

EDUKASI PILLBOX UNTUK MENINGKATKAN KEPATUHAN MINUM OBAT DEGENERATIF DAN PENGECEKAN KESEHATAN DI DESA PUMPUNG CEMPAKA BANJARBARU

Karunita Ika Astuti¹, Rizka Ayu Wahyuni²

karunitaika@gmail.com¹, rizkaayuwahyuni18@gmail.com²

Universitas Borneo Lestari

ABSTRACT

Lifestyle and globalization all have an impact on the tendency for this situation to development. Degenerative diseases are conditions when an organ or tissue deteriorates over time. In public health knowledge can worsen conditions and lead to the development of several chronic diseases, including diabetes mellitus, hypertension, hyperuricemia, cholesterol and heart disease. Based on this, the events focused on counseling about degenerative diseases, medical examinations and Drug Information in the Banjarbaru, especially in group 31st Cempaka village by educating the use of pillboxes to increase compliance with residents who experience degenerative diseases and blood test for free. So the importance of partners involved by inviting citizens to play an active role in launching activities where from filling out compliance questionnaires and education on how to use pillboxes to store medicines so as not to forget to take medicine so that it can improve healing.

Keywords: *Degenerative Diseases, Pillboxes, Health Checking.*

ABSTRAK

Perubahan gaya hidup dan globalisasi semuanya berdampak pada kecenderungan terjadinya perkembangan situasi ini. Penyakit degeneratif adalah gangguan medis ketika organ atau jaringan yang memburuk seiring berjalannya waktu. Kurangnya pengetahuan kesehatan masyarakat dapat memperburuk kondisi kesehatan masyarakat dan menyebabkan berkembangnya beberapa penyakit kronis, antara lain diabetes melitus, hipertensi, hiperurisemia, kolesterol, dan penyakit jantung. Berdasarkan hal tersebut, kegiatan berfokus pada penyuluhan tentang penyakit degeneratif, pemeriksaan kesehatan dan layanan informasi obat di daerah Banjarbaru khususnya pada RT 31 kelurahan Cempaka dengan melakukan edukasi penggunaan pillbox untuk meningkatkan kepatuhan pada warga yang mengalami penyakit degeneratif serta adanya pemeriksaan cek Kesehatan gratis. Begitu pentingnya mitra yang terlibat dengan mengajak warga berperan aktif dalam melancarkan kegiatan di mana dari pengisian kuisioner kepatuhan serta edukasi cara pemakaian pillbox untuk menyimpan obat agar tidak lupa meminum obat sehingga dapat meningkatkan kesembuhan.

Keywords: Degeneratif, Edukasi Pillbox, Pemeriksaan Kesehatan.

PENDAHULUAN

ANALISIS SITUASI

Penyebab utama kematian pada negara-negara berkembang adalah penyakit tidak menular dibandingkan penyakit menular. Perubahan gaya hidup dan globalisasi semuanya berdampak pada kecenderungan terjadinya perkembangan situasi ini (Utomo, 2012; Budiono, 2009; Jose, 2007). Penyakit degeneratif adalah gangguan medis ketika organ atau jaringan yang memburuk seiring berjalannya waktu. Penyakit ini disebabkan oleh perubahan sel-sel tubuh, yang pada akhirnya berdampak pada fungsi masing-masing organ secara keseluruhan. Penyakit degeneratif semakin banyak terjadi akibat penurunan gaya hidup, makanan, dan olahraga (Swari, 2020). Masyarakat umum tidak menyadari bahwa penyakit degeneratif ini dapat berkembang pada usia produktif, dan kebanyakan orang baru memeriksakan diri begitu gejala mulai muncul. Munculnya penyakit degeneratif dipengaruhi secara positif oleh pola makan tinggi lemak (fast food) dan tingkat stres yang tinggi (Khumaeroh, 2016).

Penyakit Tidak Menular (PTM), sebagian besar merupakan penyakit degeneratif yang berkait dengan proses penuaan. Beberapa dari penyakit tidak menular tersebut antara lain, diabetes mellitus, hipertensi, penyakit jantung dan stroke. Penyakit-penyakit tersebut disebabkan oleh dua faktor yaitu faktor risiko yang tidak dapat diubah dan faktor risiko yang dapat diubah. Faktor risiko yang tidak dapat diubah misalnya jenis kelamin, umur, dan faktor genetik. Faktor risiko yang dapat diubah misalnya kebiasaan merokok, pekerjaan, aktivitas fisik, konsumsi alkohol, Indeks Masa Tubuh, lingkaran pinggang (Boehme et al., 2017). Menurut Organisasi Kesehatan Dunia, penyakit tidak menular (PTM) akan bertanggung jawab atas 60% dari semua morbiditas dan 73% dari semua kematian global pada tahun 2020. Penelitian terbaru telah membawa perhatian pada meningkatnya prevalensi penyakit degeneratif. Pada sejumlah negara berkembang memberikan angka kejadian yang lebih besar dan penyakit degeneratif semakin marak akibat peningkatan pendapatan per kapita dan perubahan gaya hidup, terutama di kota-kota besar.

