

Peningkatan Pengetahuan dan Perilaku Hidup Sehat Orang Dengan HIV/AIDS (ODHA) Pada Masa Pandemi Covid 19

¹Darwita Juniwati B, ²Marthalena Simamora ³Galvani Simanjuntak

¹ Program Studi Farmasi Fakultas Farmasi dan Ilmu Kesehatan

^{2,3}Program Studi Ners, Fakultas Farmasi dan Ilmu Kesehatan

Universitas Sari Mutiara Indonesia

Email : dar_wita@ymail.com

ABSTRAK

HIV merupakan suatu virus yang dapat melemahkan imunitas tubuh manusia. Setiap golongan usia memiliki resiko yang sama untuk tertular virus HIV. Penyakit HIV/AIDS masih menjadi permasalahan yang besar di masyarakat Indonesia. Karena kasus HIV/AIDS terus mengalami peningkatan kasus setiap tahunnya. Virus HIV yang ada pada tubuh manusia yang hidup yang dalam istilah asingnya adalah ODHA (Orang Dengan HIV/AIDS) memiliki ancaman yang besar terhadap status kesehatannya. Gejala fisik, psikis dan psikososial yang terjadi pada ODHA mengharuskan ODHA tersebut harus menjaga status kesehatannya terutama pada masa pandemi covid saat ini. Dengan melakukan pengabdian masyarakat ini maka pengetahuan ODHA dapat ditingkatkan dan dapat melaksanakan peningkatan perilaku hidup sehat dan cermat dalam menjaga status kesehatan agar tetap sehat dan produktif dalam menjalankan aktivitas kehidupan sehari-hari. Metoda pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah pendidikan kesehatan dengan sasaran para ODHA dan pendamping sejumlah 12 orang. Hasil kegiatan ada perubahan signifikan dalam pengetahuan peserta tentang perawatan kesehatan dimasa pandemik Covid 19. Kegiatan pengabdian masyarakat ini cukup efektif dalam meningkatkan pengetahuan peserta tentang perawatan kesehatan di masa pandemik covid 19 bagi Orang Hidup Dengan HIV.

Keyword : ODHA, Pandemi, Perilaku hidup sehat

Abstrac

HIV is a virus that can weaken the human body's immunity. Every age group has the same risk of contracting the HIV virus. HIV/AIDS is still a big problem in Indonesian society. Because cases of HIV/AIDS continue to increase every year. The HIV virus that exists in the living human body which in foreign terms is PLWHA (People With HIV/AIDS) poses a great threat to their health status. The physical, psychological and psychosocial symptoms that occur in PLWHA require that PLWHA must maintain their health status, especially during the current covid pandemic. By doing this community service, the knowledge of PLWHA can be increased and can carry out an increase in healthy and careful living behavior in maintaining health status so that they remain healthy and productive in carrying out daily life activities. The method of implementing this community service activity is health education with a target of 12 people living with HIV and their companions. The results of the activity showed a significant change in participants' knowledge about health care during the Covid 19 pandemic. This community service activity was quite effective in increasing participants' knowledge about health care during the Covid 19 pandemic for People Living with HIV.

PENDAHULUAN

Human Immunodeficiency Virus (HIV) dan *Acquired Immune Deficiency Syndrome* (AIDS) sampai saat ini masih menjadi masalah kesehatan di seluruh dunia. Meskipun laju kejadian HIV telah menurun dari 0,40 per 1000 menjadi 0,26 per 1000 orang yang tidak terinfeksi di tahun 2016 (UNAIDS, 2018), namun kecenderungannya masih memprihatinkan. Hingga akhir tahun 2017, World Health Organization (WHO) melaporkan terdapat sekitar 36,9 juta orang dengan HIV/AIDS (ODHA) 940.000 kematian karena HIV, dan 1,8 juta orang terinfeksi baru HIV atau sekitar 5000 infeksi baru per harinya (UNAIDS, 2018).

