



Empowerment and assistance of Unissula Virtual Homecare (UVHC) volunteers to increase resilience of Covid-19 patients post self-isolation

Indah Sri Wahyuningsih✉, Erna Melastuti, Asih Puji Lestari

Universitas Islam Sultan Agung, Semarang, Indonesia

✉ indah.unissula@gmail.com

 <https://doi.org/10.31603/ce.6390>

Abstract

Covid-19 patients have been treated and prevented using a variety of strategies. During or after self-isolation, educational strategies can be implemented on patients. As part of its effort to contribute during the pandemic, Unissula created the Unissula Virtual Homecare (UVHC) innovation. Volunteers who can help Covid-19 patients build resilience to the problems they face after Covid-19 are needed to support the UVHC program so that conditions do not recur. UVHC Volunteers will be assisted and empowered to improve their knowledge, skills, and abilities in assisting Covid-19 patients. Training and demonstrations are used to carry out this activity. UVHC volunteers improved their knowledge of nutritional needs by 70%, their skills in breathing exercises by 80%, their knowledge of pharmacology needs by 70%, and their skills in teaching prayer procedures during illness as an effort to fulfill spiritual needs by 80% after participating in the activity. The Service Team suggests forming volunteers in other fields to raise volunteer awareness of the importance of assisting Covid-19 patients in their recovery after self-isolation.

Keywords: *Unissula virtual home care; Resilience; Post self-isolation; Volunteers*

Pemberdayaan dan pendampingan relawan *Unissula Virtual Home Care (UVHC)* untuk meningkatkan resiliensi pasien Covid-19 pasca isolasi mandiri

Abstrak

Pencegahan dan penanganan pasien Covid-19 telah dilakukan dengan berbagai strategi. Strategi edukasi dapat dilakukan pada pasien selama menjalani isolasi mandiri maupun pasca isolasi mandiri. Unissula menginisiasi inovasi *Unissula Virtual Home Care (UVHC)* sebagai upaya kontribusi perguruan tinggi selama masa pandemi. Program UVHC perlu didukung oleh relawan yang dapat mendampingi pasien Covid-19 dalam meningkatkan resiliensinya terhadap masalah yang dialami pasca Covid-19 agar tidak terjadi kondisi yang berulang. Pendampingan dan pemberdayaan relawan UVHC bertujuan untuk dapat meningkatkan pengetahuan, keterampilan dan kemampuan dalam mendampingi pasien Covid-19. Kegiatan ini dilaksanakan dengan pelatihan dan demonstrasi. Setelah kegiatan, relawan UVHC meningkat pengetahuan tentang kebutuhan nutrisi sebesar 70%, keterampilan dalam latihan pernafasan meningkat menjadi 80%, pengetahuan kebutuhan farmakologi meningkat menjadi 70% dan keterampilan dalam mengajarkan tata cara Shalat selama sakit sebagai upaya pemenuhan kebutuhan spiritualitas meningkat menjadi 80%. Tim Pengabdian merekomendasikan pembentukan relawan pada bidang lainnya untuk meningkatkan kepedulian relawan dalam membantu proses penyembuhan pasien Covid-19 pasca isolasi mandiri.

Kata Kunci: *Unissula virtual homecare; Resiliensi; Pasca isolasi mandiri; Relawan*

1. Pendahuluan

Penanganan dan pencegahan kasus pandemi ini sudah dilakukan dengan berbagai cara, baik secara global maupun nasional. Adapun strategi yang selama ini sudah dijalankan untuk penanganan Covid-19 yaitu strategi pertama sebagai penguatan strategi dasar itu adalah dengan gerakan masker untuk semua yang mengampanyekan kewajiban memakai masker saat berada di ruang publik atau di luar rumah. Strategi kedua adalah penelusuran kontak (*tracing*) dari kasus positif yang dirawat dengan menggunakan *rapid test* atau tes cepat, di antaranya adalah orang terdekat, tenaga kesehatan yang merawat pasien Covid-19, serta pada masyarakat di daerah yang ditemukan kasus banyak. Strategi ketiga adalah edukasi dan penyiapan isolasi secara mandiri pada sebagian hasil *tracing* yang menunjukkan hasil tes positif dari *rapid test* atau negatif dengan gejala untuk melakukan isolasi mandiri. Isolasi ini bisa dilakukan mandiri atau berkelompok seperti diinisiasi oleh beberapa kelompok masyarakat. Strategi keempat adalah isolasi rumah sakit yang dilakukan kala isolasi mandiri tidak mungkin dilakukan, seperti karena ada tanda klinis yang butuh layanan definitif di rumah sakit, termasuk dilakukan isolasi di RS darurat (Hastuti & Djanah, 2020).

