PANDUAN RESMI PENGGUNA · VERSI 1.1.0

Pasien Pintar

Panduan Lengkap Penggunaan Aplikasi

Pendamping harian pengingat obat, pemantauan vital, PMO, skrining PTM, dan kartu darurat — bekerja offline.

Penerbit

Siti Nur Alfiatur Rohmah

Aplikasi: Pasien Pintar (com.perawatcenter.papi) · Versi 1.1.0 (build 3)

Pengembang: Perawat Center · support@perawatcenter.com

perawatcenter.com/pasienpintar

Dokumen ini bersifat edukatif dan bukan pengganti nasihat, diagnosis, atau perawatan dari tenaga kesehatan profesional.

Daftar Isi

Ikuti berurutan bila Anda pengguna baru

Bab	Judul	Isi singkat
1	Mengenal Pasien Pintar	Apa itu, untuk siapa, apa manfaatnya
2	Memulai: Instalasi & Pengaturan Awal	Onboarding dan wizard 5 langkah
3	Peta Layar Utama (Beranda)	Tips harian, statistik, pengingat Hari Ini
4	Pengingat & Manajemen Obat	Tambah obat, jadwal, tandai minum, kepatuhan
5	Fitur PMO (Pengawas Menelan Obat)	Verifikasi harian, pesan WhatsApp, privasi
6	Pantauan Vital & Hasil Lab	TD, nadi, SpO2, gula darah, kolesterol, asam urat
7	Jadwal Kontrol & Agenda	Tambah jadwal, pengingat kontrol
8	Skrining PTM	Menilai risiko penyakit tidak menular
9	Kartu Darurat & Kontak Darurat	QR darurat dan nomor penting
10	Keluarga & Profil	Mengelola anggota keluarga
11	Tips Kesehatan Harian (365 Tips)	Satu tips tiap hari mengikuti kalender
12	Pengaturan Aplikasi	Bahasa, tema, notifikasi, rating, umpan balik
13	Keamanan PIN & Privasi Data	Kunci aplikasi dan penyimpanan lokal
14	Ekspor Data ke PDF/CSV	Membawa riwayat ke dokter
15	Pemecahan Masalah (Troubleshooting)	Notifikasi, tombol back, data hilang
16	Pertanyaan yang Sering Diajukan	FAQ singkat
17	Disclaimer, Dukungan & Penerbit	Kontak dan pernyataan resmi

Cara membaca panduan ini

Pengguna baru: baca Bab 1–4 lebih dulu, itu sudah cukup untuk pemakaian harian.
Pasien TBC dengan pendamping: lanjutkan ke Bab 5 (PMO).
Pasien hipertensi/diabetes/kolesterol: fokus ke Bab 6 dan Bab 14.

1 Mengenal Pasien Pintar

Apa itu aplikasi ini dan untuk siapa

Pasien Pintar adalah aplikasi pendamping kesehatan harian untuk pasien dan keluarganya. Aplikasi membantu Anda tidak lupa minum obat, mencatat hasil pemeriksaan, mengingat jadwal kontrol, serta menyiapkan informasi penting saat keadaan darurat. Seluruh data tersimpan di perangkat Anda sendiri sehingga tetap bisa dibuka walau tanpa internet.

Aplikasi ini cocok untuk:

- Pasien dengan pengobatan jangka panjang (TBC, hipertensi, diabetes, kolesterol, asam urat).
- Lansia yang membutuhkan pengingat obat sederhana dan huruf besar.
- Keluarga atau kader yang mendampingi pasien di rumah.
- Pengawas Menelan Obat (PMO) yang harus melaporkan kepatuhan pasien TBC.

Manfaat utama

Kebutuhan	Fitur di aplikasi	Hasil untuk Anda
Lupa minum obat	Pengingat obat + kartu “Hari Ini”	Dosis tercatat, kepatuhan naik
Tekanan darah naik-turun	Pantauan Vital + grafik tren	Perubahan terlihat jelas
Bingung saat kontrol	Ekspor PDF/CSV riwayat	Dokter melihat data lengkap
Pengobatan TBC 6 bulan	Modul PMO + laporan WhatsApp	Pendamping ikut memantau
Keadaan darurat	Kartu Darurat & QR	Penolong tahu riwayat Anda

Penting

Pasien Pintar adalah alat bantu pencatatan dan pengingat. Aplikasi tidak melakukan diagnosis dan tidak menggantikan pemeriksaan dokter. Selalu ikuti instruksi tenaga kesehatan Anda.