Penyakit *Human Immunodeficiency Virus* (HIV) masih menjadi permasalahan kesehatan masyarakat di Indonesia. HIV/AIDS merupakan masalah kesehatan serius yang tergolong penyakit kronis sama seperti diabetes dan penyakit ginjal kronis. Penyakit kronis tidak hanya mempengaruhi kehidupan mereka yang menderita penyakit tetapi juga mempengaruhi kehidupan orang yang merawat mereka. Pusat data dan Informasi Kesehatan Kementerian Kesehatan melaporkan dalam waktu sebelas tahun terakhir jumlah kasus HIV di Indonesia mencapai puncaknya pada tahun 2019, yaitu sebanyak 50.282 kasus. Berdasarkan Laporan triwulan III HIV/AIDS pada periode Januari-September 2020 mencatat capaian target fast track 90-90-90 baru mencapai 75,5% angka temuan kasus HIV, 26% orang dengan HIV (ODHA) yang rutin menerima pengobatan ARV dengan angka *Lost to follow up*/LFU mencapai 15% dari ODHA yang ditemukan (Kemenkes, 2020).

Respon terhadap penanggulangan HIV di Indonesia terus berkembang signifikan namun masih banyak hambatan bagi ODHA untuk mendapatkan akses perawatan dan pengobatan yang mereka butuhkan. Perlu kesadaran dan pemahaman dari semua aspek sehingga angka HIV/AIDS dapat dikendalikan. Program pengendalian HIV tidak cukup hanya dilaksanakan oleh jajaran kesehatan saja namun perlu pula melibatkan partisipasi masyarakat atau komunitas terutama dari populasi kunci. Pelibatan ini dimulai dari upaya pencegahan di masyarakat hingga perawatan, dukungan dan pengobatan (Kemenkes, 2018).

Keberadaan virus HIV dalam tubuh ODHA membawa ancaman terhadap status kesehatannya. Gejala fisik, psikis, psikososial dan spiritual seringkali menyertai ODHA (Schweitzer, Mizwa, & Ross, 2010). Sehingga menjaga status kesehatan menjadi hal yang sangat penting, terutama pada masa pandemi covid saat ini. Perilaku dari individu ODHA merupakan faktor yang sangat besar pengaruhnya terhadap derajat kesehatannya. Perilaku seseorang akan mempengaruhi kualitas hidup orang itu sendiri. Perilaku yang baik dan positif akan berdampak positif pula terhadap kesehatannya (Adliyani, 2015). Memiliki perilaku yang baik dalam kesehatan merupakan pilar yang paling utama untuk ODHA dalam menjaga status kesehatannya. Setiap orang, termasuk ODHA, harus mengambil tindakan pencegahan yang disarankan untuk mengurangi paparan COVID-19. ODHA merupakan salah satu populasi yang rentan terpapar COVID-19 (*United Nations Programme on HIV and AIDS* (UNAIDS), 2020). Berdasarkan hal tersebut penting bagi ODHA untuk memahami dan melaksanakan perilaku sehat dan cermat untuk menjaga status kesehatannya.

Kota Medan merupakan salah satu kota yang memiliki angka kasus HIV yang cukup tinggi dan setiap tahunnya kasus HIV/AIDS di Kota Medan cenderung meningkat. Pada tahun 2019 terdapat 92 Orang dengan HIV/AIDS (ODHA) dengan jumlah meninggal sebanyak enam orang di kota Medan (Medanpos.go.id., 2020). Berdasarkan kondisi di atas, sebagai sinergitas terhadap pencegahan dan pengendalian HIV di Kota Medan maka tim Pengabdian pada masyarakat (PPM) memandang perlu adanya

peningkatan pemahaman dari para ODHA Kegiatan PPM ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan ODHA dalam melaksanakan perilaku hidup sehat dan cermat dalam menjaga status kesehatan ODHA agar bisa tetap sehat dan produktif dalam menjalankan aktivitas kehidupan sehari-hari.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Medan Helvetia pelaksanaan kegiatan ini adalah 16 November 2020 dimulai pukul 10.00 hingga selesai. Sasaran kegiatan ini adalah orang dengan HIV AIDS yang ada datanya di klinik VCT Puskesmas Medan Helvetia pada saat ODHA dijadwalkan mengunjungi klinik VCT untuk mengambil obat ARV.

