

Peningkatan Kemandirian Pasien Prolanis Klinik SWA dalam Pemenuhan Kebutuhan Gizi

Siti Wahyuningsih^{1*}, Ari Tri Astuti², Fera Nofiantika³, Faras Wardianingsih⁴

¹*Universitas Respati Yogyakarta, sitiwahyuningsih@respati.ac.id

²Universitas Respati Yogyakarta, aritriastuti@respati.ac.id

³Universitas Respati Yogyakarta, fera.nofiantika@mail.ugm.ac.id

⁴Universitas Respati Yogyakarta, faraswardianingsih26@gmail.com

*penulis korespondensi

ABSTRAK

Penyakit kronis merupakan penyakit yang sulit dihadapi sehingga perlu penanganan khusus bagi penderita seperti hipertensi dan DM. Pemerintah melalui BPJS memberi pelayanan bagi penderita hipertensi dan DM dengan membentuk Prolanis. Prolanis Klinik SWA belum rutin memberikan edukasi gizi mengenai pentingnya pemantauan status gizi pasien secara mandiri dan pemenuhan kebutuhan gizi. Oleh sebab itu diperlukan intervensi edukasi gizi bagi pasien yang dilakukan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PKM). Tujuan kegiatan PKM yaitu meningkatkan pelayanan kesehatan dengan pemberian edukasi di bidang gizi sehingga pasien dapat memantau status gizi dan memenuhi kebutuhan gizi secara mandiri. Kegiatan PKM meliputi: pelatihan penentuan status gizi dan penyuluhan pemenuhan kebutuhan gizi bagi pasien prolanis dengan hipertensi dan DM. Kegiatan dilaksanakan secara luring pada hari Rabu 26 Juli 2023 dan Minggu 30 Juli 2023. Peserta pelatihan dan penyuluhan sebanyak 23 orang. Media edukasi yang digunakan berupa power point, leaflet, timbangan dan microtoice. Tingkat kehadiran peserta PKM mencapai 76,67%. Pelaksanaan pelatihan dan penyuluhan berjalan dengan lancar. Peserta aktif dan antusias dalam mengikuti pelatihan dan penyuluhan. Peserta dapat menjawab semua pertanyaan yang diajukan oleh pemateri di akhir sesi penyuluhan. Peserta diminta mencoba melakukan pengukuran berat badan dan tinggi badan. Terdapat perbedaan pengetahuan pasien prolanis hipertensi sebelum dan sesudah diberi penyuluhan ($p= 0,001$). Tidak terdapat perbedaan pengetahuan pasien prolanis DM sebelum dan sesudah diberi penyuluhan ($p= 0,118$). Pelatihan penentuan status gizi dapat meningkatkan ketrampilan pasien prolanis hipertensi dan DM dalam memantau status gizi secara mandiri. Penyuluhan pemenuhan kebutuhan gizi dapat meningkatkan pengetahuan pasien prolanis hipertensi dan DM dalam memenuhi kebutuhan gizi.

Kata Kunci: Status Gizi; Kebutuhan Gizi; Pasien Prolanis; Mandiri

ABSTRACT

Chronic diseases are diseases that are difficult to deal with so they require special treatment for sufferers such as hypertension and DM. The government, through BPJS, provides services for hypertension and DM sufferers by establishing Prolanis. Prolanis of Clinic SWA does not routinely provide nutritional education regarding the importance of monitoring patients' nutritional status independently and meeting nutritional requirements. Therefore, nutritional education interventions are needed for patients. The objective of PKM activities to improve health services by providing education in the field of nutrition so that patients can monitor nutritional status and meet nutrition requirements independently. PKM activities included: training in determining nutritional status and counseling on fulfilling nutrition requirements for prolanis patients with hypertension and DM. The activities were held offline on Wednesday, July 26th 2023 and Sunday, July 30th 2023 at the Clinic SWA, with 23 training and counseling participants. Educational media used power points, leaflets, scales and microtoice. Participants in extension activities achieved 76,67% of the planned targets. Implementation of training and counseling went smoothly. Training and counseling participants were very active and enthusiastic. Participants could answer all questions raised by the speaker at the end of the counseling session. Participants were asked to try to measure their weight and height. There was a difference in the knowledge of hypertensive prolanis patients before and after being given counseling ($p= 0.001$). There was no difference in the knowledge of DM prolanis patients before and after being given counseling ($p= 0.118$). Training in determining nutritional status could improve the skills of hypertensive and DM prolanis patients in monitoring nutritional status independently. Counseling on

fulfilling nutritional needs could increase the knowledge of hypertensive and DM prolanis patients in meeting nutrition requirements.