2 Memulai: Instalasi & Pengaturan Awal

Sekali saja, kurang dari 5 menit

A. Memasang aplikasi

1 Buka Google Play Store

Cari “Pasien Pintar” atau buka tautan resmi di perawatcenter.com/pasienpintar.

2 Pasang dan buka aplikasi

Izinkan notifikasi saat diminta — izin ini yang membuat pengingat obat berbunyi.

3 Ikuti layar perkenalan (onboarding)

Beberapa layar singkat menjelaskan fungsi utama aplikasi.

B. Wizard “Pengaturan Awal” — 5 langkah

Setelah onboarding, aplikasi menuntun Anda mengisi data dasar. Setiap langkah punya tombol **Lewati**, dan ada pilihan **“Lewati semua, isi nanti”**. Data yang dilewati bisa diisi kapan saja lewat menu terkait.

Langkah	Yang diisi	Kenapa perlu
1. Pengingat	Izin & waktu notifikasi	Agar alarm obat muncul tepat waktu
2. Jadwal pengobatan	Nama obat, dosis, jam minum	Menyusun kartu “Hari Ini”
3. PMO	Nama & nomor pendamping	Laporan kepatuhan otomatis
4. Kontak darurat	Nama & nomor keluarga	Dipakai kartu darurat
5. Tinggi badan	Tinggi (cm)	Menghitung IMT saat berat dicatat

Tips

Di akhir wizard muncul ringkasan yang menandai data mana yang masih kosong — gunakan sebagai daftar periksa.
Tidak yakin dengan dosis obat? Lewati dulu, lalu isi setelah bertanya ke dokter atau apoteker.

3 Peta Layar Utama (Beranda)

Semua hal penting dalam satu layar

Beranda dirancang agar Anda paham kondisi hari ini hanya dengan sekali lihat. Dari atas ke bawah:

Bagian	Fungsi	Cara pakai
Header	Tema terang/gelap, bahasa ID|EN, lonceng notifikasi	Ketuk ikon matahari/bulan untuk mode gelap; ketuk pil ID|EN untuk ganti bahasa
Tips Hari Ini	1 dari 365 tips sesuai tanggal	Geser kiri/kanan atau pakai panah untuk membaca tips lain
Kartu statistik	Agenda · Obat Aktif · Keluarga	Ketuk kartu untuk masuk ke bagian terkait
Menu pintas	Termasuk tombol pintas PMO	Satu ketukan menuju halaman yang sering dipakai
Hari Ini	Daftar dosis obat hari ini	Geser kanan = sudah minum, geser kiri = lewati, ada tombol urungkan
Skor Kepatuhan	Ring progres 30 hari + periode 7/30/90 hari	Pantau tren kepatuhan Anda

Navigasi

Bilah menu bawah berisi tab utama (Beranda, Obat, Vital, Kontrol, Lainnya).
Tombol Back Android menutup dialog/modal yang terbuka; di Beranda tekan dua kali dalam 2 detik untuk keluar aplikasi.

4 Pengingat & Manajemen Obat

Tab Obat

Menambahkan obat

1 Buka tab Obat

Lalu ketuk tombol tambah obat.

2 Isi nama & dosis

Contoh: Amlodipine 10 mg, 1 tablet.

3 Tentukan aturan minum

Berapa kali sehari dan jam berapa saja (mis. 07.00 dan 19.00).

4 Tentukan periode

Tanggal mulai dan lama pengobatan; obat berakhir otomatis nonaktif.

5 Simpan

Dosis langsung muncul di kartu “Hari Ini” pada Beranda.

Menandai dosis

- **Sudah minum** — geser kartu ke kanan atau ketuk tanda centang.
- **Lewati** — geser ke kiri bila dosis sengaja tidak diminum (mis. instruksi dokter).
- **Urungkan** — salah tandai? Ketuk tombol urungkan yang muncul setelahnya.

Membaca Skor Kepatuhan

Rentang skor	Arti	Saran
≥ 95%	Sangat baik	Pertahankan rutinitas dan jam minum yang sama
85–94%	Cukup baik	Periksa jam yang sering terlewat, geser waktunya
< 85%	Perlu perhatian	Diskusikan dengan dokter/PMO; aktifkan pengingat tambahan

Agar pengingat tidak gagal berbunyi

Izinkan notifikasi dan matikan pembatasan baterai untuk Pasien Pintar (Pengaturan HP → Aplikasi → Baterai → Tanpa batasan).
Jangan tutup paksa aplikasi dari daftar aplikasi terbaru terlalu sering.
Pada HP tertentu (Xiaomi/Oppo/Vivo), aktifkan izin “Autostart”.