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini terdiri dari tiga sesi yaitu sesi pertama *brainstorming*, kemudian dilanjutkan dengan pengisian kuesioner evaluasi status kesehatan ODHA dan pre test. Sesi pertama berlangsung sekitar 1 jam. Selanjutnya sesi kedua yaitu penguatan pemahaman ODHA tentang perilaku hidup sehat dan cermat yang diawali pemberian materi dan diskusi refleksi pengalaman para peserta. Sesi pemberian materi diselingi *ice breaking* untuk mengurangi kejenuhan dari peserta. Sesi kedua berlangsung sekitar 4 jam dengan jeda istirahat, sholat, makan 1 jam. Sesi ketiga kegiatan lokakarya diakhiri dengan post test sebagai evaluasi kegiatan dari pemberian materi yang berlangsung sekitar 1 jam. Kegiatan dipandu oleh narasumber sebagai fasilitator dengan dibantu peralatan dan perlengkapan pendukung lokakarya yaitu modul dan media visual (Ppt & LCD proyektor). Data pengetahuan dianalisis dari pengukuran pre dan post-test dihitung skor rerata (mean), semakin tinggi skor mean semakin tinggi pengetahuannya.

HASIL KEGIATAN

Peserta kegiatan yang hadir berjumlah 12 ODHA, sebagian besar laki-laki, berusia antara 20-40 tahun, berlatar pendidikan SLTP-SLTA, beragama Islam, dan menikah . Dan untuk status kesehatan peserta dapat dilihat dalam tabel berikut :

Tabel 1. Skor Rerata Status Kesehatan Peserta (n=12)

Status Kesehatan Peserta	Mean	SD	Range
Menilai kesehatan	2,5	0,75	1 - 4
Besar masalah kesehatan fisik	2,2	1,44	1 - 5
Kesulitan yang Anda hadapi	1,9	1,24	1 - 5
Banyak nyeri tubuh yang Anda alami	2,4	1,29	1 - 5
Energi yang dimiliki	2	0,74	1 - 4
Besar masalah kesehatan fisik atau emosional	2,3	1,11	1 - 4
Diganggu oleh masalah emosi	2,6	0,99	1 - 5
Banyak masalah pribadi atau emosional	2,4	1,32	1 - 5

Berdasarkan tabel diatas , peserta menilai kesehatan mereka dalam 4 minggu terakhir ada pada skor rerata 2,5 (SD=0,75) yang artinya ada rentang baik (nilai=3) dan sangat baik (nilai=2) dan sedikit mengalami kesulitan yang dihadapi .

Pengetahuan Perawatan Semasa Pandemi Covid-19

Tabel 2. Jumlah jawaban benar peserta tentang pengetahuan perawatan kesehatan dimasa Pandemi Covid-19 sebelum dan sesudah kegiatan (n=12)

Pertanyaan	Benar	
	Pre	Post
Makan makanan yang bergizi dan seimbang penting untuk kesehatan	12	12
Makanan yang dibutuhkan untuk produksi energi diantaranya buah dan sayuran	12	10
Jumlah air yang diminum dalam sehari antara 1,5 – 2 liter	10	10
Olah raga aerobik 30 menit sealama 3 kali seminggu dapat meningkatkankekebalan tubuh	12	12
Berjalan kaki rutin dapat meningkatkan jumlah sel darah putih	9	10
Jumlah jam tidur malam yang ideal untuk orang dewasa	8	10
Merokok bisa menimbulkan gangguan sistem kekebalan tubuh	11	12
Mencegah penyebaran infeksi bila dilakukan dengan sering mencuci tangan	12	12
Salah satu teknik mengelola stress adalah dengan meditasi mindfulness	10	12
Beberapa herbal seperti temu lawak, meniran, dapat meningkatkan kekebalan tubuh	10	12

Berdasarkan tabel 2, dapat dilihat skor pengetahuan peserta tentang perawatan kesehatan dimasa pandemik, untuk item pertanyaan jumlah jam tidur yang ideal dalam menjaga kesehatan dan pengetahuan tentang beberapa herbal untuk kekebalan tubuh mengalami peningkatan yang cukup besar antara sebelum dan setelah kegiatan, yang lainnya tetap.