Keywords: *Nutritional Status; Nutrition Requirements; Prolanis Patients; Independent*

1. PENDAHULUAN

Penyakit kronis merupakan penyakit yang sulit dihadapi karena sifat penyakitnya, perawatannya dan penyakit kronis harus diderita untuk waktu yang lama. Jika penanganan penyakit kronis tidak dilakukan secara intensif dan berkelanjutan, maka akan berdampak dan menjadi beban keluarga. Oleh sebab itu perlu penanganan khusus bagi penderita penyakit kronis, seperti Diabetes Mellitus dan hipertensi. Penanganan yang intensif bagi penderita memberi manfaat berupa mengenali tanda bahaya dan dapat dilakukan tindakan secepatnya apabila mengalami kegawatdaruratan. Jaminan Kesehatan Nasional sejak Januari 2014, sesuai amanah Undang-Undang No. 40 Tahun 2004 tentang Sistem Jaminan Sosial Nasional dan Undang-Undang Nomor 24 Tahun 2011 tentang BPJS, maka Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama (Puskesmas) sebagai garda terdepan dalam memberikan pelayanan kepada masyarakat dapat melaksanakan prolanis. Faskes tingkat pertama dapat bekerjasama dengan BPJS melakukan pembinaan bagi penderita penyakit kronis (1). Pemerintah melalui BPJS memberi pelayanan bagi penderita penyakit kronis seperti DM dan hipertensi dengan membentuk Program pengelolaan penyakit kronis (Prolanis) (2). Prolanis tidak hanya dilaksanakan di Puskesmas tetapi fasilitas kesehatan tingkat pertama lainnya juga dapat melaksanakan.

Program pengelolaan penyakit kronis (Prolanis) merupakan sistem pelayanan kesehatan dan pendekatan proaktif yang dilaksanakan terintegrasi melibatkan Peserta, Penyedia Pelayanan Kesehatan (PPK) dan BPJS dalam rangka pemeliharaan kesehatan bagi peserta askes yang menderita penyakit kronis untuk mencapai kualitas hidup yang optimal dengan biaya pelayanan kesehatan yang efektif dan efisien (3). Penyakit kronis yang termasuk dalam prolanis adalah DM tipe 2 dan hipertensi (4). Tujuan prolanis adalah untuk mendorong penderita penyakit kronis mencapai kualitas hidup optimal dengan indikator 75% peserta terdaftar yang berkunjung ke Faskes Tingkat Pertama memiliki hasil "baik" pada pemeriksaan spesifik terhadap penyakit DM tipe 2 dan hipertensi sesuai Panduan Klinis terkait sehingga dapat mencegah timbulnya komplikasi penyakit (5). Prolanis juga merupakan salah satu upaya promotif dan preventif untuk menjaga masyarakat tetap sehat (6). Berdasarkan penelitian Primahuda dapat diketahui bahwa terdapat hubungan signifikan antara kepatuhan mengikuti prolanis dengan stabilitas gula darah pada penderita diabetes melitus tipe 2 (7). Hal ini menunjukkan bahwa peran prolanis sangat besar dalam menjaga kesehatan masyarakat khususnya penderita DM.

Prolanis Klinik SWA merupakan salah satu prolanis yang ada di wilayah Kabupaten Sleman. Kegiatan prolanis Klinik SWA meliputi pemantauan kesehatan, edukasi kesehatan, senam dan kegiatan lain yang mendukung peningkatan kesehatan pasien. Berdasarkan observasi dapat diketahui bahwa belum ada pemberian edukasi gizi secara rutin dan belum dilakukan pemantauan status gizi oleh pasien prolanis secara mandiri. Oleh sebab itu diperlukan intervensi berupa peningkatan kegiatan edukasi gizi bagi pasien prolanis sehingga dapat melakukan pemantauan status gizi dan pemenuhan kebutuhan gizi secara mandiri.

Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan pelayanan kesehatan dengan pemberian edukasi di bidang gizi sehingga pasien dapat memantau status gizi dan memenuhi kebutuhan gizi secara mandiri. Terciptanya kemandirian pasien prolanis dalam pemantauan status gizi dan pemenuhan kebutuhan gizi diharapkan dapat meningkatkan kualitas hidup pasien prolanis.

2. PERMASALAHAN MITRA

Permasalahan yang muncul di Prolanis Klinik SWA berdasarkan analisis situasi yaitu belum ada edukasi gizi secara rutin dan belum dilakukan pemantauan status gizi oleh pasien prolanis secara mandiri.

3. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian masyarakat berupa pelatihan dan penyuluhan di Klinik SWA. Kegiatan ini dilaksanakan hari Rabu tanggal 26 Juli 2023 dan Minggu tanggal 30 Juli 2023. Peserta adalah pasien prolanis Klinik SWA sebanyak 23 orang. Media yang digunakan adalah slide dalam bentuk power point dengan materi pelatihan yaitu penentuan status gizi bagi pasien prolanis dengan hipertensi dan DM serta materi penyuluhan yaitu pemenuhan kebutuhan gizi bagi pasien prolanis dengan hipertensi dan DM. Dokumentasi kegiatan dapat dilihat pada Gambar 1, 2, 3 dan 4.



Gambar 1. Pelatihan penentuan status gizi bagi pasien prolanis hipertensi



Gambar 2. Penyuluhan pemenuhan kebutuhan gizi bagi pasien prolanis dengan hipertensi



Gambar 3. Pelatihan penentuan status gizi bagi pasien prolans DM



Gambar 4. Penyuluhan pemenuhan kebutuhan gizi bagi pasien prolans dengan DM

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Semua kegiatan pengabdian kepada masyarakat dapat dilaksanakan sesuai dengan yang direncanakan. Kegiatan PKM dengan judul "Peningkatan Kemandirian Pasien Prolanis Klinik SWA dalam Pemenuhan Kebutuhan Gizi" dilaksanakan di Klinik SWA, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta. Kegiatan PKM diawali dengan melakukan perijinan dengan sasaran yaitu pasien prolanis dengan penyakit hipertensi dan diabetes mellitus. Setelah dilakukan perijinan dilanjutkan menentukan waktu pelaksanaan kegiatan. Waktu pelaksanaan kegiatan PKM di Klinik SWA ditetapkan secara luring pada hari Rabu 26 Juli 2023 dan Minggu 30 Juli 2023.

Jumlah penduduk lansia tahun 2025 diprediksi mencapai 33,69 juta, tahun 2030 40,95 juta dan tahun 2035 48,19 juta. Angka kesakitan pada lansia juga meningkat. Penyakit yang sering menyerang lansia adalah Penyakit Tidak Menular (PTM) seperti penyakit jantung, diabetes mellitus, hipertensi, gagal ginjal dan lain-lain. Tujuh puluh persen kematian di dunia disebabkan oleh PTM dan hal ini cenderung mengalami peningkatan. Terjadi kenaikan jumlah kematian akibat PTM sebesar 2,1% dibandingkan dengan tahun 2007 sebesar 1,1% (8).

Menurut Riskesdas tahun 2018 jumlah penderita DM berdasarkan diagnosis dokter pada penduduk umur ≥ 15 th di Indonesia sebesar 713.783 orang. Prevalensi penderita DM di Yogyakarta menempati urutan ke-2 di Indonesia sebesar 3,1% (10.975 orang). Jumlah penderita hipertensi berdasarkan Diagnosis Dokter atau Minum Obat Antihipe pada Penduduk Umur ≥ 18 Tahun sebanyak 658.201 orang. Prevalensi hipertensi di Yogyakarta menempati urutan ke-2 di Indonesia sebesar 10,68 % (10.318 orang) (9).

Salah satu upaya untuk mengendalikan prevalensi PTM maka diselenggarakan PROLANIS. PROLANIS adalah suatu sistem pelayanan kesehatan yang proaktif secara terintegrasi melibatkan Peserta, Fasilitas Kesehatan dan BPJS Kesehatan dalam rangka pemeliharaan kesehatan bagi peserta BPJS Kesehatan yang menderita penyakit kronis untuk mencapai kualitas hidup yang optimal dengan biaya pelayanan kesehatan yang efektif dan efisien (3). Salah satu pelayanan di Klinik SWA adalah menyelenggarakan kegiatan PROLANIS.

