GAMBARAN KEPATUHAN DIET PADA ANGGOTA PROLANIS SELAMA PANDEMI COVID-19 DI DESA SUMURJOMBLANG BOGO, KEC. BOJONG, KAB. PEKALONGAN

Moh. Khotibul Umam, Windi Imaningtias, Nurul Hidayati Listyaningrum (Program Studi Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pekalongan)

Abstract

Non-communicable diseases (NCDs) are the leading causes of death and are responsible for the highest mortality rates in the world and in Indonesia. One of the programs for controlling NCDs especially hypertension and Diabetes at the Public Health Center (PHC) is Prolanis. One of the Prolanis programs is the monitoring of dietary adherence among Prolanis members. A descriptive research design was used as research method. The samples of this study were 34 Prolanis members in Sumurjomblang Bogo Village, the working area of Puskesmas Bojong 2. The results showed that the majority of Prolanis members in Sumurjomblang Bogo did not compliant the right schedule of diet (80%), the right type of diet (60%), and the right number of diet (60%) for diabetes mellitus and hypertension. This may be due to lack of monitoring from health workers. Therefore, the results of this study are expected for an online diet counseling and monitoring program involving families of prolanis members during covid-19 pandemic.

Keywords: Diet; NCDs; Prolanis

Abstrak

Penyakit Tidak Menular (PTM) saat ini bertanggung jawab terhadap kematian tertinggi di dunia dan di Indonesia. Salah satu program untuk pengendalian PTM di Puskesmas adalah Prolanis. Salah satu program Prolanis adalah pemantauan kepatuhan diet pada anggota. Kegiatan Prolanis termasuk pemantauan kepatuhan diet di Puskesmas Bojong 2 terhambat dikarenakan pandemi covid-19. Untuk mengetahui gambaran kepatuhan diet pada anggota prolanis digunakan desain penelitian deskriptif sebagai metode penelitian. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 34 anggota Prolanis di Desa Sumurjomblang Bogo wilayah kerja Puskesmas Bojong 2. Hasil penelitian menunjukkan bahwa anggota Prolanis di Sumurjomblang Bogo tidak patuh terhadap tepat jadwal (80%), tepat jenis (60%), dan tepat jumlah (60%) diet untuk penyakit diabetes mellitus dan hipertensi. Dapat disimpulkan bahwa ketidakpatuhan diet pada responden mungkin disebabkan karena kurangnya pemantauan dari petugas kesehatan. Sehingga hasil penelitian diharapkan bisa menjadi dasar program konseling dan pemantauan diet secara online dengan melibatkan keluarga anggota prolanis selama pandemi covid-19.

Kata kunci: Diet; Penyakit Tidak Menular; Prolanis

PENDAHULUAN

Penyakit Tidak Menular (PTM) kronis merupakan yang memiliki durasi waktu yang lama dan biasanya dalam proses penyakit yang lambat. PTM kronis, seperti Diabetes Mellitus (DM), hipertensi, penyakit jantung, kanker dan stroke menjadi penyebab kematian sebesar 70% dari kematian di dunia ¹. Prevalensi PTM di Indonesia masih cukup tinggi. Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, menunjukkan bahwa prevalensi

penduduk dengan tekanan darah tinggi (hipertensi) sebesar 34,11% dan 8,5% menderita diabetes mellitus ². Prevalensi penyakit hipertensi dan diabetes mellitus di Provinsi Jawa Tengah masih menempati proporsi terbesar dari seluruh PTM yang dilaporkan ditahun 2019. Sekitar 68,6% menderita hipertensi dan 13,4% menderita diabetes mellitus dari jumlah kasus baru PTM yaitu 3.074.607 jiwa. Sedangkan data di Kabupaten Pekalongan, jumlah estimasi penderita hipertensi adalah 228.864 jiwa dan jumlah penderita diabetes mellitus sebanyak 13.398 jiwa ³