Meskipun ada sejumlah tindakan yang dapat diambil untuk mengurangi dan mencegah pembentukan penyakit degeneratif ini, Strategi pencegahan lebih diprioritaskan daripada tindakan pengendalian penyakit, yang tentunya membutuhkan banyak waktu, tenaga, dan uang. Kualitas hidup bagi mereka yang memiliki kondisi degeneratif ini dapat terpengaruh, yang dimungkinkan untuk mencegah kondisi degeneratif ini sebelum atau sesudah diagnosis. Dengan meningkatkan pengetahuan tentang faktor risiko, menghindari faktor risiko, dan melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin, pencegahan dapat dilakukan. Pendidikan dapat digunakan untuk meningkatkan kesadaran secara langsung atau dapat digunakan bersamaan dengan teknologi. Pendidikan dapat meningkatkan motivasi pasien untuk mengikuti pedoman manajemen diri (Hallberg et al., 2016). Selain itu, menyelidiki riwayat kesehatan individu dan keluarganya, terutama untuk penyakit yang diketahui dapat bersifat genetik atau turun-temurun. Kurangnya pengetahuan kesehatan masyarakat dapat memperburuk kondisi kesehatan masyarakat dan menyebabkan berkembangnya beberapa penyakit kronis, antara lain diabetes melitus, hipertensi, hiperurisemia, kolesterol, dan penyakit jantung. Berdasarkan hal tersebut, kami berinisiatif melakukan pengabdian masyarakat yang melibatkan dosen, mahasiswa, dalam bentuk penyuluhan tentang penyakit degeneratif, pemeriksaan kesehatan dan layanan informasi obat khususnya di daerah puskesmas Cempaka Banjarbaru. Menurut Riskesdas (2018) menyampaikan penyakit degenerative merupakan penyakit yang paling dominan dialami di Banjarbaru, khususnya angka kejadian hipertensi di puskesmas Cempaka merupakan penyakit tertinggi yang ada di puskesmas Banjarbaru (Dinas Kesehatan Banjarbaru, 2022).

SOLUSI DAN TARGET

Dalam hal ini, merupakan wujud kepedulian Universitas Borneo Lestari untuk membantu pemerintah agar dapat berpartisipasi aktif dalam pencegahan, perlindungan, dan pengetahuan

dalam rangka meningkatkan kesehatan masyarakat dan menjadikan Indonesia menjadi bangsa yang sehat. Berdasarkan gambaran perkembangan kasus di atas, kegiatan ini menjadi sangat penting sebagai antisipasi secara dini resiko terjadinya penyakit degeneratif. Melalui pemeriksaan kesehatan gratis (pemeriksaan dasar), diharapkan penyakit degeneratif di masyarakat dapat dicegah. Tujuan dari pengabdian masyarakat ini adalah untuk menimbulkan kesadaran warga sekitar akan pentingnya mengambil langkah-langkah pencegahan penyakit degeneratif sejak dini. Kegiatan ini juga memiliki manfaat tambahan untuk mengedukasi warga setempat dan memotivasi warga untuk lebih memperhatikan kesehatan diri sendiri dan keluarga. Kegiatan pengabdian masyarakat melibatkan RT 31 di desa Cempaka Banjarbaru sebagai mitra kegiatan. Mitra merupakan Ketua RT Desa Pumpung Cempaka Banjarbaru bersedia bekerja sama berupa persiapan kegiatan dan bersedia berkontribusi dalam memaksimalkan kegiatan yang akan dilakukan, kegiatan yang dikemas dalam bentuk kerjasama dengan pihak masyarakat disalah satu desa di cempaka, di mana di harapkan kegiatan bisa menyerap semua kebutuhan masyarakat sekitar tentang pentingnya mengetahui kondisi kesehatannya serta bisa meningkatkan kepatuhan masyarakat yang menderita penyakit degenerative dengan media pillbox yang dibagikan ke masyarakat.

