

## Peningkatan Pengetahuan Program Rehabilitasi Berbasis Masyarakat (RBM) Pada Masyarakat Kesehatan di Lingkup RSU Haji Surabaya

Rita Vivera Pane <sup>a\*</sup>, Yekti Tunjungsari <sup>b</sup>

<sup>a,b</sup> Fakultas Kedokteran Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya

\*corresponding author: [dr.rita@unusa.ac.id](mailto:dr.rita@unusa.ac.id)

---

### Abstract

Banyak penyintas masih sering menghadapi badan lemah, sakit badan, sesak, pusing, dan berbagai keluhan lainnya yang membuat penyintas kesulitan melakukan aktivitas sehari-hari pasca serangan COVID-19. Fakta tersebut menuntun kepada sebuah urgensi berupa bantuan pemulihan atau rehabilitasi. Salah satu model Pengabdian Kepada Masyarakat yang dilaksanakan oleh Fakultas Kedokteran Universitas UNUSA yaitu melaksanakan penyuluhan model Rehabilitasi Berbasis Masyarakat (RBM) untuk penyintas COVID-19 di lingkup masyarakat kesehatan RSU Haji Surabaya. Penyuluhan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kewaspadaan para masyarakat kesehatan di lingkup RSU Haji Surabaya mengenai RBM untuk penyintas COVID-19, dengan harapan agar bisa berperan aktif dalam proses pemulihan komunitas bermasyarakat di sekitar. Metode yang digunakan adalah penyuluhan daring menggunakan zoom meeting. Hasil penyuluhan yakni meningkatnya pengetahuan masyarakat kesehatan RSU Haji Surabaya mengenai RBM COVID-19. Hal ini dikarenakan terdapat kenaikan presentase pemahaman peserta yang semula 49,4% menjadi 81,5% atau dengan kata lain terjadi kenaikan presentase pemahaman masyarakat kesehatan sebesar 32,1%. Sehingga perubahan yang diharapkan yakni masyarakat kesehatan lingkup RSU Haji Surabaya dapat saling membantu dalam pemulihan penyintas COVID-19 agar dapat kembali beraktivitas seperti sedia kala.

*Keywords:* Pasca COVID-19, Penyintas, Rehabilitasi Berbasis Masyarakat (RBM)

---

### 1. Pendahuluan

Kasus COVID-19 yang semakin bertahan lama (long-lasting), mulai mendapatkan perhatian dalam beberapa kelompok dukungan sosial. Awalnya, dokter mengesampingkan keresahannya mengenai gejala yang berhubungan dengan kesehatan mental seperti kecemasan dan stress dan fenomena lain yang disebut 'medical gaslighting'. Namun dewasa ini semua telah mengalami pergeseran. Istilah long COVID (atau sindrom pasca-COVID, long-haul COVID-19) mulai dikenal dalam komunitas medis. Deskripsi yang berbeda mengenai 'long-COVID' telah diajukan, dan deskripsi yang paling umum digunakan adalah gejala yang bertahan atau menetap yang lamanya lebih dari tiga bulan setelah gejala pertama. Walaupun definisi konkretnya belum ditemukan, namun gejala yang paling banyak teridentifikasi pada pasca-COVID adalah kelelahan dan sesak nafas (mis. nafas menjadi lebih pendek).

Gejala lain yang kurang khas termasuk; gangguan mental dan kognitif, myalgia, nyeri dada dan sendi, sakit kepala, disfungsi indra perasa dan pengecap, batuk,

kerontokan, insomnia, bersin-bersin, berdahak, dan gangguan pada pencernaan. Gejala-gejala berikut kemungkinan bertahan hingga 6 bulan dan terus menerus setelah keluar dari rumah sakit. Hal ini menggambarkan beragam dampak pasca-COVID yang dapat mempengaruhi beberapa sistem organ.

