


"Care-Path": Program Edukasi Perawatan Diri Holistik pada Penderita Kusta di Pusat Rehabilitasi Gemakasih Galang

Lindawati Simorangkir^{1*}, Deskrisman Stefan Mendrofa², Barce Inel Crevis Gulo³, Jagentar Pane⁴, Jev Boris⁵

^{1,2,4}Program Studi Ners, ³Program Studi Teknologi Laboratorium, ⁵Program Studi Manajemen Informasi Kesehatan, STIKes Santa Elisabeth Medan, Jl. Bunga Terompet No.118, Sempakata, Kec. Medan Selayang, Kota Medan, Sumatera Utara

E-mail: lindasimorangkir79@gmail.com

* Corresponding Author

 <https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i4.6167>

ARTICLE INFO

Article history

Received: 05 May 2026

Revised: 18 May 2026

Accepted: 05 June 2026

Kata Kunci:

CARE-PATH, Kusta, Perawatan Diri, Holistik.

Keywords:

CARE-PATH, Leprosy, Self-Care, Holistic.

ABSTRACT

Indonesia menempati peringkat ketiga dunia dengan penemuan lebih dari 14.000 kasus baru kusta per tahun. Penderita kusta menghadapi tantangan ganda berupa kerusakan saraf fisik yang memicu luka kronis serta beban psikologis akibat stigma sosial. Program "CARE-PATH" bertujuan memberikan pendampingan holistik bagi penderita di Pusat Rehabilitasi Gemakasih Galang dengan mengintegrasikan aspek medis dan dukungan psikososial. Metode pelaksanaan terdiri dari penilaian holistik melalui skrining fisik dan psikologis, dilanjutkan dengan edukasi perawatan diri mandiri. Intervensi fisik dilakukan melalui teknik "2M" (merendam dan merawat), sementara dukungan psikologis diberikan melalui sesi afirmasi, rekonstruksi konsep diri, dan teknik relaksasi *deep breathing*. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan kemandirian peserta dalam menjaga kelembaban kulit serta peningkatan kepercayaan diri dan penurunan kecemasan. Penggunaan "Buku Saku CARE-PATH" sebagai *logbook* mandiri efektif meningkatkan kepatuhan peserta dalam perawatan rutin. Program ini membuktikan bahwa integrasi edukasi fisik dan mental secara signifikan meningkatkan kualitas hidup penderita kusta

Indonesia ranks third globally, with over 14,000 new leprosy cases detected annually. Patients face a dual challenge: physical nerve damage leading to chronic wounds and the psychological burden of social stigma. The 'CARE-PATH' program aims to provide holistic assistance for patients at the Gemakasih Galang Rehabilitation Center by integrating medical aspects and psychosocial support. The implementation method consists of a holistic assessment through physical and psychological screening, followed by self-care education. Physical interventions are conducted using the '2M' technique (soaking and caring), while psychological support is provided through affirmation sessions, self-concept reconstruction, and deep breathing relaxation techniques. The results indicate an improvement in participants' independence in maintaining skin moisture, as well as increased self-confidence and reduced anxiety. The use of the 'CARE-PATH Pocket Book' as a self-monitoring logbook has proven effective in enhancing participant compliance with routine care. This program demonstrates that the integration of physical and mental education significantly improves the quality of life for people affected by leprosy.



This is an open access article under the CC-BY-SA license.



How to Cite: Lindawati Simorangkir, et al (2026). "Care-Path": Program Edukasi Perawatan Diri Holistik pada Penderita Kusta di Pusat Rehabilitasi Gemakasih Galang, 4(4) 26493-26498. <https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i4.6167>

PENDAHULUAN

Berdasarkan laporan *Global Leprosy (Hansen's Disease) Report 2023: Progress towards zero leprosy* yang diterbitkan oleh WHO Global Observatory, Indonesia menempati peringkat ketiga di dunia

dengan estimasi penemuan lebih dari 14.000 kasus baru kusta per tahun (*World Health Organization*, 2024). Berdasarkan Profil Kesehatan Indonesia 2023 (Edisi 2024), prevalensi kusta diukur berdasarkan jumlah kasus per 10.000 penduduk. Wilayah Indonesia bagian timur, seperti Papua dan Maluku, serta Provinsi Jawa Timur mencatatkan angka prevalensi yang jauh melampaui rata-rata nasional sebesar 0,62 per 10.000 penduduk.