Pillbox merupakan perangkat media yang dapat digunakan untuk meningkatkan pasien teratur meminum obat, di mana sekitar 20-30% pasien yang mengalami penyakit degeneratif memiliki potensi mendapatkan efek samping obat karena harus rutin meminum obat (Fathelrahman et al, 2021) Memuat garis besar solusi permasalahan, rencana kegiatan pengabdian, waktu dan tempat pengabdian, prosedur kegiatan data dan target.

METODE PENELITIAN

Pada kegiatan ini, penyuluhan dan pemeriksaan kesehatan dilakukan sebagai bagian dari pengabdian masyarakat. Metode yang digunakan dalam bentuk ceramah, dan sesi tanya jawab selama kegiatan berlangsung. Pemeriksaan kesehatan, yang dilakukan di sekitar puskesmas Cempaka Banjarbaru adalah termasuk pemeriksaan tekanan darah, gula darah, dan asam urat yang secara instan, serta mendapatkan penyuluhan yang dilakukan oleh dosen dan apoteker tentang kondisi kesehatan yang dirasakan oleh warga sekitar puskesmas sekaligus pemberian pillbox untuk masyarakat yang rutin menggunakan obat akibat penyakit degenerative yang dideritanya. Kegiatan pemeriksaan dan penyuluhan kesehatan dilakukan pada bulan Desember 2023. Kegiatan memiliki dua tahap yaitu sebagai berikut :

1. Tahap persiapan, melakukan Survei dan datang ke lokasi pengabdian sekaligus perizinan ke Pihak terkait seperti Kepala Desa/RT dan Masyarakat.
2. Pelaksanaan kegiatan, membuat leaflet atau berupa video edukasi seputar penyakit degeneratif dan penyebab penyakit degeneratif, Mengedukasi masyarakat dalam bentuk ceramah dan sesi Tanya jawab selama kegiatan berlangsung seputar penyakit degeneratif berupa pre-test dengan menggunakan lembar kuesioner yang harus di isi kemudian melakukan penyuluhan tentang penggunaan Pillbox terhadap penyakit degenerative. Metode yang dilakukan adalah melalui komunikasi efektif, kunjungan rumah dengan memanfaatkan media komunikasi seperti leaflet, poster atau media lainnya sekaligus Pemeriksaan Kesehatan Gratis seperti Kolesterol, Glukosa, Asam Urat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini merupakan wujud kepedulian Universitas Borneo Lestari untuk membantu pemerintah agar dapat berpartisipasi aktif dalam pencegahan, perlindungan, dan pengetahuan dalam rangka meningkatkan kesehatan masyarakat dan menjadikan Indonesia menjadi bangsa yang sehat. Berdasarkan gambaran perkembangan kasus di atas, kegiatan ini menjadi sangat penting sebagai antisipasi secara dini resiko terjadinya penyakit degeneratif.



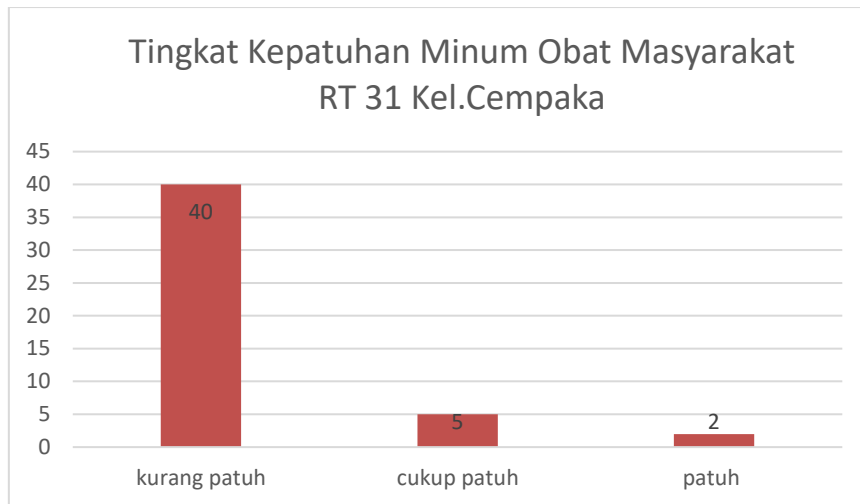
Gambar 1. Kunjungan dan survei lapangan tempat pengabdian kepada masyarakat