PEMBAHASAN

Teori Blum menyebutkan bahwa ada empat pilar yang mempengaruhi derajat kesehatan seseorang, diantaranya adalah keturunan, lingkungan, pelayanan kesehatan, dan perilaku. Perilaku merupakan faktor kedua setelah lingkungan yang mempengaruhi derajat kesehatan, karena sehat atau tidak sehatnya individu, keluarga dan masyarakat sangat tergantung pada perilaku manusia itu sendiri. Kesehatan juga sangat dipengaruhi oleh kebiasaan, pendidikan, adat istiadat, kepercayaan, sosial ekonomi, dan perilaku-perilaku lain yang diyakini dirinya (Adliyani, 2015). Begitu juga dengan ODHA, perilaku hidup sehat yang di tampilkan merupakan hasil pemahaman mereka terhadap hal tersebut. Melihat gambaran dari skor rerata status kesehatan (Tabel 1), secara umum peserta menilai status kesehatan mereka cukup baik, artinya mereka tidak merasakan gangguan yang berat dari gejala-gejala yang dirasakan akibat dari penyakit yang mereka alami saat ini. Sebagai contoh, ketika ditanya bagaimana mereka menilai status kesehatan mereka selama 1 bulan terakhir ini , rerata mereka menjawab pada tingkat sangat baik dan baik ($M=2,5$ $SD=0,75$), begitu juga ketika ditanya tentang seberapa besar menilai kesulitan yang dihadapi dalam mengerjakan pekerjaan sehari-hari selama 1 bulan terakhir, rerata mereka menjawab sedikit atau bahkan tidak sama sekali. Hal ini menunjukkan bahwa umumnya status kesehatan mereka berada pada tingkat baik. Banyak faktor yang mempengaruhi kondisi kesehatan dari para ODHA salah satunya adalah usia. Kondisi kesehatan saat ini salah satunya disebabkan karena faktor usia peserta yang sebagian besar termasuk kategori dewasa muda (80%) sehingga fungsi-fungsi fisiologis tubuh mereka masih berfungsi dengan baik. Selain usia, kepatuhan menjalani pengobatan Anti retro viral (ARV) juga menjadi salah satu faktor terjaganya kondisi kesehatan para ODHA (Unzila, Nadhiroh, & Triyono, 2016) ; (Bezabhe et al., 2014). Selain kepatuhan terhadap pengobatan, perawatan kesehatan juga melibatkan perilaku kompleks yang dipengaruhi dari berbagai tingkatan pengetahuan, sikap, emosi, dan persepsi risiko individu, hingga dinamika kekuatan di antara pasangan (Kaufman, Cornish, Zimmerman, & Johnson, 2014).

Sebagian besar ODHA berusia antara 20-40tahun dan berpendidikan SLTP-SLTA

yang memungkinkan peserta lebih mudah menyerap materi yang diberikan. Skor pengetahuan peserta tentang perawatan kesehatan dimasa pandemik, item jumlah jam tidur yang ideal untuk menjaga kesehatan dan pengetahuan tentang beberapa herbal untuk kekebalan tubuh mengalami peningkatan yang cukup besar antara sebelum dan setelah kegiatan. Sementara item-item lain umumnya mengalami peningkatan sedikit atau tetap. Kegiatan pengabdian masyarakat ini cukup efektif dalam meningkatkan pengetahuan peserta tentang perawatan kesehatan di masa pandemik bagi ODHA. Hal tersebut sejalan dengan Wiersema, Santella, Dansby, and Jordan (2019) bahwa program pendidikan kesehatan dan pencegahan HIV dapat membantu meningkatkan pemahaman tentang kesehatan dan meningkatkan kualitas kesehatan ODHA. Selain peningkatan pengetahuan, pembekalan keterampilan juga menjadi salah satu upaya agar ODHA dapat tetap hidup produktif dan berkualitas (Ibrahim, Ermiati, Rahayu, Rahayuwati, & Komariah, 2020).