Salah satu hal yang masih menjadi tanda tanya dari *long-COVID* atau pasca-COVID adalah bahwa hal itu dapat mempengaruhi penyintas di semua tingkat keparahan penyakit. Beberapa penelitian telah menemukan bahwa pasca-COVID dapat mempengaruhi bahkan kasus ringan pada dewasa muda dan remaja yang notabene tidak perlu perawatan intensif di rumah sakit pada saat terinfeksi COVID-19. Pasien yang tidak lagi positif COVID-19 dan keluar dari rumah sakit, serta pasien rawat jalan juga dapat berpotensi mengalami gejala pasca-COVID-19.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Zhao *et al.* pada *follow-up* selama 7 sampai 15 tahun, komplikasi pada paru-paru dan tulang masih terdeteksi pada penyintas penyakit SARS yang usianya dibawah 40 tahun. Hal ini menjadi lebih meresahkan dikarenakan menyiratkan bahwa sindrom pasca-COVID juga bisa mempengaruhi penyintas dalam waktu hitungan bulan atau bahkan tahunan.

RSU Haji Surabaya adalah Rumah Sakit Umum yang beralamatkan di jalan Manyar Kertoadi, Klampis Ngasem, Sukolilo, Surabaya. RSU Haji berdiri di daerah padat penduduk yakni daerah Sukolilo Surabaya. RSU Haji Surabaya merupakan salah satu dari rumah sakit rujukan untuk pasien COVID-19. Selain itu, RSU Haji juga bekerja sama dengan Asrama Haji yang difungsikan sebagai rumah karantina bagi pasien gejala ringan dan OTG (Orang Tanpa Gejala) COVID-19.

Hal ini menjadikan lingkungan sekitar RSU Haji Surabaya menjadi daerah rawan penularan. Program Rehabilitasi Berbasis Masyarakat (RBM) pasca-COVID sendiri adalah program untuk melayani masyarakat awam yang menjadi penyintas COVID-19. Program ini menekankan pada usaha pemberdayaan seluruh potensi yang ada pada lingkungan sasaran termasuk lingkup masyarakat kesehatannya yang terdiri dari masyarakat berprofesi nakes, dengan harapan agar masyarakat kesehatan di lingkup RSU Haji Surabaya dapat membantu penyintas COVID-19 di daerah mereka untuk bisa kembali menjalankan aktivitasnya seperti sedia kala.

## 2. Metode

Teknik pengumpulan data yang digunakan pada pengabdian masyarakat ini adalah (1) Observasi, yaitu pengumpulan data dimana penulis dan tim melakukan pengamatan langsung mengenai bagaimana kehidupan sehari-hari para masyarakat di lingkup RSU Haji Surabaya. Tak hanya itu tim juga mengamati bagaimana masyarakat kesehatan di lingkungan tersebut menganggapi persoalan warga penyintas COVID-19; (2) Wawancara, yaitu pengumpulan data dengan cara berdialog dengan perwakilan masyarakat kesehatan untuk memperoleh informasi mengenai kesulitan-kesulitan yang dihadapi dikala ada anggota masyarakat di lingkungan tersebut kembali dari rumah sakit atau masa karantina pasca-COVID-19.

Kegiatan penyuluhan program RBM Pasca-COVID-19 ini dilaksanakan dalam beberapa tahap. Pertama, tim pengabdian masyarakat melakukan *survey* dan analisis kebutuhan untuk memetakan potensi dan masalah yang ada di masyarakat lingkup RSU Haji Surabaya terkait COVID-19. Kemudian tim menyusun rencana penyuluhan dan bahan informasi untuk mengintervensi masalah yang ada di lokasi. Kedua, setelah semua konsep dan materi siap, tim penyuluhan melakukan *sounding* atau promosi mengenai webinar pengenalan program RBM Pasca-COVID-19 yang dikhususkan untuk masyarakat kesehatan seperti dokter, perawat, dan kader-kader puskesmas. Ketiga, setelah semua peserta penyuluhan terdata, maka dilakukan penyuluhan mengenai pengenalan program Rehabilitasi Masyarakat (RBM) Pasca COVID-19 dan cara melakukannya. Peran penyuluh yaitu menyampaikan informasi, inovasi dan mempengaruhi proses pengambilan keputusan yang dilakukan oleh penerima manfaatnya, dalam hal ini para masyarakat kesehatan. Keempat, dilaksanakan evaluasi.