Kegiatan PKM di Klinik SWA terdiri dari beberapa kegiatan yaitu pelatihan penentuan status gizi dan penyuluhan pemenuhan kebutuhan gizi bagi pasien prolanis dengan hipertensi dilaksanakan secara luring pada hari Rabu 26 Juli 2023 serta pelatihan penentuan status gizi dan penyuluhan pemenuhan kebutuhan gizi bagi pasien prolanis dengan DM dilaksanakan secara luring pada hari Minggu 30 Juli 2023.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa pelatihan dan penyuluhan dilaksanakan di klinik SWA dengan peserta pasien prolanis dengan hipertensi dan DM. Target peserta masing-masing kegiatan sebanyak 30 orang sedangkan peserta yang hadir 23 orang (76,67%). Pasien prolanis tidak semua hadir dalam kegiatan. Ketidakhadiran pasien prolanis dalam kegiatan PKM ini karena terdapat beberapa penyebab antara lain: bersamaan dengan kegiatan yang lain, ketidakmampuan pasien datang sendiri sehingga kehadiran juga tergantung dari ada tidaknya yang mengantar dan lain-lain. Konfirmasi kehadiran disampaikan melalui grup WA pasien prolanis.

Pelaksanaan pelatihan berjalan dengan lancar. Peserta pelatihan sangat aktif dan antusias dalam mengikuti kegiatan. Hal ini dapat dilihat dari banyaknya pertanyaan yang disampaikan peserta pada saat pelatihan dan penyuluhan berlangsung. Bentuk penilaian terhadap tingkat keberhasilan kegiatan pelatihan yang dilakukan dalam rangka peningkatan

ketrampilan pasien prolans dalam menentukan status gizi maka di akhir sesi pelatihan diberikan beberapa pertanyaan kepada peserta oleh pemateri. Peserta dapat menjawab semua pertanyaan yang diajukan oleh pemateri di akhir sesi pelatihan. Beberapa peserta juga diminta mencoba melakukan pengukuran berat badan dan tinggi badan antar peserta.

Bentuk penilaian terhadap tingkat keberhasilan kegiatan penyuluhan yang dilakukan dalam rangka peningkatan pengetahuan pasien prolans dalam memenuhi kebutuhan gizi pada penderita hipertensi dan DM dengan dua cara yaitu: di akhir sesi penyuluhan diberikan beberapa pertanyaan kepada peserta oleh pemateri. Peserta dapat menjawab semua pertanyaan yang diajukan oleh pemateri di akhir sesi penyuluhan. Cara yang kedua peserta diminta untuk mengisi lembar *pretest* sebelum dilakukan penyuluhan. Hal ini dilakukan untuk mengukur pengetahuan peserta sebelum dilakukan penyuluhan. Setelah pelaksanaan kegiatan peserta diminta untuk mengisi lembar *posttest*. Hal ini ditujukan sebagai penilaian terhadap tingkat keberhasilan kegiatan yang dilakukan dalam rangka peningkatan pengetahuan pasien prolans. Hasil rekapitulasi *pretest* dan *posttest* pada penyuluhan pemenuhan kebutuhan gizi bagi pasien prolans dengan hipertensi dan DM dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Hasil Penilaian *pre test* dan *posttest* penyuluhan pemenuhan kebutuhan gizi bagi pasien prolans dengan hipertensi dan DM

Peserta	Nilai	Mean±SD (poin)	Min (poin)	Max (poin)	p
Pasien prolans dengan Hipertensi	<i>Pretest</i>	85,65±11,21	60	100	0,001
	<i>Posttest</i>	91,74±8,34	70	100	
Pasien prolans dengan Hipertensi	<i>Pretest</i>	84,35±13,76	50	100	0,118
	<i>Posttest</i>	89,13±10,41	70	100	

Berdasarkan Tabel 1 dapat diketahui hasil *pretest* dan *posttest* menunjukkan sebagian pasien prolans dengan hipertensi mengalami peningkatan pengetahuan setelah diberikan penyuluhan pemenuhan kebutuhan gizi. Rerata skor pengetahuan pasien prolans mengenai gizi pada penderita hipertensi sebelum diberi penyuluhan 85,65±11,21 dan setelah diberi penyuluhan meningkat menjadi 91,74±8,34. Setelah dianalisis secara statistik menggunakan *Paired T Test* terdapat perbedaan pengetahuan pasien prolans sebelum dan sesudah diberi penyuluhan ($p= 0,001$). Hal ini menunjukkan bahwa adanya edukasi dapat meningkatkan pengetahuan seseorang.

Tabel 1 juga menunjukkan bahwa sebagian pasien prolans dengan DM mengalami peningkatan pengetahuan setelah diberikan penyuluhan pemenuhan kebutuhan gizi. Rerata skor pengetahuan pasien prolans mengenai gizi pada penderita DM (diabetisi) sebelum diberi penyuluhan 84,35±13,76 dan setelah diberi penyuluhan meningkat menjadi 89,13±10,41. Setelah dianalisis secara statistik menggunakan *Paired T Test* tidak terdapat perbedaan pengetahuan pasien prolans sebelum dan sesudah diberi penyuluhan ($p= 0,118$). Meskipun demikian rerata skor pengetahuan sebelum dan setelah diberi penyuluhan mengalami peningkatan.