Isolasi mandiri yang dilakukan seseorang yang terkonfirmasi positif Covid-19 dalam kurun waktu tertentu menimbulkan berbagai dampak yaitu dampak sosial, finansial, kognitif dan emosi, serta kesehatan fisik (segera sembuh atau semakin parah) hal ini akan menyebabkan dampak psikis atau psikologis yang serius dan berkepanjangan. Dampak psikis/psikologis yang mungkin dirasakan oleh seseorang yang menjalani isolasi mandiri adalah stres (merasa tertekan, mengeluh sakit kepala, gelisah, dan gangguan tidur), gangguan cemas (rasa khawatir yang tinggi, curiga dengan pengobatan yang dianggap tidak benar, keyakinan bahwa dirinya tidak akan sembuh), depresi (mulai kehilangan semangat, tidak berminat untuk bercakap-cakap atau kegiatan apapun) (Direktorat Pelayanan Kesehatan Primer et al., 2020). Oleh karena itu seseorang yang menjalani isolasi mandiri membutuhkan pendampingan sehingga masa isolasi menjadi efektif. Pendampingan tersebut bertujuan agar pasien patuh selama menjalani isolasi mandiri, kepatuhan dalam pengobatan dan kepatuhan dalam menjalankan pencegahan Covid-19 setelah selesai menjalani masa isolasi mandiri.

Hal yang tidak kalah pentingnya adalah masa pasca isolasi mandiri, perlu adanya perhatian bagi tenaga medis dan kesehatan lainnya. Perlu upaya untuk meningkatkan resiliensi pada pasien dan keluarganya agar tidak muncul gejala berulang pasca menjalani isolasi mandiri serta mencegah munculnya *Long haul* Covid-19. Resiliensi adalah kemampuan seseorang untuk dapat bangkit kembali dari masalah yang sedang dialami. Resiliensi diukur dari kemampuan pasien untuk mengatasi stres, kecemasan dan depresi akibat masalah tertentu. Pasien Covid-19 memiliki resiliensi yang bagus apabila mampu mengendalikan emosi dan mematuhi *treatment* yang diberikan selama masa penyembuhan (Diponegoro et al., 2021). Selama masa pandemi diperlukan dukungan bagi pasien Covid-19 melalui intervensi yang berhubungan dengan resiliensi yaitu mengetahui informasi terkait risiko yang terjadi selama pandemi, mempromosikan perilaku hidup sehat dan pendampingan untuk mengurangi kecemasan serta gejala PTSD pada pasien Covid-19. Upaya promosi perilaku hidup sehat pasca isolasi sosial tetap dapat dilakukan secara virtual. Pendampingan dan pemberdayaan relawan program UVHC (Unissula Virtual Home Care) diharapkan dapat meningkatkan resiliensi para pasien Covid-19 pasca isolasi mandiri.

Berdasarkan pemaparan di atas, Unissula layak menjadi mitra dalam pelaksanaan PKM pendampingan dan pemberdayaan relawan UVHC sebagai upaya pendampingan pada pasien Covid-19 yang berkonsultasi melalui program UVHC selama masa pandemi. Tujuan dari pendampingan dan pemberdayaan relawan UVHC adalah memberdayakan sumber daya manusia di lingkungan kampus Unissula dan meningkatkan kepedulian mahasiswa kesehatan pada pasien Covid-19 sebagai bagian dari *agent of exchange* untuk ketahanan hidup yang lebih baik pada pasien Covid-19 dengan menjadi edukator virtual dan motivator. Hasil akhir dari program pendampingan dan pemberdayaan relawan UVHC yaitu terbentuknya relawan UVHC yang bertugas untuk meningkatkan pengetahuan, keterampilan dan kemampuan pasien dalam meningkatkan resiliensi pasien Covid-19 pasca isolasi mandiri.

2. Metode

Metode dalam pemecahan masalah ini adalah dengan pemberdayaan relawan UVHC yang dibentuk untuk memberikan informasi melalui layanan UVHC (Unissula Virtual Home Care). Peserta kegiatan ini adalah 20 relawan UVHC yang merupakan mahasiswa Universitas Islam Sultan Agung. Relawan dilatih terkait edukasi nutrisi, edukasi farmakologi, edukasi spiritual dan edukasi latihan pernafasan untuk pasien Covid-19. Kegiatan ini dilakukan mulai bulan Juli-Oktober 2021. Relawan dapat berkonsultasi dengan tim pelaksana terkait edukasi yang telah diajarkan. Tim pelaksana melakukan evaluasi dan monitoring secara langsung selama periode kegiatan pengabdian. Evaluasi dilakukan saat relawan memberikan informasi kepada pasien setelah pasien berkonsultasi dengan dokter di layanan UVHC.

3. Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pemberdayaan dan pendampingan relawan UVHC diikuti oleh 20 partisipan, dari prodi Keperawatan dan Farmasi. Mahasiswa tersebut mendapatkan pelatihan dan edukasi secara intensif dari tim pelaksana. Kegiatan dilaksanakan secara virtual *zoom* dan mengisi kuesioner pada *google form*. Topik pendampingan yang diberikan untuk meningkatkan resiliensi pasien Covid-19 bervariasi meliputi edukasi penggunaan UVHC, edukasi pemenuhan nutrisi pasien, edukasi farmakologi, edukasi terapi spiritual dan edukasi latihan untuk pemenuhan kebutuhan oksigenasi (**Gambar 1**).



Gambar 1. Pendampingan pada relawan UVHC

3.1. Edukasi pemenuhan kebutuhan nutrisi

Kebutuhan nutrisi pada pasien Covid-19 sangat diperlukan untuk mempertahankan kondisi fisik dalam melawan virus. Nutrisi yang optimal dapat membantu meningkatkan sistem imun dan penting untuk imun *booster* (Aman & Masood, 2016). Adanya materi edukasi pemenuhan kebutuhan nutrisi memungkinkan bagi relawan untuk memberikan informasi yang terarah kepada para pasien Covid-19. Edukasi dapat diberikan melalui ruang konseling pada program UVHC. Setelah dilakukan edukasi, pengetahuan relawan menjadi meningkat 70%.

3.2. Edukasi pelatihan pernafasan

Pasien yang terinfeksi Covid-19 mengalami gangguan pada pernafasan, salah satunya nafas pendek dan cepat atau *takipnea*. Pasien tersebut memerlukan latihan pernafasan atau *breathing exercise*. Latihan pernafasan pada pasien terbukti dapat membantu ekspansi dada dan rekoil paru sehingga dapat meningkatkan kapasitas vital paru dan mengatasi masalah nafas pendek pada pasien (Prabawa et al., 2021). Pemberian latihan pada relawan dapat meningkatkan keterampilan para relawan UVHC untuk melatih pernafasan pada pasien pasca isolasi sosial. Edukasi yang dilakukan secara virtual dapat membantu pasien dalam mengatur pernafasan. Keterampilan relawan meningkat menjadi 80% dan relawan dapat membuat video edukasi untuk pasien Covid-19 di program UVHC.

3.3. Edukasi Farmakologi

Kepatuhan pada penggunaan farmakologi untuk meningkatkan ketahanan fisik pasien Covid-19 perlu disosialisasikan kepada pasien yang sedang menjalani isolasi mandiri atau pasca isolasi mandiri. Terbentuknya relawan UVHC yang dapat memberikan edukasi secara virtual dapat membantu pemahaman pada pasien akan pentingnya penggunaan obat-obatan.

Vitamin dan mineral yang diperlukan untuk pasien secara alami seperti daging, ikan, biji-bijian, sayur dan buah-buahan. Pemberian atau konsumsi vitamin dan mineral juga harus diperhatikan supaya tidak terjadi defisiensi jika kekurangan atau toksisitas jika berlebihan. Rekomendasi pemberian vitamin yang bisa bermanfaat sebagai antioksidan diantaranya vitamin A, D, C, E, B6 dan B9. Mineral yang direkomendasikan diantaranya zink, zat besi, tembaga, selenium dan magnesium.

Pada pasien Covid-19, selain mengalami peningkatan stres oksidatif juga mengalami penurunan kadar glutathione. Glutathione merupakan antioksidan yang diproduksi secara alami oleh tubuh. Ada banyak manfaat glutathione yang penting bagi kesehatan, di antaranya mencegah kerusakan sel tubuh, memperbaiki sel dan jaringan tubuh yang rusak, serta menunjang sistem kekebalan tubuh. Pemberian Glutathione bisa menjadi terapi tambahan pada pasien Covid-19. Selain glutathione, polifenol juga bisa sebagai antioksidan yang terkandung pada makanan. Polifenol terbagi menjadi 2 kelas yaitu flavonoid dan non-flavonoid. Makanan yang mengandung flavonoid memiliki kandungan asam fenolik memiliki berbagai manfaat pada pasien Covid-19. Beberapa contoh makanan yang mengandung asam fenolik diantaranya kafein pada teh, kopi dll.

Nutrasetikal merupakan zat yang memiliki manfaat fisiologis atau memberikan perlindungan terhadap penyakit kronis, menunda proses penuaan dan meningkatkan harapan hidup. Produk nutrasetikal bisa direkomendasikan pada pasien Covid-19 sebagai terapi tambahan maupun pencegahan, dengan contoh produknya coenzyme Q-10, curcumin. Keduanya merupakan antioksidan yang bisa diberikan pada pasien

Covid-19. Produk tersebut sudah bisa diperoleh dengan mudah. Untuk curcumin juga bisa diperoleh secara alami, karena terkandung di dalam jahe, temulawak, kunyit. Adanya pendampingan dan pemberdayaan relawan UVHC secara virtual mampu memberikan kontribusi pelayanan pasien secara virtual, pengetahuan relawan mengenai kebutuhan farmakologi menjadi meningkat menjadi 70%.