Sebagai upaya untuk meningkatkan kualitas hidup penderita Hipertensi dan DM tipe 2, Pemerintah melalui Badan Penyelenggaraan Jaminan Sosial Kesehatan (BPJS Kesehatan) bekerja sama dengan Puskesmas untuk melaksanakan Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis). Prolanis merupakan pelayanan kesehatan dan pendekatan proaktif yang dilaksanakan terintegratif dengan melibatkan peserta, fasilitas kesehatan, dan BPJS kesehatan ⁴. Kegiatan Prolanis ini mencakup upaya-upaya pencegahan komplikasi berlanjut dan peningkatan kesehatan masyarakat, yaitu meliputi kegiatan konsultasi medis, klub prolanis, *home-visit*, dan skrining kesehatan. Kegiatan Prolanis lebih mengutamakan kemandirian peserta dan sebagai upaya promotif serta preventif dalam penanggulangan penyakit kronis. Tujuan Prolanis mendorong peserta penyandang penyakit kronis mencapai kualitas hidup optimal dan 75% peserta memiliki hasil "Baik" pada pemeriksaan spesifik terhadap penyakit DM tipe II dan Hipertensi sehingga dapat mencegah timbulnya komplikasi penyakit ⁴⁻⁵. Berdasarkan hasil penelitian epidemiologi didapatkan hasil bahwa lanjut usia (lansia) yang mengalami gangguan penyakit kronis cenderung mempengaruhi tingkat kualitas hidupnya ⁶.

Kegiatan Prolanis juga menjadi salah satu program di Puskesmas Bojong 2 Kabupaten Pekalongan yang sudah rutin dilaksanakan setiap bulannya. Berdasarkan hasil wawancara dengan koordinator Prolanis Puskesmas Bojong 2, terdapat 34 anggota peserta prolanis yang aktif di Desa Sumurjomblangbogo, 22 diantaranya menderita DM tipe 2 dan 12 lainnya menderita hipertensi. Kegiatan Prolanis yang dilakukan di Puskesmas Bojong 2 Kabupaten Pekalongan diantaranya adalah pemeriksaan kesehatan, pemantauan dan pengendalian gula darah dan tekanan darah, konsultasi kesehatan, penyuluhan serta kegiatan senam rutin. Kader kesehatan di Desa Sumurjomblangbogo sangat aktif membantu tenaga kesehatan selama kegiatan Prolanis. Namun setelah adanya pandemi Covid-19 pemantauan dan pengendalian anggota Prolanis kurang terpantau dengan baik. Kegiatan rutin yang dapat dilakukan adalah pemeriksaan tekanan darah, gula darah sewaktu serta pemberian obat setiap sebulan sekali tanpa memberikan penyuluhan maupun kegiatan lainnya seperti pemantauan diet. Oleh sebab itu, penelitian survei ini bertujuan untuk mengetahui gambaran kepatuhan diet anggota Prolanis di Desa Sumurjomblangbogo, Wilayah Kerja Puskesmas Bojong 2, Kabupaten Pekalongan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah anggota Prolanis di wilayah kerja Puskesmas Bojong 2 Kabupaten Pekalongan dengan. Teknik sampling dalam penelitian ini menggunakan total sampling dengan kriteria inklusi yaitu penderita DM dan hipertensi yang terdaftar mengikuti kegiatan Prolanis di Puskesmas Bojong 2. Sedangkan anggota yang sedang sakit tidak berpartisipasi dalam penelitian ini. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 34 anggota prolanis Desa Sumurjomblangbogo yang terdaftar di Puskesmas Bojong 2. Pengumpulan data menggunakan Kuesioner Kepatuhan Diet DM tipe 2 dan Hipertensi. Kuesioner ini terdiri dari 32 pertanyaan yang meliputi tepat jadwal, tepat jenis, dan tepat jumlah. Tingkat kepatuhan diet dikategorikan dalam 2 kategori yaitu Patuh dan Tidak Patuh.

