

Analisis situasi Myanmar pada pencegahan dan kontrol PTM Rekomendasi untuk riset implementasi di SUNI-SEA

Epidemiologi

Negara	Myanmar ¹
Tingkat kematian PTM	68%
Mortalitas penyakit kardiovaskuler	20% dari kematian PTM
Diabetes	4.7% laki laki/7.0% wanita
Hipertensi	24.7 % laki laki/ 28.0% perempuan
Berat badan berlebih/ obesitas	Obesitas: 2.6% laki-laki/ 8.4% perempuan
Merokok	43.8% laki-laki/ 8.4% perempuan
Penggunaan alkohol tiap bulan	38.1% laki-laki/ 1.55 perempuan
Aktivitas fisik tidak memenuhi standar	12.5% laki-laki/ 18.8% perempuan
Catatan	Obesitas meningkat drastis di Myanmar

Intervensi yang sedang berlangsung

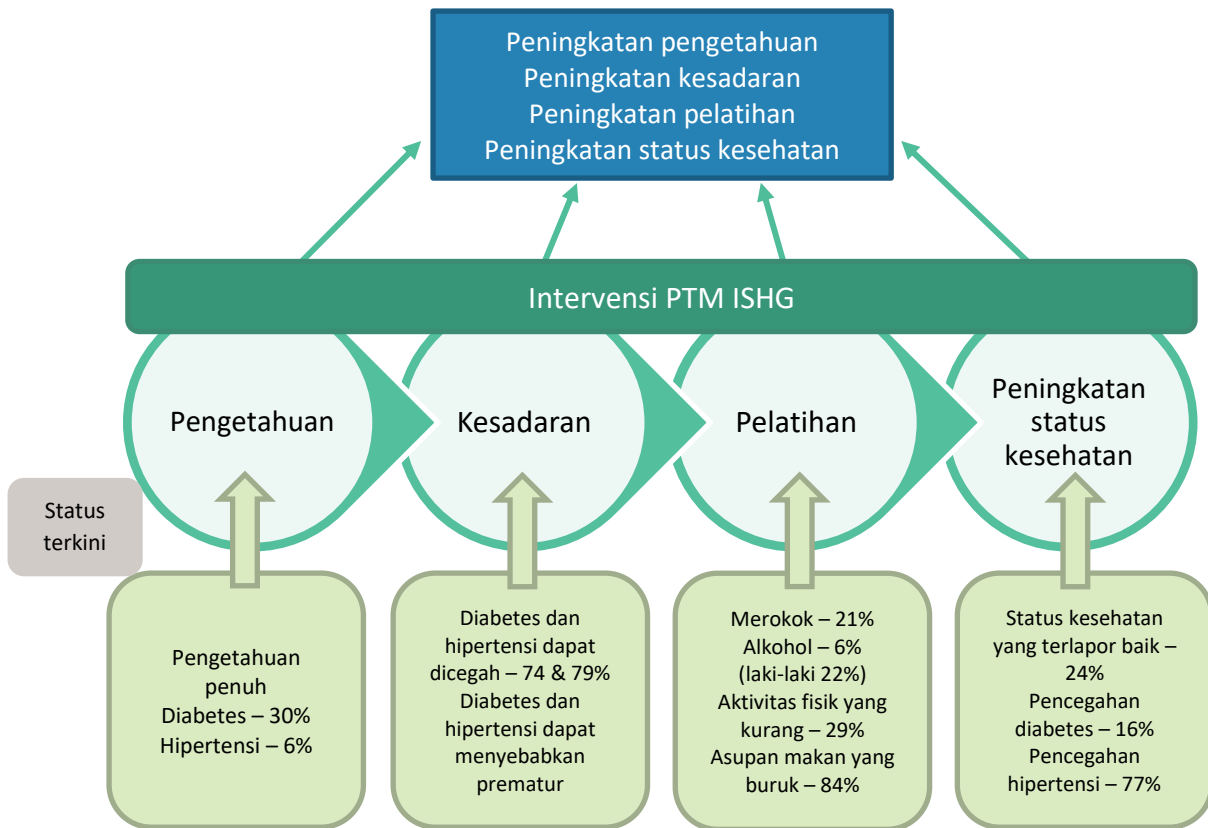
Strategi nasional

Saat ini, layanan PTM di Myanmar sebagian besar disediakan di rumah sakit. Kementerian Kesehatan dan Olahraga (MoHS) telah merumuskan Rencana Strategis Nasional Pencegahan dan Pengendalian PTM. Pelayanan yang sedang berjalan adalah intervensi *Primary Healthcare Essential NCD* (PEN). Kementerian berkomitmen untuk menyediakan kesehatan dasar; pelatihan staf, obat-obatan esensial, teknologi, dan alat-alat untuk implementasi PEN.

Community interventions and primary healthcare facility interventions

Intervensi PEN diujicobakan pada tahun 2012 oleh Proyek Pengendalian Diabetes dan Universitas Kedokteran 2 Yangon dengan dukungan dari WHO. Percontohan ini menghasilkan hasil yang baik dalam pengendalian diabetes dan hipertensi. Setelah itu, pelatihan sukarelawan rintisan dilakukan untuk memberikan promosi kesehatan, skrining NCD dasar dan layanan rujukan dilakukan di tujuh *Inclusive Self-Help Groups* (ISHG) di Dagon Timur. Saat ini terdapat 136 ISHG di negara tersebut. Kelompok-kelompok tersebut memiliki komite kesehatan tetapi belum melakukan kegiatan khusus PTM. Sebagian besar pedoman dan materi pelatihan untuk masyarakat belum divalidasi.