Masalah fisik pada penderita kusta berakar dari kerusakan saraf tepi akibat bakteri *Mycobacterium leprae*. Kondisi ini menyebabkan mati rasa pada tangan, kaki, dan wajah, sehingga penderita rentan terhadap luka kronis, kerusakan kelenjar keringat yang membuat kulit sangat kering, luka kronis di telapak kaki akibat tekanan berulang tanpa rasa sakit, pembengkokan jari akibat kelumpuhan otot, kelumpuhan saraf yang menyebabkan kaki sulit diangkat saat berjalan, ketidakmampuan menutup kelopak mata yang berisiko pada kebutaan (Smith, C. S., & Braet, S. 2025). Selain dampak fisik, kusta memberikan beban psikologis yang berat akibat stigma sosial yang masih tinggi. Masalah psikologis utama yang sering dialami pasien kusta, gangguan citra tubuh, *self-stigma*, ansietas, depresi, isolasi sosial, kehilangan motivasi (Hansen, R., & Miller, J., 2025).

Pengobatan kusta saat ini masih berorientasi pada kesembuhan klinis melalui *Multi-Drug Therapy* (MDT), namun sering kali mengabaikan trauma mental dan risiko disabilitas jangka panjang (Kemenkes RI, 2023; WHO, 2024). Tanpa edukasi *self-care* yang memadai, penderita kesulitan melindungi anggota tubuh yang mati rasa, sehingga risiko kecacatan tetap tinggi meski bakteri telah hilang. Selain itu, tekanan psikologis akibat stigma memicu sikap apatis yang mempercepat kerusakan fisik. Kurangnya integrasi antara self care dan penguatan mental menjadi peluang besar dalam penanggulangan kusta secara holistik (Nuraini & Kurniawan, 2024; Putri dkk., 2025).

Melalui program CARE-PATH, tim pengmas menghadirkan solusi pendampingan holistik yang intensif. Program ini mengintegrasikan pelatihan keterampilan perawatan fisik mandiri untuk mencegah disabilitas dengan dukungan psikologis, seperti sesi berbagi dan terapi afirmatif, guna membangun konsep diri yang positif. Pendekatan ini diharapkan mampu memberdayakan penderita kusta agar lebih mandiri dan memiliki kualitas hidup yang lebih baik di masyarakat."

METODE

Program CARE-PATH dirancang untuk mengintegrasikan perawatan fisik dengan dukungan psikososial bagi penderita kusta. Pendekatan ini memastikan bahwa pemulihan tidak hanya berhenti pada bebas kuman, tetapi juga mencapai kesejahteraan mental dan reintegrasi sosial. Tahapan CARE-PATH yang akan dilaksanakan oleh tim PengMas Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan:

1. Fase persiapan: penilaian holistik (assessment)
Sebelum memulai pengmas pendampingan, dilakukan evaluasi menyeluruh untuk memetakan kebutuhan spesifik setiap individu.
 - a. Skrining Fisik: Identifikasi luka/ulkus kronis.
 - b. Skrining Psikologis: Menggunakan instrumen seperti *General Health Questionnaire* (GHQ) untuk mengukur tingkat stres, kecemasan, atau tanda-tanda depresi akibat stigma.
2. Fase edukasi perawatan diri
Tahap ini bertujuan membangun kemandirian pasien melalui pengetahuan yang tepat.
 - a. Edukasi "2M" (merendam, merawat,) meliputi teknis perawatan kulit mati dan pencegahan luka pada area yang mati rasa.
 - b. Edukasi afirmasi dan rekonstruksi konsep diri
Bertujuan mengubah pola pikir penderita kusta dengan mengajak penderita menuliskan atau menyebutkan kelebihan yang masih mereka miliki di luar kondisi fisiknya.
 - c. Edukasi teknik relaksasi
Bertujuan membuat kegiatan perawatan luka menjadi momen yang menenangkan, bukan momen yang mengingatkan mereka pada penyakit. Kegiatan yang dilakukan dengan melatih teknik pernapasan dalam (deep breathing)
3. Monitoring dan evaluasi (logbook mandiri)
Setiap peserta diberikan "Buku Saku CARE-PATH" yang berisi:
 - a. Ceklis harian perawatan kulit
 - b. Jurnal emosi sederhana untuk mencatat perasaan atau kendala psikologis yang dialami.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan CARE-PATH dilaksanakan pada hari Sabtu 7 Februari 2025 dari pukul 08.00 sampai 13.00 WIB di Pusat Rehabilitasi Gemakasih Galang dengan melibatkan penderita kusta sebanyak 5 orang. Kegiatan dilakukan secara bertahap sesuai dengan rancangan metode yang telah disusun, dengan pendekatan partisipatif dan berkelanjutan.