5 Fitur PMO (Pengawas Menelan Obat)

Tab Obat → sub-tab PMO

PMO adalah pendamping yang memastikan pasien benar-benar menelan obatnya — terutama penting pada pengobatan TBC. Semua fitur PMO berada di tab **Obat**, sub-tab **PMO**. Anda juga bisa membukanya dari tombol pintas PMO di Beranda.

Fitur	Penjelasan
Profil PMO	Simpan nama dan nomor pendamping, lengkap dengan tombol telepon dan WhatsApp serta indikator kesiapan.
Verifikasi harian	Tandai dosis “disaksikan PMO”; aplikasi menampilkan streak dan grid 14 hari terakhir.
Template WhatsApp	5 pesan siap kirim: laporan mingguan, check-in harian, dosis terlewat, efek samping, dan jadwal kontrol. Bisa dipratinjau, disalin, atau langsung dikirim.
Jadwal laporan	Atur kapan laporan rutin dikirim; aplikasi menandai status jatuh tempo.
Riwayat pengiriman	Catatan pesan yang sudah dikirim ke PMO.
Izin Privasi Data	6 jenis data bisa dinyalakan/dimatikan kapan saja, dengan preset Minimal, Standar, dan Penuh. Data yang dimatikan otomatis dihapus dari isi pesan.
Pengingat otomatis	Antrean pengingat saat dosis terlewat, pengingat H-3 sampai H-0 sebelum kontrol, dan eskalasi bila belum disaksikan PMO beberapa hari (opsional diteruskan ke kontak darurat).

Privasi

Sebelum mengirim laporan pertama, buka Izin Privasi Data dan pilih preset yang Anda setujui. Anda berhak mengubah atau mencabut izin ini kapan saja.

6 Pantauan Vital & Hasil Lab

Tab Vital

Catat hasil pengukuran agar perubahan kondisi terlihat dari waktu ke waktu. Aplikasi mengisi satuan secara otomatis, memunculkan keyboard angka yang sesuai, dan menolak nilai yang tidak masuk akal.

Indikator	Satuan	Catatan input
Tekanan darah	mmHg	Ketik angka, tanda “/” muncul otomatis (mis. 120/80)
Nadi	bpm	Bilangan bulat
Saturasi oksigen	%	0–100
Suhu tubuh	°C	Desimal, koma otomatis menjadi titik
Berat badan	kg	Dipakai bersama tinggi untuk IMT
Gula darah	mg/dL	Sertakan konteks: puasa / setelah makan / sewaktu
Kolesterol	mg/dL	Hasil lab, satu baris dengan gula darah & asam urat
Asam urat	mg/dL	Hasil lab

Cara mencatat cepat

1. **Ketuk kartu vital yang ingin diisi**
   Form minimalis langsung terbuka dengan keyboard angka.
2. **Pilih jenis lain lewat chip di dalam form**
   TD, nadi, saturasi, dan lainnya tanpa keluar layar.
3. **Gunakan “ Catat 3 lab”**
   Mengisi gula darah, kolesterol, dan asam urat sekaligus dalam satu layar.
4. **Aktifkan mode “catat berurutan”**
   Setelah simpan, form tetap terbuka dan lanjut ke jenis vital berikutnya.
5. **Perbaiki bila salah**
   Setiap entri di riwayat punya tombol ✏ untuk mengedit nilai, catatan, dan konteks.

Grafik tren & rentang acuan

- Kartu **Tren Lab** di tab Ringkasan menampilkan grafik 30 hari dengan pita zona target untuk gula darah, kolesterol, dan asam urat.
- Kartu vital lain menampilkan nilai besar, status normal/abnormal, arah tren, dan sparkline.
- Rentang acuan dapat disesuaikan dengan panduan dokter Anda melalui panel **Target pribadi** (tab Lainnya).

Draf otomatis

Isian yang belum sempat disimpan tersimpan sebagai draf per jenis vital. Saat form dibuka lagi, muncul badge “Draf sebelumnya dilanjutkan”.

