Hardiati, 2015). Pasien prolanis hipertensi dan DM, selama ini tidak memerlukan pendampingan mengkonsumsi obat, seperti pasien TBC, yang perlu pendampingan PMO (Pengawas Minum Obat). Terlebih lagi, pasien prolanis umumnya berusia manula, yang kemungkinan lupa akan minum obat sangat tinggi. Selain itu, banyak sekali pasien yang memiliki persepsi, bahwa obat adalah racun, semakin banyak mengkonsumsi obat, maka akan memberikan efek buruk terhadap tubuh (Neswita, Almasdy and Harisman, 2016). Penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa kepatuhan pasien mengkonsumsi obat hipertensi akan meningkat dengan adanya pemberian *pillcard* (kartu minum obat). *Pillcard* ini memiliki kelebihan, mudah dipahami, mudah digunakan terutama untuk pasien yang mendapatkan regimen pengobatan yang kompleks (Ariyani, Hartanto and Lestari, 2018).

2. PERMASALAHAN MITRA

Kondisi pandemi Covid-19 yang terjadi dalam kurun waktu hampir setahun ini berdampak pada kesehatan mental semua orang. Adanya faktor-faktor seperti jarak dan isolasi sosial, resesi ekonomi, stress dan trauma, stigma dan diskriminasi pada seseorang yang terpapar virus CoV akan sangat berdampak pada kesehatan mental dan jiwa pasien prolanis (Winurini, 2020).

Kondisi pandemi ini menyebabkan pasien prolans menjadi cemas dan takut untuk memeriksakan kondisinya ke fasilitas kesehatan. Hal ini akan berpengaruh terhadap kesehatan jiwa seseorang. Kecemasan yang berlebihan, terutama pada kondisi penyakit kronisnya dan kecemasan terhadap paparan virus CoV, serta adanya pembatasan sosial dan jarak, maka perlu adanya upaya untuk tetap memberikan penyuluhan kepada pasien prolans meskipun tanpa tatap muka secara langsung. Salah satu cara untuk dapat berinteraksi dengan penderita prolans dalam kondisi pandemi Covid-19 yaitu penyuluhan melalui daring. Adanya pemberian informasi dan penyuluhan secara daring melalui sosial media ini, diharapkan para penderita penyakit kronis tetap dapat menjaga kesehatan jiwa, raga dan mental selama pandemi. Untuk mendukung gerakan tersebut, perlu adanya upaya motivasi masyarakat untuk rutin melakukan pemeriksaan, dan memonitoring hasil pemeriksaan serta pemantauan kepatuhan obat menggunakan BUKU SAKU HARMONIS (Sehat, Monitor Prolans). Buku ini berisi panduan dan catatan kesehatan pasien, termasuk panduan penatalaksanaan dan pemantauan terapi, catatan hasil laboratorium pasien DM dan hipertensi. Dalam BUKU SAKU HARMONIS ini juga akan diberikan panduan terapi non farmakologi dan pengelolaan kesehatan jiwa pada pasien DM dan hipertensi.