Tahap awal pelaksanaan dimulai dengan mengidentifikasi lokasi dan tingkat sensitivitas luka pada penderita kusta sebagai dasar penentuan tindakan selanjutnya. Hasil observasi didapat data : 1) Lokasi luka pada telapak kaki di bawah tulang ibu jari dan tumit; 2) Kedalaman luka dangkal tidak mengenai tulang, tepi luka mengeras (hiperkeratosis); 3) Kondisi sensori area luka dan kulit mati rasa, tidak merasakan nyeri meski ada luka. Selanjutnya melakukan skrining psikologis menggunakan instrumen *General Health Questionnaire* (GHQ) menunjukkan skor 3, yang mengindikasikan bahwa kondisi kesehatan mental pasien berada dalam kategori normal, sehingga pasien hanya memerlukan edukasi mengenai manajemen stres ringan."



Gambar 1. Identifikasi Luka
sumber : dokumentasi pribadi

Tahap pegabdian masyarakat dilanjutkan dengan tindakan 2M, yakni merendam luka selama 20 menit dengan air bersih untuk melunakkan jaringan kulit yang keras dan melakukan perawatan luka guna mencegah terjadinya kerusakan saraf yang lebih parah.



Gambar 2. Perawatan Luka
Sumber: dokumentasi pribadi

Setelah tim melakukan perawatan luka dilanjutkan dengan memberi edukasi tentang afirmasi. Pemberian afirmasi bertujuan untuk meningkatkan harga diri dan mengurangi stigma internal yang muncul akibat kondisi fisik. Tim mengajarkan kepada penderita kusta untuk melakukan afirmasi dengan cara

1. Cermin Diri: Mengucapkan satu kalimat afirmasi sambil menatap mata sendiri di depan cermin setiap pagi. "Tubuh saya adalah pejuang. Setiap hari saya semakin kuat dan saya sedang melangkah menuju kesembuhan total"
2. Personalisasi: Memilih satu kalimat yang paling menyentuh hati dan menuliskannya di tempat yang sering dilihat (misalnya di dinding kamar). "*Hari ini aku memilih untuk bersyukur, tetap berjuang, dan mencintai diriku apa adanya.*"

3. Visualisasi: Saat mengucapkan afirmasi, bayangkan diri sedang melakukan aktivitas yang mereka sukai dengan perasaan bahagia. Waktu yang Tepat: Visualisasi ini dilakukan setelah melakukan prosedur 2M (Merendam dan Merawat), sebagai bentuk penghargaan atas usaha kita merawat diri. *“Tutup mata, lihat diri kita yang sehat, dan rasakan kebahagiaan itu sekarang juga”*.

Edukasi ketiga yakni melakukan pelatihan teknik relaksasi pernapasan dalam guna membuat kegiatan perawatan luka menjadi momen yang menyenangkan, bukan momen yang mengingatkan mereka pada penyakit. Tim mengajarkan teknik teknik pernapasan dalam (*deep breathing*) dengan cara demonstrasi.

Pada tahap awal, tim melakukan asesmen holistik terhadap seluruh peserta (Nareswari & Mayasari, 2024). Skrining fisik dilakukan melalui pemeriksaan fungsi saraf, identifikasi luka, serta penentuan derajat kecacatan. Hasil menunjukkan bahwa sebagian besar peserta mengalami gangguan sensorik pada ekstremitas dan beberapa telah memiliki luka kronis pada telapak kaki (Muliando & Fiqnasyani, 2023). Sementara itu, skrining psikologis menggunakan kuesioner sederhana mengindikasikan adanya tingkat kecemasan dan penurunan kepercayaan diri akibat stigma sosial yang masih kuat (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023).

Tahap berikutnya adalah pelaksanaan edukasi perawatan diri. Edukasi dilakukan secara langsung melalui demonstrasi dan praktik bersama. Pada edukasi “2M” (Merendam dan Merawat), peserta diajarkan teknik merendam kaki dan tangan menggunakan air hangat, dilanjutkan dengan pembersihan dan pemberian pelembab untuk mencegah kulit kering dan pecah-pecah (Solikhah & Ciptaningtyas, 2023). Peserta juga dilatih mengenali tanda-tanda luka dini agar dapat segera melakukan tindakan pencegahan (Rahman *et al.*, 2026).