7 Jadwal Kontrol & Agenda

Tab Kontrol

1. **Buka tab Kontrol lalu “Tambah Jadwal”**
   Modal input terbuka di atas bilah menu bawah.
2. **Isi tanggal, jam, dan tempat kontrol**
   Tambahkan nama dokter/poli bila perlu.
3. **Tulis catatan persiapan**
   Mis. puasa 8 jam, bawa hasil lab terakhir.
4. **Simpan**
   Jadwal muncul di Agenda pada Beranda dan memicu pengingat H-3 sampai hari-H.

> **Sebelum berangkat kontrol**
> Ekspor riwayat vital ke PDF/CSV (Bab 14) dan tunjukkan ke dokter — lebih akurat daripada mengingat-ingat.

8 Skrining PTM

Menu Skrining PTM

Skrining PTM membantu memperkirakan risiko penyakit tidak menular seperti hipertensi, diabetes, dan penyakit jantung.

1. **Buka layar intro**
   Berisi jumlah pertanyaan, perkiraan waktu, dan jaminan privasi.
2. **Jawab pertanyaan bertahap**
   Indikator langkah bisa diketuk; Anda bebas maju atau mundur.
3. **Lihat hasil**
   Tingkat risiko: Rendah, Sedang, Tinggi, atau Sangat Tinggi, beserta rincian faktor risiko.
4. **Pantau riwayat**
   Hasil tersimpan lokal dan ditampilkan dalam grafik riwayat; bisa dihapus kapan saja.

> **Catatan**
> Hasil skrining adalah perkiraan edukatif, bukan diagnosis. Risiko sedang ke atas sebaiknya dikonfirmasi ke fasilitas kesehatan.

9 Kartu Darurat & Kontak Darurat

Untuk situasi genting

- **Kartu Darurat** merangkum identitas, golongan darah, alergi, diagnosis, dan obat rutin Anda dalam satu layar yang mudah ditunjukkan.
- **QR Darurat** menampilkan kode yang bisa dipindai penolong untuk membaca ringkasan tersebut dengan cepat.
- **Kontak Darurat** menyimpan nomor keluarga atau fasilitas kesehatan; sekali ketuk untuk menelepon.

> **Saran**
>
> Isi kartu darurat selengkap mungkin, terutama alergi obat. Perbarui setiap kali dokter mengganti terapi Anda.

10 Keluarga & Profil

Mendampingi lebih dari satu orang

- Tambahkan anggota keluarga beserta data kesehatan dasarnya.
- Kartu **Keluarga** di Beranda menampilkan jumlah anggota dan menjadi jalan pintas ke daftarnya.
- Cocok untuk keluarga yang merawat lansia atau lebih dari satu pasien di rumah yang sama.

11 Tips Kesehatan Harian

365 tips, satu untuk setiap hari

- Tips berganti otomatis mengikuti kalender — 1 Januari menampilkan tips ke-1, dan seterusnya.
- Header kartu menunjukkan nomor hari dalam tahun dan tanggalnya (mis. “Hari 225 · 13 Agustus 2026”).
- Geser kiri/kanan atau gunakan tombol panah untuk membaca tips lain kapan saja.
- Topik mencakup gizi, aktivitas fisik, tidur, kesehatan jiwa, penggunaan obat, tanda vital, TBC, lansia, dan pertolongan darurat.

12 Pengaturan Aplikasi

Tab Lainnya → Pengaturan

Pengaturan	Fungsi
Bahasa	Beralih antara Bahasa Indonesia dan English; juga tersedia sebagai pil ID|EN di Beranda.
Tema	Mode terang (bawaan) atau gelap; pilihan tersimpan dan tersinkron dengan Beranda.
Notifikasi	Mengatur pengingat obat, kontrol, dan pengingat PMO.
Target pribadi	Menyesuaikan rentang acuan gula darah, kolesterol, dan asam urat.
Beri Rating	Membuka halaman Pasien Pintar di Google Play untuk memberi penilaian.
Umpan Balik	Mengirim saran atau laporan masalah ke support@perawatcenter.com.
Bagikan Aplikasi	Mengirim tautan aplikasi ke keluarga atau teman.
Tentang	Informasi aplikasi, versi, dan tautan ke perawatcenter.com/pasienpintar.