Pemberdayaan masyarakat di Kelurahan cempaka ditargetkan menghasilkan daerah masyarakat bebas penyakit degeneratif dengan cara memberikan penyuluhan dan edukasi pencegahan penyakit degeneratif dengan cara edukasi Pillbox untuk dilaksanakan di lingkup keluarga dan lingkungan. Kegiatan berupa adanya penyuluhan sekaligus pemberian pillbox sekaligus pemeriksaan gratis untuk masyarakat yang menderita penyakit degenerative. Kegiatan pengabdian dilakukan dalam dua tahap yaitu pada tanggal 5 dan 8 desember 2023 di mana uraian kegiatan pendahuluan terkait pendekatan dengan masyarakat dan memperkenalkan program kerja pengabdian kepada masyarakat. Kegiatan dilakukan di desa puming, Sungai Tiung kelurahan cempaka banjarbaru, di mana kegiatan dihadiri oleh kurang lebih 50 orang/warga sekitar.



Gambar 2. Pembagian kuisiener dan leaflet kegiatan

Kegiatan yang dilakukan berupa pengisian kuisiener kepatuhan warna dalam mengkonsumsi obat khususnya untuk warga yang menderita penyakit degenerative dan rutin berobat ke puskesmas/rumah sakit terkait penyakit yang di alami. Dari 47 warga yang mengisi kuisiener ternyata diperoleh sekitar 40 orang memiliki tingkat kepatuhan yang kurang, 5 orang yang memiliki kepatuhan cukup dan hanya 2 orang yang patuh meminum obatnya. Hasil kuisiener dapat dilihat pada gambar di bawah ini:



Gambar 3. Data tingkat kepatuhan Minum obat

Warga tampak antusias dalam kegiatan yang dilaksanakan di mana warga juga banyak yang bertanya terkait penyakit degenerative yang diderita. Data pada gambar 3 yang diperoleh menunjukkan banyaknya masyarakat yang masih kurang patuh mengkonsumsi obat terapi yang diberikan dengan angka mencapai 40 orang, cukup patuh 5 orang dan patuh sebanyak 2 orang. Dari pemaparan masyarakat menceritakan memang sering lupa mengkonsumsi obat dan beranggapan meminum obat hanya saat keluhan dan gejala terasa seperti pusing, tangan kesemutan atau Pundak terasa berat. Namun tidak rutin mengkonsumsi obat karena ada beberapa masyarakat yang enggan dan cenderung mengurangi konsumsi obat karena efek samping yang mungkin bisa terjadi. Sehingga perlu diberikan edukasi lebih jauh terkait kepatuhan konsumsi obat untuk meningkatkan outcome terapi penyembuhan penyakit yang di alami.

Kegiatan selanjutnya berupa pengecekan Kesehatan gratis yang meliputi cek kolesterol, gula darah dan asam urat. Kegiatan berlangsung dengan tertib dan lancar. Di dapatkan dari sekitar 47 warga yang terdata di dapatkan hasil pemeriksaan dominan hasilnya masih dalam kategori normal, hanya beberapa yang tidak normal atau melebihi nilai kadar semestinya. Hal tersebut menunjukkan bahwa pola hidup dan konsumsi obat yang didapatkan dari puskesmas/rumah sakit masih belum rutin dan patuh dikonsumsi. Beberapa warga yang ditanya terkait pola hidup menceritakan bahwa warga cenderung lebih suka mengkonsumsi makan makanan tinggi akan garam seperti olahan ikan asin dan mengkonsumsi nasi dalam jumlah yang banyak.



Gambar 4 dan 5. Pengecekan gula darah, asam urat dan kolesterol

Beberapa juga menyebutkan ada yang tidak menyadari dengan kondisi kesehatannya sebelumnya, dengan pola hidup, dan makanan yang kurang teratur warga baru berobat ke puskesmas setelah mengeluhkan kondisi badannya yang kurang fit dan ternyata memiliki kadar gula darah dan atau kolesterol serta asam urat yang tinggi. Kemudian warga juga banyak yang menceritakan tidak mengkonsumsi obat secara rutin, di mana saat gejala yang dirasakan sudah hilang maka warga tersebut tidak mengkonsumsi obat itu lagi, padahal semestinya untuk penyakit degenerative perlu terapi intensif dengan konsumsi obat yang teratur setiap harinya. Kemudian ada beberapa juga yang memiliki kadar gula yang tinggi namun karena merasa tidak merasakan gejala yang berarti warga enggan datang dan berobat ke puskesmas terdekat. Ada juga warga yang memiliki kadar asam urat yang tinggi tapi tetap gemar mengkonsumsi kacang-kacangan karena hal tersebut adalah makanan favoritnya. Sehingga disamping pemeriksaan Kesehatan kegiatan pengabdian masyarakat juga diselingi dengan edukasi terkait penyakit degenerative dan bahayanya jika komplikasi penyakit terjadi dan tidak ditanggulangi dengan baik. Di mana edukasi terkait penyakit degeneratif seperti terapi farmakologi dan non farmakologi dapat meningkatkan kepatuhan pasien (Hatmanti et al, 2023). Selain itu ada pembagian pillbox sekaligus edukasi cara penggunaan pillbox yang benar kepada masyarakat yang menghadiri kegiatan, di mana penggunaan pillbox di harapkan juga dapat meningkatkan kepatuhan pasien (Pratiwi et, al, 2022).