Selanjutnya, dilakukan edukasi psikologis melalui sesi afirmasi dan rekonstruksi konsep diri. Peserta diajak untuk mengenali potensi diri yang masih dimiliki, berbagi pengalaman, serta membangun dukungan antar sesama. Kegiatan ini berlangsung dalam suasana terbuka sehingga peserta lebih berani mengungkapkan perasaan mereka. Selain itu, peserta diberikan pelatihan teknik relaksasi (*deep breathing*) sebagai upaya mengurangi kecemasan. Teknik ini dipraktikkan secara bersama dan diintegrasikan dalam rutinitas perawatan diri agar kegiatan fisik juga memberikan efek menyenangkan secara psikologis (Siallagan *et al.*, 2021).



Gambar 3. Edukasi Afirmasi dan Relaksasi
Sumber: dokumentasi pribadi

Sebagai bentuk keberlanjutan program, setiap peserta diberikan Buku Saku CARE-PATH yang berfungsi sebagai logbook mandiri. Buku ini digunakan untuk mencatat aktivitas perawatan harian serta kondisi emosional peserta. Tim pengmas melakukan monitoring secara berkala untuk memastikan kepatuhan dan memberikan pendampingan lanjutan.

Pelaksanaan program CARE-PATH menunjukkan bahwa pendekatan holistik yang mengintegrasikan aspek fisik dan psikologis memberikan dampak positif bagi penderita kusta (Nareswari & Mayasari, 2024). Edukasi perawatan diri terbukti meningkatkan pemahaman peserta dalam menjaga kondisi kulit dan mencegah luka, terutama pada area yang mengalami mati rasa akibat kerusakan saraf. Secara fisik, praktik perawatan rutin seperti merendam dan merawat kulit membantu meningkatkan kelembaban kulit serta mengurangi risiko terbentuknya ulkus. Hal ini sejalan dengan konsep self-care pada penderita kusta yang menekankan pentingnya perlindungan terhadap anggota tubuh yang kehilangan sensasi (Rasyid & Wilutono, 2022). Dari aspek psikologis, sesi afirmasi dan berbagi pengalaman memberikan ruang bagi peserta untuk mengekspresikan perasaan yang selama ini

terpendam. Stigma sosial yang melekat pada kusta seringkali menyebabkan isolasi sosial dan penurunan harga diri. Melalui pendekatan kelompok, peserta mulai menunjukkan peningkatan kepercayaan diri dan motivasi untuk berinteraksi kembali dengan lingkungan (Muljani *et al.*, 2026).

Pelatihan teknik relaksasi juga memberikan manfaat dalam menurunkan tingkat kecemasan. Integrasi antara perawatan fisik dan relaksasi menciptakan pengalaman yang lebih positif, sehingga peserta tidak lagi memandang perawatan sebagai beban, melainkan sebagai bentuk perhatian terhadap diri sendiri (Adriana Siahaan *et al.*, 2023). Penggunaan logbook CARE-PATH menjadi strategi efektif dalam meningkatkan kepatuhan peserta terhadap perawatan mandiri. Pencatatan harian membantu peserta lebih sadar terhadap kondisi fisik dan emosional mereka, sekaligus memudahkan tim dalam melakukan evaluasi (Rahman *et al.*, 2026). Namun demikian, terdapat beberapa kendala dalam pelaksanaan program, seperti keterbatasan waktu pendampingan dan variasi tingkat pemahaman peserta. Oleh karena itu, diperlukan pendampingan jangka panjang serta dukungan dari tenaga kesehatan setempat agar program dapat berkelanjutan (Adriana Siahaan *et al.*, 2023).

Secara keseluruhan, program CARE-PATH menunjukkan bahwa intervensi berbasis edukasi holistik tidak hanya berkontribusi pada pencegahan disabilitas fisik, tetapi juga meningkatkan kesejahteraan psikologis penderita kusta (Rasyid & Wilutono, 2022). Pendekatan ini dapat menjadi model inovatif dalam program rehabilitasi kusta yang lebih komprehensif dan berorientasi pada kualitas hidup (Mukti *et al.*, 2020). Diharapkan koordinasi dengan kader kesehatan Galang untuk memantau pasien secara rutin.