3.4. Edukasi kebutuhan spiritual

Salah satu tantangan di keperawatan selama masa pandemi Covid-19 adalah perlunya menyediakan perawatan spiritual pada pasien. Pasien Covid-19 memerlukan perawatan fisik dan psikologis secara holistik. Perawatan holistik dapat dilakukan pada pasien dan keluarga. Konsep multidimensi di dalam perawatan spiritual diantaranya yaitu berdoa sedangkan perawatan non religi seperti menghormati pasien, mendukung privasi, mendengarkan cerita pasien dan membantu pasien untuk menyadari rasa sakit yang dialami (Bahramnezhad & Asgari, 2021). Hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya pertemuan spiritual yang dilakukan oleh perawat dapat berdampak pada peningkatan level kesehatan dan sebagai kekuatan dalam penyembuhan. Perawatan spiritual sebagai salah satu kebutuhan mendasar yang diperlukan oleh individu untuk memberikan motivasi perubahan dalam menghadapi tekanan emosi, penyakit fisik dan kematian (Gulo et al., 2021). Pendampingan pada relawan UVHC adalah dengan mengajarkan Shalat untuk pasien yang menderita Covid-19. Relawan mampu untuk mendemonstrasikan tata cara Shalat bagi orang sakit. Keterampilan relawan meningkat menjadi 80% dan relawan mampu untuk mengajarkan tata cara Shalat setelah berkonsultasi keagamaan secara virtual melalui program virtual UVHC.

4. Kesimpulan

Unissula Virtual Home Care (UVHC) merupakan salah satu bentuk upaya kepedulian pada pasien Covid-19 selama dan pasca isolasi mandiri untuk meningkatkan resiliensi pasien selama terkena Covid-19. Terbentuknya relawan UVHC dapat meningkatkan mutu pelayanan kesehatan secara komprehensif melalui layanan virtual dan dapat memberikan informasi positif secara virtual pada pasien Covid-19 pasca isolasi mandiri agar pasien memiliki resiliensi atau ketahanan tubuh yang baik dalam menghadapi kondisi-kondisi di masa pandemi.

Ucapan Terima Kasih

Tim pelaksana pengabdian mengucapkan terima kasih kepada seluruh relawan Unissula dan LPPM (Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat) Universitas Islam Sultan Agung atas terlaksananya kegiatan pengabdian masyarakat ini selama masa pandemi.

Daftar Pustaka

Aman, F., & Masood, S. (2016). Guidance on the scientific requirements for health claims related to the immune system, the gastrointestinal tract and defence against pathogenic microorganisms. *Pakistan Journal of Medical Sciences*, 14(1),

- 121-123. <https://doi.org/https://doi.org/10.2903/j.efsa.2016.4369>
- Bahramnezhad, F., & Asgari, P. (2021). Spiritual Care for COVID-19 Patients: A Neglected Necessity To. *Infectious Diseases in Clinical Practice*, 29(1), 506-508.
- Diponegoro, A. M., Khasanah, I. N., Salma, N., Perceka, M. Z., Murti, V. S., Vallyzsanta, Y., Irmawati, Y., & Larasati, P. (2021). The Resilience of Recovered Covid-19 Patients. *KnE Social Sciences*, 4(15), 386-392. <https://doi.org/10.18502/kss.v4i15.8227>
- Direktorat Pelayanan Kesehatan Primer, Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan, & Kementerian Kesehatan. (2020). *Petunjuk Teknis Pelayanan Puskesmas Pada Masa Pandemi Covid 19*. Kementerian Kesehatan RI.
- Gulo, A. R. B., Simanjutak, E. Y., & Hutahulu, J. (2021). Meeting Spiritual Needs to Improve The Quality of Life of Patients in Supervision COVID-19 in Medan. *Indonesian Nursing Journal of Education and Clinic (INJEC)*, 6(2). <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.24990/injec.v6i2.362>
- Hastuti, N., & Djanah, S. N. (2020). Studi Tinjauan Pustaka : Penularan dan Pencegahan Penyebab Covid 19. *An-Nadaa: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(2), 70-76. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.31602/ann.v7i2.2984>
- Prabawa, I. M. Y., Silakarma, D., Manuaba, I. B. A. P., Widnyana, M., & Jeviana, A. (2021). Chest therapy and breathing exercise in covid-19 patient: A case report. *Bali Medical Journal*, 10(2), 495-498. <https://doi.org/10.15562/bmj.v10i2.2403>



This work is licensed under a Creative Commons Attribution Non-Commercial 4.0 International License