Gambar 6. Dokumentasi kegiatan pengabdian kepada Masyarakat

Warga tampak antusias dan kerap bertanya dengan pillbox yang diberikan, edukasi yang disampaikan. Namun karena terlalu dekatnya waktu intervensi yang diberikan terkait pillbox dan kuisioner kepatuhan, sehingga kuisioner postes belum bisa dilakukan. Harapan kedepannya dilakukannya pemberian kuisioner terkait kepatuhan warga setelah mendapatkan pillbox dengan harapan adanya peningkatan kepatuhan minum obat.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat berfokus pada RT 31 kelurahan Cempaka Banjarbaru dengan melakukan edukasi penggunaan pillbox untuk meningkatkan kepatuhan pada warga yang mengalami penyakit degeneratif serta adanya pemeriksaan cek Kesehatan gratis. Begitu pentingnya mitra yang terlibat dengan mengajak warga berperan aktif dalam melancarkan kegiatan di mana dari pengisian kuisioner kepatuhan serta edukasi cara pemakaian pillbox untuk menyimpan obat agar tidak lupa meminum obat sehingga dapat meningkatkan kesembuhan.

DAFTAR PUSTAKA

- Boehme, A. K., Esenwa, C., & Elkind, M. S. (2017). Stroke risk factors, genetics, and prevention. *Circulation research*, 120(3), 472-495.
- Boutouyrie, P., Chowienczyk, P., Humphrey, J. D., & Mitchell, G. F. (2021). Arterial stiffness and cardiovascular risk in hypertension. *Circulation research*, 128(7), 864-886.
- Budiono, I. (2009). Prevalensi dan Determinan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Perkampungan Nelayan (Studi Kasus di Kelurahan Mangkang Wetan Semarang). *Jurnal KEMAS*, 186 4(2), 159-169.
- Fathelrahman et al. (2021). *Medical Device for Pharmacy and Other Healthcare Professions*. CRC Press
- Hallberg, I., Ranerup, A., & Kjellgren, K. (2016). Supporting the self-management of hypertension: Patients' experiences of using a mobile phone-based system. *Journal of human hypertension*, 30(2), 141-146.
- Hatmanti, N.M, Priyo M, Nanda F, Rusdiningseh, Yurike S, Siti M, Erika M.W. (2023). Peremberdayaan Kader Kesehatan dalam penatalaksanaan penyakit Diabetes Mellitus. *Jurnal ABDINUS: Jurnal Pengabdian Nusantara*, 7(3); 830-838.
- Jose R, Banegas. (2007). Relationship between obesity, hypertension and diabetes, and health-related quality of life among elderly. *European Journal of Preventive Cardiology*, 14(3):456-462.
- Khumaeroh, N. (2016). *Determinasi diri mahasiswa pengidap penyakit degeneratif* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim).
- Pratiwi, A.P, Nurmainah, & Mohammad A. (2022). Analisis Penggunaan Kotak Pil (Pill Box) terhadap Kepatuhan Penggunaan obat pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2. *JSSCR : Journal Syifa Sciences and Clinical Research*. 4(3): 629-636. DOI: <https://doi.org/10.37311/jsscr.v4i3.15643>
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) (2018). Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2018. http://www.depkes.go.id/resources/download/infoterkini/materi_rakorpop_2018/Hasil%20Riskesdas%202018.pdf
- Swari, R.C. (2020). Masalah kesehatan pada Lansia. Diakses melalui <https://hellosehat.com/lansia/masalah-lansia/penyakitdegeneratif/#gref> pada tanggal 27 Januari 2023.
- Utomo, M.O., Azam, M. Angraini, D. N. (2012). Pengaruh Senam Terhadap Kadar Gula Darah Penderita Diabetes, *Unnes Journal of Public Health*, 1(1):36-4