13 Keamanan PIN & Privasi Data

Melindungi catatan kesehatan Anda

- Aktifkan **PIN** di Pengaturan. Setelah aktif, setiap kali aplikasi dibuka kembali (cold start) layar PIN wajib dilewati lebih dulu.
- Kembali dari latar belakang lebih dari 30 detik juga akan mengunci ulang aplikasi.
- Bila perangkat mendukung, buka kunci dapat memakai biometrik (sidik jari/wajah).
- Data kesehatan disimpan **lokal di perangkat** — tidak diunggah ke server. Karena itu, mencopot aplikasi akan menghapus data.
- Pesan ke PMO hanya berisi data yang Anda izinkan pada panel Izin Privasi Data.

> **Jangan sampai kehilangan data**
>
> Lakukan ekspor berkala (Bab 14) dan simpan berkasnya di email atau penyimpanan awan pribadi Anda. Ingat PIN Anda; PIN tidak dapat dipulihkan dari jarak jauh karena tidak tersimpan di server.

14 Ekspor Data ke PDF/CSV

Tab Vital → Riwayat

1 Buka tab Vital lalu pilih Riwayat

Gunakan filter jenis untuk memilih indikator yang ingin dibawa.

2 Ketuk Ekspor PDF

Membuka tampilan cetak/simpan; laporan memuat seluruh indikator termasuk kolesterol, asam urat, dan catatan lab.

3 **Atau ketuk Ekspor CSV**

Cocok bila data ingin diolah di Excel atau Google Sheets.

4 **Bagikan ke dokter**

Kirim berkas lewat WhatsApp/email, atau tunjukkan langsung saat kontrol.

15 Pemecahan Masalah

Solusi cepat untuk kendala umum

Kendala	Penyebab umum	Solusi
Pengingat obat tidak berbunyi	Izin notifikasi mati atau aplikasi dibatasi baterai	Aktifkan notifikasi, setel baterai ke “Tanpa batasan”, dan aktifkan Autostart
Tombol Back tidak keluar aplikasi	Anda sedang membuka modal/halaman lain	Di Beranda, tekan Back dua kali dalam 2 detik
Nilai vital ditolak	Angka di luar rentang wajar (mis. diastolik ≥ sistolik)	Periksa kembali angka dan satuannya
Tips tidak berganti	Tanggal perangkat tidak tepat	Aktifkan tanggal & waktu otomatis di pengaturan HP
Data hilang setelah ganti HP	Data tersimpan lokal, bukan di server	Ekspor lebih dulu sebelum berpindah perangkat
Lupa PIN	PIN tidak tersimpan di server	Hubungi dukungan; pemulihan mungkin memerlukan pemasangan ulang

16 Pertanyaan yang Sering Diajukan

FAQ

Pertanyaan	Jawaban
Apakah aplikasi perlu internet?	Tidak. Semua fitur inti bekerja offline; internet hanya dipakai untuk mengirim pesan WhatsApp atau membuka tautan.
Apakah gratis?	Ya, aplikasi dapat diunduh dan digunakan gratis dari Google Play.
Apakah data saya dibagikan?	Tidak. Data tersimpan di perangkat Anda. Yang dikirim ke PMO hanya data yang Anda izinkan.
Bisakah dipakai untuk beberapa orang?	Bisa melalui fitur Keluarga.
Apakah bisa menggantikan dokter?	Tidak. Aplikasi hanya alat bantu pencatatan dan pengingat.
Bagaimana mengganti bahasa?	Ketuk pil ID|EN di Beranda atau lewat Pengaturan → Bahasa.

17 Disclaimer, Dukungan & Penerbit

Informasi resmi

Disclaimer. Pasien Pintar merupakan aplikasi edukasi dan alat bantu pemantauan kesehatan pribadi. Informasi di dalam aplikasi maupun panduan ini tidak dimaksudkan sebagai nasihat

medis, diagnosis, atau terapi. Keputusan pengobatan harus selalu berdasarkan pemeriksaan dan arahan tenaga kesehatan yang berwenang. Dalam keadaan darurat, segera hubungi layanan gawat darurat setempat.

Keterangan	Isi
Penerbit panduan	Siti Nur Alfiatur Rohmah
Nama aplikasi	Pasien Pintar
Versi	1.1.0 (build 3)
ID aplikasi	com.perawatcenter.papi
Pengembang	Perawat Center
Dukungan	support@perawatcenter.com
Halaman aplikasi	https://perawatcenter.com/pasienpintar
Kebijakan privasi	https://perawatcenter.com/privacy-policy/papi
Syarat penggunaan	https://perawatcenter.com/terms/papi

Diterbitkan oleh **Siti Nur Alfiatur Rohmah** · © 2026 Perawat Center. Hak cipta dilindungi.