3. METODE PELAKSANAAN

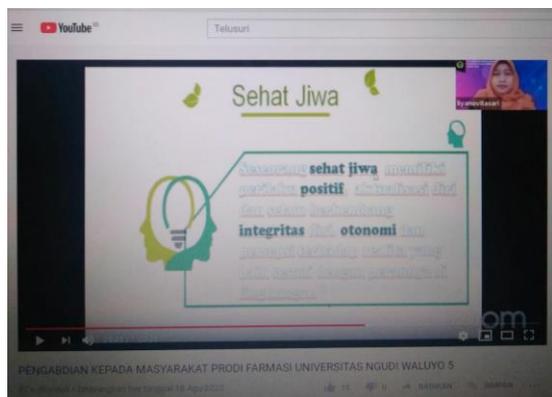
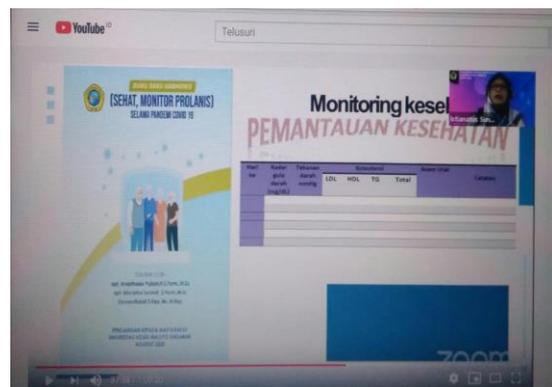
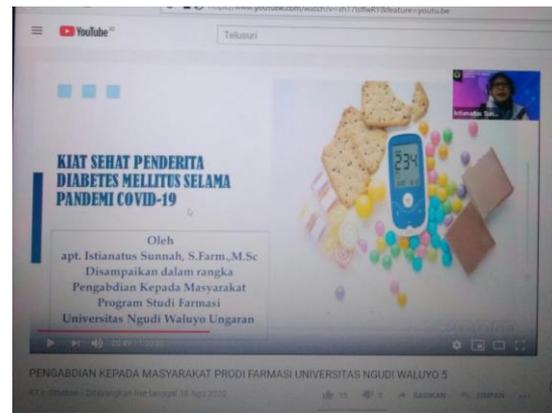
Penyampaian materi melalui ceramah, diskusi secara *online* tentang pentingnya pencegahan penyakit, penatalaksanaan terapi dan kesehatan jiwa dan mental pada prolans (DM dan hipertensi) serta metode untuk meningkatkan kepatuhan dan

monitoring terapi menggunakan aplikasi “BUKU SAKU HARMONIS” yang akan membantu penderita aktif dalam terapi obat dan melakukan pemeriksaan secara berkala selama pandemi, dilaksanakan pada bulan Agustus 2020 secara *live* melalui *chanel YouTube* <https://youtu.be/xhT7lsffwRY>. Diskusi dilaksanakan secara *online* melalui http://bit.ly/pertanyaan_untuktimGSB dan http://bit.ly/presensi_postes_pengmasGSB yang dibuka selama 2 bulan. Evaluasi dilakukan dengan membandingkan pemahaman sebelum dan sesudah penyampaian materi secara statistika menggunakan *t-test* dan persentase peserta yang dapat memahami materi dengan baik $\geq 80\%$. Hasil yang diperoleh merupakan indikator keberhasilan dari kegiatan pengabdian.

4. PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan judul “Upaya Peningkatan dan Monitoring Obat, Kesehatan Fisik Serta Psikologis pada Pasien Penyakit Kronis Selama Pandemi Covid-19” dilaksanakan selama Agustus 2020. Pelaksanaan kegiatan ini secara *live chanel YouTube* melalui *link* <https://youtu.be/xhT7lsffwRY>, dikarenakan masih berlangsungnya bencana nasional pandemi Covid-19 dan harus melaksanakan *social distancing*, sehingga tidak memungkinkan untuk bertatap muka secara langsung. Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat melalui *chanel YouTube* ini cakupannya menjadi lebih luas karena siapapun bisa mendapatkan informasi tentang materi yang disampaikan. Pelaksanaan pengabdian berupa penyuluhan dilakukan oleh 3 narasumber dengan alokasi waktu selama 60 menit. Penyuluhan pertama tentang penatalaksanaan penyakit hipertensi, penyuluhan kedua tentang kiat sehat pasien