Edukasi gizi yang diberikan merupakan salah satu contoh pemberian pendidikan kesehatan pada masyarakat (pasien prolans dengan hipertensi dan DM). Pendidikan kesehatan merupakan suatu kegiatan usaha menyampaikan pesan kesehatan kepada masyarakat, baik

secara individu maupun kelompok. Hal ini bertujuan dengan adanya kegiatan tersebut maka masyarakat, baik secara individu maupun kelompok dapat memperoleh pengetahuan tentang kesehatan terutama mengenai pemenuhan gizi pada penderita hipertensi dan DM yang lebih baik. Apabila masyarakat mempunyai pengetahuan yang baik diharapkan dapat berpengaruh terhadap perilaku. Pengetahuan merupakan domain penting terbentuknya tindakan seseorang. Dengan kata lain dengan adanya edukasi tersebut diharapkan dapat membawa dampak terhadap perubahan perilaku pasien prolans dengan hipertensi dan DM dalam pemenuhan kebutuhan gizinya (10).

5. KESIMPULAN

Kegiatan PKM meliputi pelatihan penentuan status gizi dan penyuluhan pemenuhan kebutuhan gizi bagi pasien prolans dengan hipertensi dan DM selesai dilaksanakan. Kegiatan PKM pelatihan penentuan status gizi bagi pasien prolans dengan hipertensi dan DM dapat meningkatkan ketrampilan pasien prolans dalam memantau status gizi secara mandiri. Kegiatan PKM penyuluhan pemenuhan kebutuhan gizi bagi pasien prolans dengan hipertensi dan DM dapat meningkatkan pengetahuan pasien prolans dalam memenuhi kebutuhan gizi.

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian masyarakat, maka dapat disampaikan saran sebaiknya pasien prolans dengan hipertensi dan DM selalu melakukan pemantauan status gizi secara mandiri dan memenuhi kebutuhan gizi sesuai dengan penyakit yang diderita.

6. UCAPAN TERIMA KASIH

Pengabdian mengucapkan terima kasih kepada LPPM UNRIYO yang telah mendanai kegiatan pengabdian ini dan Klinik SWA yang berkenan memberikan kesempatan pengabdian sebagai lokasi pengabdian.

DAFTAR PUSTAKA

- (1) BPJS Kesehatan. 2010. *Panduan praktis PROLANIS (Program pengelolaan penyakit kronis)*. BPJS Kesehatan, pp.3–6.
- (2) Yunir *et al.* 2014. *Panduan klinis prolans DM tipe 2 BPJS kesehatan*. Jakarta : BPJS Kesehatan.
- (3) BPJS Kesehatan. 2018. *Program Prolans Permudah Pelayanan Peserta JKN*. <https://bpjs.kesehatan.go.id/bpjs/index.php/post/read/2018/646/Program-Prolans-Permudah-Pelayanan-Peserta-JKN>. Diakses 9 Februari 2023.
- (4) BPJS Kesehatan. 2014a. *Buku Panduan Praktis Prolans*. <http://bpjs-medis.kesehatan.go.id/bpjs/index.php.unduh/index/39> diakses pada 20 Januari 2023.
- (5) BPJS Kesehatan. 2015. *Panduan praktis PROLANIS (Program pengelolaan penyakit kronis)*, BPJS Kesehatan. Jakarta. Available at: <https://bpjskesehatan.go.id/bpjs/dmdocuments/06PROLANIS.pdf>. diakses pada 21 Januari 2023.
- (6) BPJS Kesehatan. 2014b. *Peraturan BPJS Kesehatan No. 211 Tahun 2014*.
- (7) Primahuda, Aditya dan Sujianto, Untung. 2016. Hubungan Antara Kepatuhan Mengikuti Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolans) Bpjs Dengan Stabilitas Gula Darah Pada Penderita Diabetes Melitus Di Puskesmas Babat Kabupaten Lamongan. *Jurnal Jurusan Keperawatan*, halaman 1-8. Online di : <http://ejournal-s1.undip.ac.id/>

- (8) Kemenkes RI, 2013. Laporan Nasional RISKESDAS 2013. Kemenkes RI: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- (9) Kemenkes RI, 2018. Laporan Nasional RISKESDAS 2018. Kemenkes RI: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- (10) Notoatmodjo, 2003. Notoatmodjo, S. (2003). Pendidikan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Karya.