Perilaku hidup sehat dan cermat orang dengan HIV (ODHA) dalam menjaga status kesehatannya di masa pandemi Covid 19 dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya tingkatan pengetahuan, sikap, emosi, dan persepsi risiko individu, hingga dinamika kekuatan di antara pasangan. Berdasarkan hal tersebut penting adanya penguatan pemahaman dari ODHA tentang bagaimana berperilaku sehat dan menjaga kesehatan di masa pandemi saat ini.

Daftar Pustaka

Adliyani, Z. O. N. (2015). Pengaruh perilaku individu terhadap hidup sehat. *Jurnal Majority*, 4(7), 109-114.

Ahdiany, G. N., Widiyanti, E., & Fitria, N. (2018). Tingkat Kecemasan Terhadap Kematian Pada ODHA. *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 12(3), 199-208.

Asadullah, M., Kamath, R., Pattanshetty, S., Andrews, T., & Nair, N. S. (2017). Psychological impact on caregivers of HIV-infected children in Udupi district, Karnataka. *AIDS Care*, 29(6), 787-792.

- Bezabhe, W. M., Chalmers, L., Bereznicki, L. R., Peterson, G. M., Bimirew, M. A., & Kassie, D. M. (2014). Barriers and facilitators of adherence to antiretroviral drug therapy and retention in care among adult HIV-positive patients: a qualitative study from Ethiopia. *PloS one*, 9(5), e97353.
- Ibrahim, K., Ermianti, E., Rahayu, U., Rahayuwati, L., & Komariah, M. (2020). Pemberdayaan Orang Hidup dengan HIV melalui Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan Kerajinan Tangan. *Media Karya Kesehatan*, 3 (2), 196-204.
- Kaufman, M. R., Cornish, F., Zimmerman, R. S., & Johnson, B. T. (2014). Health behavior change models for HIV prevention and AIDS care: practical recommendations for a multi-level approach. *Journal of acquired immune deficiency syndromes (1999)*, 66(Suppl 3), S250.
- Kemenkes, R. (2020). Laporan Perkembangan HIV AIDS dan PIMS Triwulan III tahun 2020.
- Schweitzer, A.-M., Mizwa, M. B., & Ross, M. W. (2010). Psychosocial aspects of HIV/AIDS adults. *Baylor Int Ped AIDS Initiative*, 334-349.
- Unzila, S. R., Nadhiroh, S. R., & Triyono, E. A. (2016). Hubungan kepatuhan anti retroviral therapy (ART) satu bulan terakhir dengan kualitas hidup pasien HIV/AIDS di RSUD dr. Soetomo Surabaya. *Media Gizi Indonesia*, 11(1), 24-31.
- Wiersema, J. J., Santella, A. J., Dansby, A., & Jordan, A. O. (2019). Adaptation of an Evidence-Based Intervention to Reduce HIV Risk in an Underserved Population: Young Minority Men in New York City Jails. *AIDS Education and Prevention*, 31(2), 163-178.
- Pemerintah Kota Medan (2020). Komisi Pengendalian AIDS Optimalkan Pencegahan HIV. Diakses dari <https://kotamedan.go.id/berita/detail/kpa-optimalkan-pencegahan-hiv>
- UNAIDS. (2018). *UNAIDS data 2018*. https://www.unaids.org/sites/default/files/media.../unaids-data-2018_en.pdf
- Avan Deventer, C., & Wright, A. (2017). The psychosocial impact of caregiving on the family caregivers of chronically ill AIDS and/or HIV patients in home-based care: A qualitative study in Zimbabwe. *Southern African Journal of HIV Medicine*, 18(1), 7-15.