diabetes mellitus selama pandemi Covid-19 serta BUKU SAKU HARMONIS dan penyuluhan ketiga tentang pengelolaan emosi dan kejiwaan sebagai pasien prolansis. Penyuluhan pertama tentang penatalaksanaan penyakit hipertensi menjelaskan tentang definisi penyakit hipertensi, klasifikasi, gejala dan faktor resiko penyakit hipertensi. Pada materi tersebut juga membahas tentang tatalaksana penyakit hipertensi meliputi terapi non farmakologi dan terapi farmakologi. Terapi non farmakologi berupa pola hidup sehat sangat dianjurkan bagi penderita penyakit hipertensi sehingga dapat mengendalikan peningkatan tekanan darahnya supaya berada pada tekanan yang normal. Pada penyuluhan ini disampaikan juga tentang jenis makanan yang harus dihindari atau dibatasi oleh penderita hipertensi, antara lain makanan yang berkadar lemak jenuh tinggi, makanan yang diolah dengan menggunakan garam natrium, makanan dan minuman dalam kaleng serta makanan atau minuman yang mengandung alkohol. Selain terapi non farmakologi pada penyuluhan ini juga disampaikan tentang terapi farmakologi. Terapi farmakologi merupakan terapi menggunakan obat-obatan yang diberikan oleh dokter berdasarkan pemeriksaan tekanan darah penderita hipertensi.



Gambar 1. Pelaksanaan Penyampaian Materi



Penyuluhan kedua tentang kiat sehat penderita Diabetes Mellitus (DM) selama pandemi Covid- 19. Pada penyuluhan kedua dijelaskan tentang definisi Diabetes Mellitus, klasifikasi penyakit DM, tanda-tanda DM, faktor pencetus DM, penegakan diagnosis DM, pelaksanaan tes toleransi glukosa oral, serta rekomendasi diabetesi untuk mencegah Covid-19. Selain itu pada sesi kedua juga dijelaskan tentang anjuran pola hidup sehat

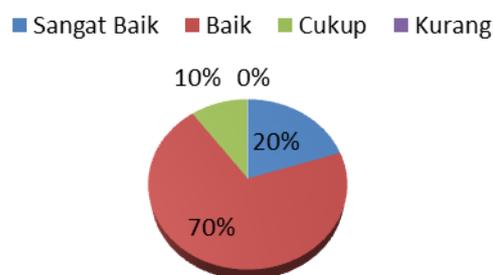
untuk penderita DM serta latihan fisik yang disarankan untuk penderita DM. Pada penyuluhan kedua ini juga dijelaskan tentang BUKU SAKU HARMONIS (SEHAT, MONITOR PROLANIS). Buku tersebut dapat digunakan untuk pemantauan kesehatan penderita DM dan hipertensi yang dapat berisi data hasil pemeriksaan laboratorium. Pada BUKU SAKU HARMONIS juga dapat digunakan untuk pemantauan kepatuhan penggunaan obat bagi penderita DM dan hipertensi. Manfaat dari adanya BUKU SAKU HARMONIS ini yaitu penderita dapat melakukan pencatatan hasil pemeriksaan laboratorium serta mencatat penggunaan obat-obat yang harus diminumnya sehingga diharapkan dengan mengisi BUKU SAKU HARMONIS tersebut penderita dapat lebih memonitoring penyakitnya dan lebih teratur serta patuh dalam melakukan pengobatan, dengan demikian terapi yang dilakukan lebih maksimal.

Penyuluhan ketiga tentang sehat jiwa lansia di era pandemi Covid-19, menjelaskan tentang pengertian sehat jiwa, tugas perkembangan lansia, penyebab lansia rentan Covid-19, masalah psikologis akibat Covid-19, serta intervensi psikososial lansia Covid-19. Pada materi ini juga menjelaskan tentang peningkatan ketahanan kesehatan jiwa dan psikososial lansia. Usaha peningkatan ketahanan kesehatan jiwa dan psikososial lansia dapat dilakukan dengan 5 cara yaitu fisik rileks, emosi positif, pikiran positif, perilaku positif serta relasi positif. Dengan melakukan 5 usaha peningkatan ketahanan kesehatan jiwa dan psikososial para lansia dapat hidup lebih baik dan terbebas dari Covid-19.