HASIL PENELITIAN

Berdasarkan data yang ditampilkan dalam tabel 1, mayoritas (88,2%) anggota prolanis berjenis mayoritas berjenis kelamin perempuan, berusia 55-65 tahun (41,2%), berpendidikan SD (64,7%), dan pekerjaan IRT (44,1%). Mayoritas (64,7%) responden menderita diabetes mellitus.

Tabel 1. Distribusi karakteristik responden (n = 34)

			- /
Variabel	Kategori	Frekuensi	Presentase (%)
Jenis kelamin	Perempuan	30	88,2
	Laki-laki	4	11,8
Usia	45-54 tahun	14	41,2
	55-65 tahun	14	41,2
	>65 tahun	6	17,6
Pendidikan	Tidak sekolah	1	2,9
	SD	22	64,7
	SMP	9	26,5
	SMA	2	5,9
Pekerjaan	Petani	5	14,7
	Buruh	6	17,6
	Wiraswasta	2	5,9
	IRT	15	44,1
	Pedagang	1	2,4
	Lainnya	5	14,7
Diagnosa Medis	Hipertensi	12	35,3
	Diabetes Mellitus	22	64,7

Berdasarkan data pada tabel 3 menunjukan bahwa mayoritas (80%) anggota prolanis tidak patuh terhadap jenis diet, tidak patuh terhadap jadwal diet (60%), tidak patuh terhadap jumlah diet (60 %).

			\ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \
Variabel	Kategori	Frekuensi	Persentase
Tepat jenis diet	Patuh	7	20 %
	Tidak patuh	27	80 %
Tepat jadwal diet	Patuh	14	40 %
	Tidak patuh	20	60 %
Tepat jumlah diet	Patuh	14	40 %
	Tidak patuh	20	60 %

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang karakteristik responden menunjukan bahwa kebanyakan anggota prolanis adalah penderita diabetes mellitus dan berjenis kelamin perempuan berusia 55-65 tahun dengan latar belakang pendidikan SD dan bekerja sebagai Ibu Rumah Tangga (IRT). Hal ini sejalan dengan hasil Riskesdas tahun 2018 bahwa prevalensi diabetes mellitus pada perempuan lebih tinggi dibandingkan laki-laki, dengan perbandingan 1,78% terhadap 1,21%. Hal ini mungkin disebabkan karena gaya hidup perempuan yang berbeda dengan laki-laki seperti aktivitas fisik dan pola makan yang dilakukan. Sedangkan hasil survei kepatuhan diet pada responden didapatkan hasil sebagian besar anggota prolanis tidak patuh pada jenis diet, jadwal diet dan jumlah diet. Dampak dari ketidakpatuhan ini dirasakan oleh beberapa responden yang memiliki kadar gula darah yang cukup tinggi (>200mg/dL). Walaupun belum ada keluhan yang parah dari kondisi yang dialami. Hal ini mungkin disebabkan kurang adanya pemantauan dan penyuluhan kesehatan kepada peserta prolanis mengenai penyakit, komplikasi maupun akibat dari tidak patuhnya melakukan diet dikarenakan masih adanya pandemi Covid-19 dan harus melaksanakan social distancing. Sehingga tidak memungkinkan untuk bertatap muka secara langsung. Hal ini sejalan dengan penelitian 7 dimana penderita penyakit kronik seperti diabetes melitus dan hipertensi yang mendapatkan konsultasi dan edukasi dalam prolanis akan menunjukkan kepatuhan yang lebih baik, terhindar dari komplikasi penyakit dan memiliki kualitas hidup yang lebih baik. Tenaga kesehatan memiliki peran penting dalam kegiatan konsultasi dan edukasi walaupun di tengah-tengah masa pandemi. Konsultasi dan edukasi dapat dilakukan secara online atau melakukan kunjungan dengan protokol kesehatan yang ketat. Supaya anggota prolanis dengan DM dan hipertensi yang menjadi kelompok risiko tinggi terpapar Covid-19 tetap terpantau kondisi kesehatannya.