SIMPULAN

Implementasi program CARE-PATH di Pusat Rehabilitasi Gemakasih Galang berhasil menunjukkan bahwa integrasi antara perawatan fisik dan dukungan psikososial memberikan dampak signifikan bagi kualitas hidup penderita kusta. Edukasi teknik "2M" (merendam dan merawat) terbukti meningkatkan hidrasi kulit serta menurunkan risiko luka kronis pada area yang mengalami gangguan sensorik. Pemberian sesi afirmasi dan latihan relaksasi pemapasan dalam berhasil menekan tingkat kecemasan serta memulihkan kepercayaan diri pasien dalam menghadapi stigma sosial. Selain itu, penggunaan buku saku sebagai instrumen pemantauan mandiri menjadi strategi yang efektif untuk menjamin kepatuhan perawatan harian.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti menyampaikan ucapan terima kasih kepada pihak yang sudah berkontribusi dalam pelaksanaan penelitian dan penyusunan artikel ini.

REFERENSI

- Smith, C. S., & Braet, S. (2025). Advances in Nerve Function Impairment Monitoring for Leprosy. *International Journal of Infectious Diseases*, 118, 102-115.
- Hansen, R., & Miller, J. (2025). Psychological Resilience and Self-Care Participation in Leprosy Patients: A Longitudinal
- Adriana Siahaan, S., Devi Ansela, R., Daulay, W., Studi Magister Ilmu Keperawatan, P., & Keperawatan, F. (2023). Efektifitas Progressive Muscle Relaxation Terapi Pada Pasien Ansietas: Literature Review. *Communnity Development Journal*, 4(Juni), 3542–3552.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Rencana Aksi Nasional Eliminasi Kusta 2023-2027. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 1–106.
- Mukti, B., Ivantirta, I., & Zuraida, R. (2020). Jurnal Penelitian Perawat Profesional Pencegahan. *British Medical Journal*, 2(5474), 1333–1336.
- Mulianto, N., & Fiqnasyani, S. E. (2023). Manajemen Ulkus Plantar Lepra. *Cermin Dunia Kedokteran*, 50(1), 45–52. <https://doi.org/10.55175/cdk.v50i1.340>
- Muljani, B. D., Novitarum, L., & Frisca, S. (2026). Pemberdayaan penderita kusta melalui penguatan umkm dan pelayanan kesehatan. 10(1), 1–2.
- Nareswari, P. J., & Mayasari, D. (2024). Penatalaksanaan Holistik Kusta Dengan Neuropati Dan Hipertensi Pada Kepala Keluarga Melalui Prinsip Pendekatan Kedokteran Keluarga: Laporan Kasus. *Jurnal Medika Malahayati*, 8(1), 48–59. <https://doi.org/10.33024/jmm.v8i1.12890>

- Rahman, F. F. R., Mubaroq, A., & Amaliyah, R. (2026). Edukasi Perawatan Diri Bagi Penderita Kusta Berbasis Website Epidemiologi. 7(1), 342–346.
- Rasyid, M., & Wilutono, N. (2022). Implementasi Home Care pada Pasien Kusta Di Desa Bitahan Kecamatan Lok Paikat Kabupaten Tapin Kalimantan Selatan. *Jurnal Skala Kesehatan*, 13(1), 55–58. <https://doi.org/10.31964/jsk.v13i1.342>
- Siallagan, A., Ginting, F., Gaol, R. L., & Pujiastuti, M. (2021). Peningkatan konsep diri dan perawatan luka pada Penderita kusta di panti rehabilitasi kusta gema kasih galang, Sumatera Utara. *Jurnal Peduli Masyarakat*, 3(4), 603–608.
- Solikhah, F. K., & Ciptaningtyas, M. D. (2023). Pelatihan Perawatan Diri Pada Penderita Kusta dan Keluarga. *Jurnal Abdimas Jatibara*, 2(1), 1. <https://doi.org/10.29241/jaj.v2i1.1030>
- Study. *International Journal of Behavioral Medicine*, 32(1), 12-25.
- Kementerian Kesehatan RI. (2023). Pedoman Nasional Pelayanan Kedokteran Tata Laksana Kusta. Jakarta: Direktorat Jenderal Pencegahan dan Pengendalian Penyakit.
- Nuraini, S., & Kurniawan, A. (2024). Integrasi Dukungan Psikososial dalam Perawatan Penderita Kusta: Tantangan dan Peluang di Fasilitas Kesehatan Primer. *Jurnal Kebijakan Kesehatan Indonesia*, 13(2), 75-84.
- Putri, M. E., dkk. (2025). Holistic Approach in Hansen’s Disease: Combining Physical Rehabilitation and Mental Health Support. *Journal of Tropical Medicine and Infectious Disease*, 16(1), 112-125.
- World Health Organization. (2024). *Global Leprosy (Hansen’s Disease) Strategy 2021–2030: Towards Zero Leprosy*. Geneva: WHO Press.