Program pengabdian masyarakat ini diikuti oleh 30 peserta secara *online*, yang dapat dilihat berdasarkan hasil pengisian *link* daftar hadir peserta pengabdian masyarakat

http://bit.ly/presensi_postes_pengmasGSB. Peserta mengisi data diri dan harus menjawab 10 pertanyaan *posttest* bersumber dari 3 materi yang telah disampaikan oleh para narasumber. Berdasarkan hasil *posttest*, dapat diketahui tingkat pemahaman para peserta terkait materi yang disampaikan termasuk pada kategori baik dengan nilai *posttest*nya berkisar antara 70 – 80 sebanyak 70% dari total peserta. Peserta yang termasuk kategori sangat baik dengan rentang nilai 90-100 terdapat 20%. Peserta dengan nilai 50-60 terdapat 10% yang termasuk kategori cukup. Rata-rata peserta menyatakan bahwa materi yang disampaikan menarik dan cukup jelas dalam penyampaian. Persentase hasil menunjukkan bahwa 90% peserta memiliki pemahaman materi dengan kategori baik-sangat baik.

Prosentase Kategori Pemahaman Materi



Gambar 2. Persentase kategori pemahaman peserta

Berdasarkan tabel (1) dapat diketahui bahwa pengetahuan peserta setelah diberikan psikoedukasi sehat jiwa lansia mengalami peningkatan rata-rata 8,23 dibandingkan sebelum diberikan psikoedukasi yakni rata-rata 4,80. Hasil *p-value* 0,000 menyatakan bahwa terdapat perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan psikoedukasi sehat jiwa.

Tabel 1. Distribusi frekuensi pengetahuan responden sebelum dan sesudah diberikan psikoedukasi sehat jiwa lansia

Kecemasan	Mean	SD	SE	t	p-value
Sebelum	4,80	1,472	0,269	-	0,000
Sesudah	8,23	1,569	0,286	13,370	

Pengetahuan merupakan hasil “tahu” dan terjadi setelah individu melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Pengindraan terhadap objek terjadi melalui panca indra penglihatan, pendengaran, penciuman, perasa dan peraba itu sendiri. Pada waktu pengindraan sampai menghasilkan pengetahuan tersebut sangat dipengaruhi oleh intensitas perhatian persepsi terhadap objek (Notoadmodjo, 2011).

5. KESIMPULAN

Program Pengabdian Kepada Masyarakat dalam kegiatan penyuluhan dapat menambah pengetahuan masyarakat tentang penatalaksanaan penyakit hipertensi dan Diabetes Mellitus serta kesehatan jiwa lansia pada masa pandemi Covid-19.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terima kasih kepada Kepala Pusat Pengabdian Kepada Masyarakat, LPPM Universitas Ngudi Waluyo, para peserta dan semua pihak yang telah membantu kelancaran kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

Ariyani, H., Hartanto, D. and Lestari, A. (2018) ‘Kepatuhan Pasien Hipertensi Setelah Pemberian Pill Card di RS X Banjarmasin’, *Journal of Current Pharmaceutical Sciences*, 1(2), pp. 81–88.

Neswita, E., Almasdy, D. and Harisman (2016) ‘Pengaruh Konseling Obat Terhadap Pengetahuan dan Kepatuhan Pasien Congestive Heart Failure’, *Jurnal Sains Farmasi & Klinis*, 2(May), pp. 295–302.

Notoatmojo, S., (2011), *Ilmu Perilaku Kesehatan*, Jakarta, Rineka Cipta

Srikartika, V. M., Cahya, A. D. and Hardiati, R. S. W. (2015) ‘Analisis Faktor Yang Memengaruhi Kepatuhan Penggunaan Obat Pasien Diabetes Mellitus’, *Jurnal Manajemen dan Pelayanan Farmasi*, (2011), pp. 205–212.

Widakdo, G. and Besral (2013) ‘Efek Penyakit Kronis terhadap Gangguan Mental Emosional’, *Kesmas, National Public Health Journal*, 7(7), pp. 309–316.

Winurini, S. (2020) ‘Permasalahan Kesehatan Mental Akibat Pandemi Covid-19’, *Info Singkat, Kajian Singkat terhadap Isu Aktual dan Strategis*, XII(15), pp. 13–18.