Kondisi pandemi Covid-19 yang terjadi dalam kurun waktu hampir 2 tahun ini berdampak pada kesehatan mental semua orang. Adanya faktor-faktor seperti jarak dan isolasi sosial, stress, stigma dan diskriminasi pada seseorang yang terpapar Covid-19 akan berdampak pada kesehatan mental dan jiwa pasien prolanis ⁸. Kondisi pandemi ini menyebabkan pasien prolanis menjadi cemas dan takut untuk memeriksakan kondisinya maupun konseling ke fasilitas kesehatan. Kecemasan yang berlebihan, terutama pada

kondisi penyakit kronisnya dan kecemasan terhadap paparan Covid-19, serta adanya pembatasan jarak, maka perlu adanya upaya untuk tetap memberikan penyuluhan dan pemantauan kepada peserta prolanis meskipun tanpa tatap muka secara langsung. Salah satu cara untuk dapat berinteraksi dengan anggota prolanis dalm kondisi pandemi Covid-19 yaitu penyuluhan maupun konseling melalui *online* atau dalam jaringan (daring). Adanya pemberian informasi melalui daring, diharapkan para anggota prolanis tetap dapat menjaga kesehatannya, mematuhi anjuran-anjuran yang diberikan dan terpantau aktivitas yang dilakukan termasuk program diet yang dijalankan. Selain itu juga dapat melibatkan anggota keluarga untuk ikut serta dalam membantu penggunaan media untuk proses konsultasi *online* dan pemantauan kepatuhan diet anggota prolanis.

Hasil penelitian lain menunjukkan bahwa dukungan keluarga adalah bagian penting dalam manajemen penyakit kronis, karena anggota keluarga dapat ikut serta dalam banyak aspek aktivitas wajib perawatan kesehatan pasien diabetes maupun hipertensi 9-11. Hal ini juga dijelaskan dalam penelitian lain yang menyebutkan bahwa salah satu yang dapat dilakukan untuk mengatasi pasien yang melanggar diet adalah dengan cara keluarga yang memberikan dukungan secara emosi 12. Dukungan emosi yang diberikan oleh keluarga kepada pasien sangat mempengaruhi proses penyembuhan lewat pemberian perhatian, rasa cinta, dihargai dapat menjadi dukungan yang besar untuk patuh dalam menjalankan diet. Berdasarkan penelitian lain juga menunjukkan bahwa dukungan sosial berpengaruh positif terhadap kesehatan psikologis, kesejahteraan fisik dan kualitas hidup seseorang ¹³⁻¹⁴. Dukungan sosial tersebut antara lain dukungan yang berasal dari keluarga. Dukungan sosial didapatkan melalui jaringan sosial yang terdiri dari anggota-anggota yang dapat menceritakan keluh kesah dan nasehat ¹⁵. Sehingga dukungan yang paling mungkin adalah dukungan keluarga dan petugas kesehatan. Keterlibatan keluarga diharapkan dapat mendorong penyandang PTM untuk patuh minum obat, berperilaku hidup sehat, dan atau memodifikasi gaya hidup yang lebih sehat 16. Keterbatasan penelitian ini adalah belum dilakukan survey kepatuhan diet DM dan Hipertensi dengan kuesioner yang sama sebelum terjadi pandemi covid-19, sehingga tidak dapat dibandingkan gambaran kepatuhan diet sebelum dan selama pandemi covid-19.