¹ WHO's World Health Statistics. <https://data.worldbank.org/indicator/SH.DTH.NCOM.ZS>



Pelajaran kelompok swadaya inklusif (ISHG) yang dipelajari sejak 2009

- **Inklusi sosial** - Melalui ISHG, orang tua (dan juga orang muda) merasa dihargai dan mereka berkontribusi pada pengembangan seluruh komunitas.
- **Kualitas hidup yang lebih baik** - ISHG efektif dalam mempromosikan keamanan pendapatan dan meningkatkan kualitas hidup dalam komunitas.
- **Dukungan sosial** - sebagai hasil dari kegiatan pertemuan bulanan, semua anggota kelompok dapat berbagi pengalaman mereka dan bersama-sama mengatasi masalah yang dihadapi oleh kelompok.
- **Mobilisasi komunitas** - ISHG belajar untuk mengimplementasikan kegiatan berkoordinasi dengan Komite Jaringan Antar Kota- sehingga secara bertahap menjadi kurang bergantung pada *HelpAge*.
- **Model yang kuat termasuk dalam prioritas nasional** - Departemen Kesejahteraan Sosial Kementerian Bantuan Kesejahteraan Sosial dan Pemukiman Kembali telah sangat mendukung model ISHG dan telah menunjukkan komitmen untuk memperluas jumlah ISHG.

Kesesuaian dengan temuan dari tinjauan pustaka

Perluasan intervensi PEN dan kegiatan kesehatan yang sedang berlangsung di ISHG sebagian besar sejalan dengan temuan dari tinjauan pustaka. Skrining yang diusulkan hemat biaya. Dari skrining kanker serviks, kita tahu bahwa tingkat partisipasi yang rendah mempengaruhi efektivitas program. Informasi kesehatan yang baik dan adanya pengingat (misalnya melalui telepon) dapat membantu meningkatkan jangkauan.

Konseling kelompok dan individu di antara pasien berisiko dan pasien yang didiagnosis PTM harus dimasukkan dalam program komunitas. Konseling kelompok terbukti efektif untuk mengurangi konsumsi rokok dan penggunaan alkohol yang berbahaya. Dukungan rekan yang positif dapat membantu pencapaian penetapan target individu. Memberikan konseling diet dan olahraga terbukti efektif dan hendaknya menjadi

bagian dari kegiatan standar ISHG. ISHG juga dapat dianggap sebagai platform untuk melakukan konseling kelompok dengan subkelompok yang didiagnosis dengan satu atau lebih PTM, terutama diabetes. Perubahan gaya hidup dan manajemen diri pada diabetes dapat didukung melalui kelompok. Jika memungkinkan, anggota keluarga dan rekan penting dari individu yang didiagnosis juga dapat mengambil bagian dalam sesi pelatihan PTM. Pencegahan dan pengobatan dini diabetes dapat menurunkan biaya perawatan kesehatan.

Penggunaan instrumen kebijakan lain mungkin juga menjadi sesuatu hal yang perlu dipertimbangkan untuk Myanmar karena hal ini dapat ditawarkan cara yang lebih murah untuk menjangkau sebagian besar penduduk. Kampanye di media massa tentang asupan garam, kolesterol dan konsumsi tembakau terbukti dapat menghemat biaya dalam menargetkan individu yang berisiko terkena penyakit kardiovaskular. Pajak atas tembakau untuk menurunkan jumlah perokok dan minuman bergula untuk menurunkan kadar gula darah juga merupakan alternatif kebijakan hemat biaya yang dapat dipertimbangkan.

Pelajaran yang didapat dari SUNI- SEA

Aktivitas ISHG akan menjadi jantung penelitian. Skrining berbasis komunitas mengenai diabetes dan hipertensi akan diperkenalkan. ISHG akan memainkan peran dalam mencapai tingkat kehadiran tinggi. Follow-up dalam kelompok komunitas akan meningkatkan dukungan personal dalam mencapai tujuan kesehatan untuk meningkatkan gaya hidup.

Kolaborasi dekat antara sukarelawan ISHG dan tenaga kesehatan di fasilitas kesehatan primer dapat meningkatkan follow-up masyarakat yang teridentifikasi dengan faktor risiko di fasilitas Kesehatan. Kelompok komunitas dapat mendukung diagnosis pasien dengan hipertensi dan diabetes untuk meningkatkan pengobatan.

Kegiatan SUNI-SEA di Myanmar 2020 - 2022

Komponen intervensi	Aktivitas
Pengembangan kapasitas	<ul style="list-style-type: none"> • Pelatihan relawan ISHG • Lokakarya tentang motivasi dan kepedulian kelompok
Skrining kesehatan	<ul style="list-style-type: none"> • Skrining dasar tentang BMI, tekanan darah, diabetes • Skrining untuk anggota komunitas yang berisiko tinggi
Promosi kesehatan	<ul style="list-style-type: none"> • Sesi pendidikan kesehatan • Informasi tentang layanan yang ada • Kesenambungan perawatan bagi anggota komunitas yang berisiko tinggi • Promosi latihan fisik • Promosi dan pembuatan klub aktivitas (berkebun, berjalan dll)

Komponen intervensi	Aktivitas
Jaminan sosial lintas sektor, inklusi dan kesejahteraan	<ul style="list-style-type: none">• Perawatan dan dukungan sosial berkelanjutan untuk keterikatan anggota komunitas• Menguji coba skema asuransi kesehatan berbasis masyarakat• Menciptakan sistem rujukan yang berkelanjutan antar komunitas dan tingkat PHC