## 3. Hasil dan Diskusi

Penyuluhan Program Rehabilitasi Berbasis Masyarakat (RBM) Pasca-COVID-19 dilakukan pada hari Senin, 5 April 2021 pukul 12.30 WIB hingga 15.30 WIB. Kegiatan ini dilakukan secara daring (dalam jaringan) menggunakan *zoom meeting*. Keterangan lebih mendetail mengenai penyuluhan ini adalah, terkumpul sebanyak 266 peserta yang terdiri dari dokter, perawat, nakes, dan kader-kader puskesmas. Sebanyak 266 peserta yang hadir tersebut tidak berasal dari masyarakat kesehatan lingkup RSU Haji Surabaya saja, namun juga berasal dari lingkup masyarakat kesehatan di daerah lain. Hal ini merupakan

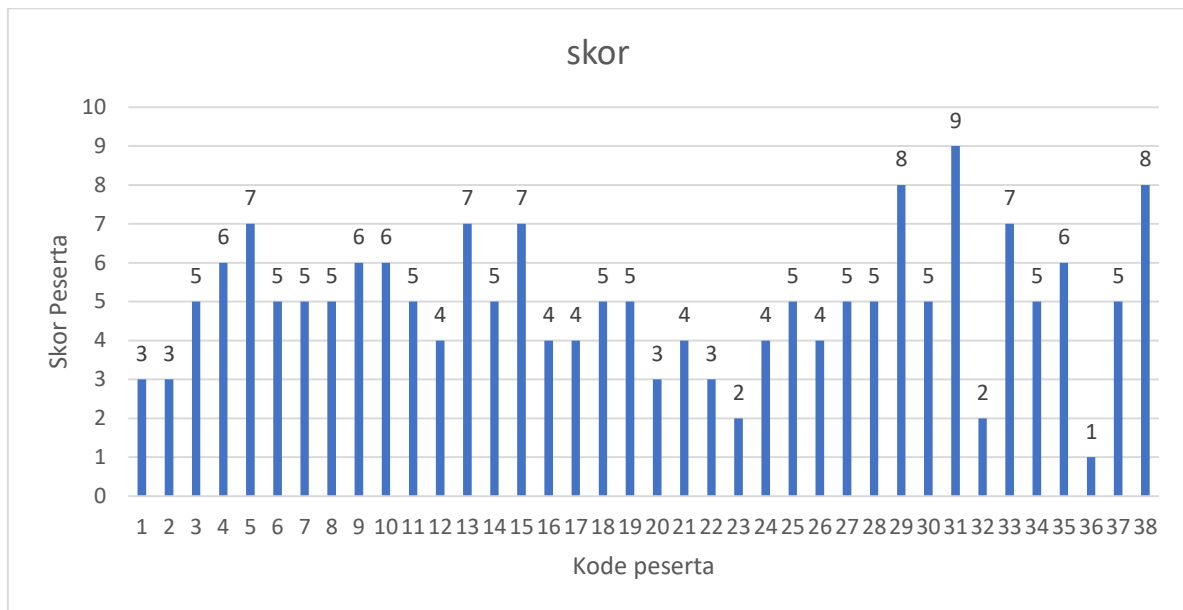
respon positif yang mana artinya penyuluhan ini tidak hanya akan berdampak pada sasaran utama yakni masyarakat lingkup RSUD Haji Surabaya saja, namun juga untuk kalangan yang lebih luas.

Acara penyuluhan dilakukan selama kurang lebih empat jam. Tiga jam pertama diisi dengan penyampaian konsep dan materi dari beberapa narasumber, kemudian dilanjutkan dengan sesi tanya jawab selama satu jam.. Di dalam rangkaian acara, tim pengabdian masyarakat menyiapkan *breakout room* yang mana ruang ini dikhususkan untuk peserta yang berasal dari lingkup RSUD Haji Surabaya. Hal ini dilakukan karena sasaran utama dari kegiatan ini adalah masyarakat dari lingkup RSUD Haji Surabaya. *Breakout room* adalah ruang virtual khusus bagi sebagian orang yang tergabung di dalam ruang daring, didalamnya terdapat 2 orang tim pengmas dan 38 peserta yang berasal dari lingkup RSUD Haji Surabaya. Sebelum pemaparan materi dilakukan, tim memberikan pre-test kepada 38 orang tersebut. Hal ini dilakukan untuk mengukur dan mengetahui tingkat pemahaman peserta sasaran mengenai RBM Pasca-COVID-19. Kemudian para peserta di *breakout room* dipersilahkan mengikuti jalannya penyuluhan bersama peserta lain. Setelah proses penyampaian materi penyuluhan selesai disampaikan, maka dilanjutkan dengan sesi tanya jawab. Umpan balik positif kami dapat dari sebagian besar peserta. Hal ini terlihat dari antusiasme dan banyaknya pertanyaan yang diajukan peserta mengenai RBM Pasca-COVID-19. Terakhir, acara ditutup dengan ucapan terima kasih dan do'a bersama.

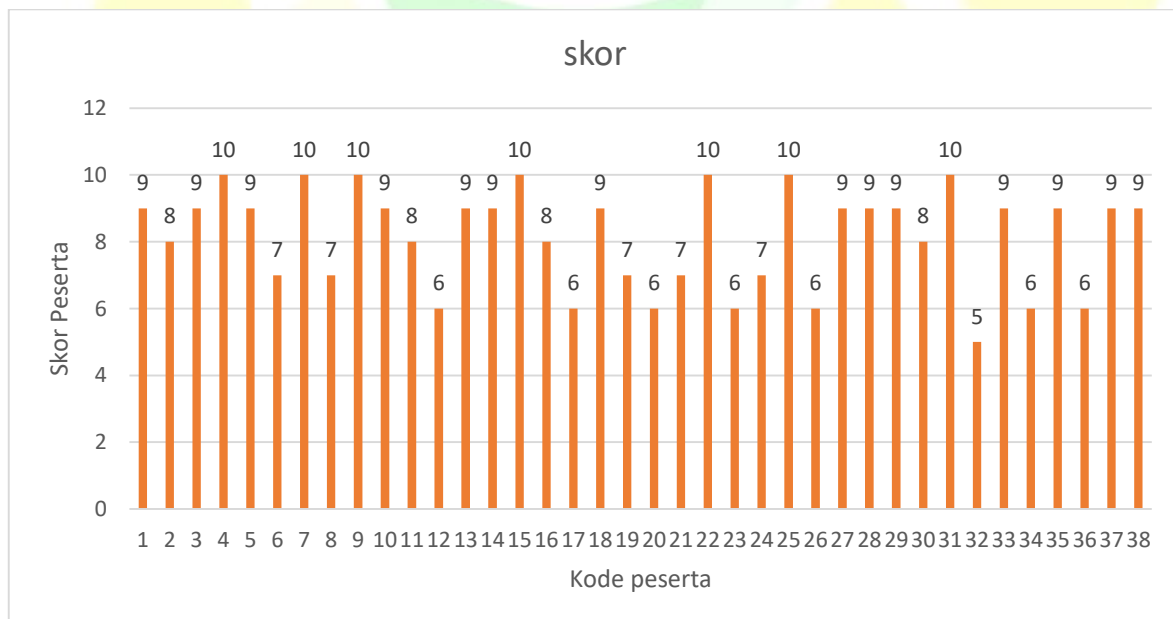
Agar tidak mengganggu jalannya acara, maka tim pengabdian masyarakat kembali mengundang 36 orang peserta yang berasal dari lingkup RSUD Haji Surabaya ke dalam *breakout room* dan membagikan kuisisioner berupa *post-test*. Pertanyaan-pertanyaan yang diajukan adalah permasalahan dengan bobot dan soal yang sama dengan kuisisioner *pre-test*. Hal ini dilakukan untuk mengetahui tingkat pengetahuan dan pemahaman peserta mengenai RBM Pasca-COVID19 setelah menerima materi penyuluhan.

Selanjutnya tim pengabdian masyarakat melakukan evaluasi terhadap hasil *pre-test* dan *post-test* peserta, yang mana hal tersebut nantinya juga digunakan untuk bahan evaluasi dalam tim internal kegiatan pengmas ini. Nilai tolak ukur didapat dari membandingkan jawaban benar peserta dengan full score soal kemudian dikonversi menjadi nilai presentase. Berdasarkan hasil penilaian kuisisioner *pre-test*, diketahui bahwa

tingkat pengetahuan peserta mengenai program RMB Pasca-COVID-19 hanya 49,4% saja. Hasil penilaian kuisisioner dapat dilihat pada diagram berikut.



Gambar 1. Diagram Hasil Skoring Pre-test Peserta Sebelum Penyuluhan.

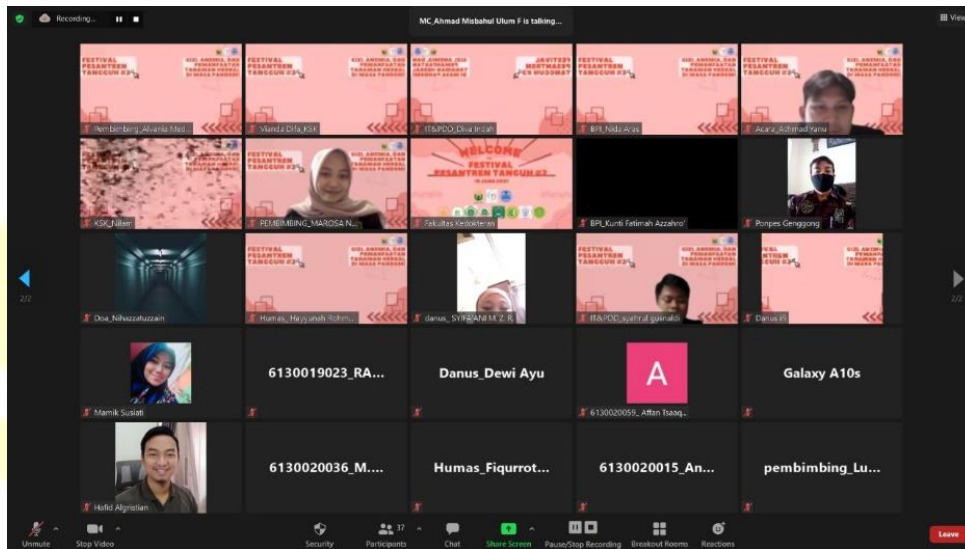


Gambar 2. Diagram Hasil Skoring Post-test Peserta Setelah Penyuluhan.

Setelah kegiatan penyuluhan dilaksanakan dengan baik, tim pengabdian masyarakat kembali memberikan kuisisioner kepada 38 peserta yang berasal dari lingkup RSUD Haji Surabaya. Kuisisioner yang dibagikan adalah soal yang sama dengan *pre-test*. Dari hal ini diharapkan bahwa setelah penyuluhan, para peserta dapat memahami COVID-19 dengan lebih baik dan menyadari kesalahan persepsi tentang COVID-19 pada saat

sebelum dilakukan penyuluhan. Nilai tolak ukur didapat dari membandingkan jawaban benar peserta dengan full score soal kemudian dikonversi menjadi nilai presentase. Berdasarkan hasil penilaian kuis *pre-test*, diketahui bahwa tingkat pengetahuan peserta mengenai program RMB Pasca-COVID-19 menjadi 81,5%. Hasil penilaian kuis dapat dilihat pada diagram berikut.

Berdasarkan hasil penilaian kedua kuis di atas, diketahui bahwa terdapat peningkatan pengetahuan dan pemahaman pada peserta mengenai COVID-19 dan cara pencegahannya. Hal ini dibuktikan dengan terjadinya kenaikan tingkat pengetahuan peserta sebanyak 32,1% setelah dilakukan penyuluhan.



Gambar 1. Dokumentasi kegiatan penyuluhan daring program RMB Pasca COVID-19

Kelelahan pasca-penyakit, sesak napas dan masalah psikologis, termasuk gangguan stress pasca-trauma (PTSD), kecemasan dan depresi, dilaporkan telah dialami oleh sepertiga jumlah penyintas COVID-19 bahkan 7 minggu setelah keluar dari rumah sakit. Program untuk melayani masyarakat awam yang menjadi penyintas COVID-19 salah satunya dapat dikemas dalam bentuk RBM (Rehabilitasi Berbasis Masyarakat). Pada dasarnya program ini menekankan pada usaha pemberdayaan seluruh potensi yang ada di pedesaan. Berdasarkan jbaran di atas, salah satu upaya dalam pengabdian masyarakat ini adalah dengan Rehabilitasi Berbasis Masyarakat (RBM), yakni dengan sosialisasi dan pemberian informasi kepada masyarakat kesehatan di lingkup RSUD Haji Surabaya.

Dengan harapan masyarakat kesehatan di lingkup mitra dapat mengajak warga sekitar untuk menerapkan tujuh rekomendasi kegiatan untuk mengurangi dan mengatasi dampak psikologis dan dampak fisik COVID-19 terutama pada point pertama yakni tidak

berlebihan mengakses informasi, utamakan informasi positif (pencegahan, penanganan) dibandingkan informasi negatif dan mengutamakan sumber informasi terpercaya.

#### 4. Kesimpulan

Pengabdian masyarakat berupa penyuluhan pengenalan program Rehabilitasi Berbasis Masyarakat (RBM) Pasca Covid-19 diharapkan dapat memberikan pengetahuan bagi masyarakat kesehatan di lingkup RSUD Haji Surabaya dalam membantu individu pasca Covid-19 supaya dapat bangkit secara fisik maupun mental dan dapat beraktivitas kembali seperti sedia kala. Kegiatan penyuluhan pengenalan program Rehabilitasi Berbasis Masyarakat (RBM) Pasca-Covid-19 pada masyarakat kesehatan lingkup RSUD Haji Surabaya terlaksana dengan baik dan mendapat sambutan positif dari peserta. Terdapat peningkatan pemahaman peserta penyuluhan sebanyak 32,1% yang dapat dilihat dari perbandingan *pre-test* dan *post-test*. Diharapkan kedepannya dapat dilakukan penyuluhan Rehabilitasi Berbasis Masyarakat (RBM) di bidang kesehatan yang lain atau ekonomi Pasca Covid-19.

#### Ucapan Terima Kasih

Pada program pengabdian masyarakat yang didukung dan dilaksanakan oleh Fakultas Kedokteran UNUSA ini, kami ucapkan terima kasih kepada Universitas Nahdaltul Ulama Surabaya yang telah memberikan dukungan materiil dan nonmateriil. Ucapan terima kasih juga penulis sampaikan kepada mitra, yaitu RSUD Haji Surabaya yang telah mendukung penyuluhan program Rehabilitasi Berbasis Masyarakat (RBM) Pasca COVID-19, serta para masyarakat kesehatan yang telah berperan serta dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat penyuluhan program RBM Pasca COVID-19 di lingkup RSUD Haji Surabaya.

#### Referensi

- Ahmed H, Patel K, Greenwood D, Halpin S J, Lewthwaite P, Salawu A, et al. "Long-Term Clinical Outcomes In Survivors Of Severe Acute Respiratory And Middle East Respiratory Syndrome Coronavirus Outbreaks After Hospitalization Or ICU Admission: A Systematic Review And Meta-Analysis." *J Rehabil Med.* (2020):1-11.
- Callard, F dan Perego, E. "How and Why Patients Made Long Covid." *Social Science & Medicine* (2021):1-5.

- Dennis A, Wamil M, Alberts J., et al. "Multiorgan Impairment in Low-risk Individuals with POST-COVID-19 Syndrome: A Prospective, Community-Based Study." *BMJ Open* (March, 2021):1-11.
- Lu Y, Li X, Geng D., et al. "Cerebral Micro-Structural Changes in COVID-19 Patients: An MRI Based 3 Month Follow Up Study." *ECLinicalMedicine* 25 (Agustus, 2020):1-12.
- Purwandari. "Pengembangan Model Rehabilitasi Berbasis Masyarakat (RBM) Bagi Penyandang Cacat Korban Gempa Bumi tektonik di Wilayah Kabupaten Bantul dan Sleman." *Jurnal Penelitian Humaniora* Vol.14 No. 2. (Oktober, 2020):15-32.
- Rubin R. "As Their Numbers Grow, COVID-19 "Long Haulers"." *Stump Experts. JAMA* Vol. 14 (2020):1381-1383.
- Salman G, dan Agriesta D. "Rumah Isolasi Asrama Haji di Durabaya Dibuka, Bisa Tampung 128 Pasien OTG."
- <https://regional.kompas.com/read/2021/06/25/232720478/rumah-isolasi-di-asrama-haji-surabaya-dibuka-bisa-tampung-128-pasien?page=all>
- Diakses pada 18 September 2021 19.48 WIB
- Shah W, Hillman T, Playford E. D., et al. "Managing the Long Term Effects of COVID-19: Summary of NICE, SIGN, and RCGP Rapid Guideline. *BMJ*. (January, 2021):1-4.
- Yong, S. J. "Long Covid or Post-COVID-19 Syndrome: Putative Pathophysiology, Risk Factors, and Treatments." *Infectious Disease* Vol.53 No.10 (2020):737-754.
- Zhao, F C, Guo, K J, Li, Z R. "Osteonecrosis of The Femoral Head in SARS Patients: Seven Years Later. *Eur J Orthop Surg Traumatol* Vol.23 (2020):673-677.