SIMPULAN DAN SARAN

Ketidakpatuhan dalam program diet anggota prolanis disebabkan oleh kurangnya informasi dan pemantauan mengenai diet Diabetes dan Hipertensi. Sebagian besar responden tidak patuh terhadap tepat jadwal (80%), tepat jenis (60%), dan tepat jumlah (60%) diet untuk penyakit diabetes mellitus dan hipertensi. Hal ini mungkin disebabkan karena adanya pandemi Covid-19, sehingga petugas kesehatan terbatas dalam melakukan

penyuluhan maupun pemantauan secara langsung kepada anggota prolanis. Oleh karena itu, petugas kesehatan diharapkan tetap memberikan penyuluhan, informasi maupun konseling kepada anggota prolanis baik secara langsung maupun daring dengan melibatkan anggota keluarga untuk membantu pemantauan kepatuhan program pengobatan dalam jangka panjang.

DAFTAR PUSTAKA

- 1. Kemenkes RI. 2019. Profil penyakit tidak menular tahun 2019. Jakarta : Kementerian Kesehatan RI.
- 2. Kemenkes RI. 2020. Profil Kesehatan Indonesia tahun 2019. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- 3. Dinas Kesehatan Jawa Tengah. 2019. Profil kesehatan provinsi jawa tengah tahun 2019. Semarang: Dinas Kesehatan Jawa Tengah.
- 4. Idris, F. 2016. Panduan Praktis PROLANIS (Program Pengelolaan Penyakit Kronis). Jakarta: BPJS Kesehatan.
- 5. BPJS Kesehatan. 2016. Panduan klinis prolanis hipertensi BPJS kesehatan. Jakarta : BPJS Kesehatan.
- 6. Yusup, L. 2015. Rahasia Tetap Muda Hingga Lansia. Jakarta: Gramedia Pustaka.
- 7. Nugraheni, A.Y. Pengaruh Konseling Apoteker dengan Alat Bantu pada Pasien Diabetes Mellitus. Journal of Management and Pharmacy Practice. 2015; 5 (4): 225-232.
- 8. Winurini, S. 2020. Permasalahan Kesehatan Mental Akibat Pandemi Covid-10. Info Singkat, Kajian Singkat terhadap Isu Aktual dan Stratgis, XII (15), pp. 13-18.
- 9. Yusra. 2015. Hubungan Antara Dukungan Keluarga dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di Poliklinik Penyakit Dalam RSUP Fatmawati Jakarta. Tesis. Jakarta: Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia.
- 10. Herawati, N., M. Sapang., dan Harna. Kepatuhan diet dan aktivitas fisik pasien diabetes mellitus tipe 2 yang sudah mengikuti prolanis. Nutrire Diatia. 2020;12 (1): 16-22.
- 11. Novian, A. Kepatuhan diit pasien hipertensi. Jurnal Kesehatan Masyarakat. 2013; 9(1):100-105.
- Kartika, I. K., dan Nida, H. Dinamika Emosi Kepatuhan Diet pada Pasien Diabetes Mellitus. Jurnal Penelitian Psikologi. 2018;1(13):11-20 .lib.ugm.ac.id/digitasi/upload/2732_MU.11110019.pdf. (Sitasi 24 Maret 2018).
- 13. Jin, O.C.Assessment of Factors Associated with The Quality of Life in Korean Type 2 Diabetic Patients. International Medicine. 2017; 52: 179-185.
- 14. Sari, G.P., S. Chasani., Tjokorda, G.D.P., S. Hadisaputro., H. Nugroho. 2017. Faktor risiko yang berpengaruh terhadap terjadinya hipertensi pada penderita diabetes mellitus

- tipe II di wilayah Puskesmas Kabupaten Pati, Jurnal Epidemiologi Kesehatan Komunitas. 2017; 2 (2): 54-61.
- 15. Niven, N. 2017. Psikologi Kesehatan Pengantar untuk Perawat & Profesional Kesehatan Lain. Jakarta : EGC.
- 16. Infodatin. 2020. Tetap produktif, cegah dan atasi diabetes mellitu. Jakarta: Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI.