

Penurunan Tingkat Stres Terhadap Covid-19 Pada Orang Dengan Lupus

Arief Nurudhin^{1,2}, Nurhasan Agung Prabowo^{1,3}, Yulyani Werdiningsih^{1,2}

1. Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret, Surakarta
2. Rumah Sakit Umum Daerah dr. Moewardi, Surakarta
3. Rumah Sakit Universitas Sebelas Maret, Sukoharjo

ABSTRAK

Pendahuluan: Pandemi COVID-19 mengenai banyak aspek kehidupan. Orang dengan lupus merupakan salah satu populasi rentan terhadap COVID-19. Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah menurunkan tingkat stres orang dengan lupus terhadap COVID-19.

Metode: Metode pelaksanaan pengabdian dengan melakukan analisis situasi, persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Pengabdian masyarakat dengan metode penyuluhan dilaksanakan secara daring pada Jumat, 2 April 2021. Dilakukan *pre-test* dan *post-test* mengenai tingkat stres dengan menggunakan kuesioner DAS-42 terhadap orang dengan lupus di Yayasan Tittari sebelum dan sesudah penyuluhan.

Hasil dan pembahasan: Terdapat penurunan skor stres orang dengan lupus yaitu $13,4 \pm 8,3$ menjadi $11,3 \pm 9,5$ setelah dilakukan penyuluhan.

Kesimpulan: Terjadi penurunan tingkat stres terhadap pandemi COVID-19 pada orang dengan lupus pasca dilaksanakan penyuluhan dan pengabdian kepada masyarakat.

Kata Kunci: Stres; Orang dengan Lupus; COVID-19.

ABSTRACT

Introduction: The COVID-19 pandemic affects many aspects of life. People with lupus are one of the most vulnerable populations to COVID-19. The purpose of this community service is to reduce the stress level of people with lupus against COVID-19.

Methods: The method of implementing the service is by conducting situation analysis, preparation, implementation, and evaluation. Community service with online counseling methods has been carried out on Friday, April 2nd, 2021. Pretest and posttest were conducted on stress levels using the DAS-42 questionnaire for people with lupus in Yayasan Tittari before and after counseling.

Results and discussions: There was a decrease in the stress score of people with lupus from 13.4 ± 8.3 to 11.3 ± 9.5 after counseling.

Conclusion: After counseling and community involvement, stress levels in persons with lupus decreased in response to the COVID-19 pandemic.

Keywords: stress level; People with Lupus; COVID-19

PENDAHULUAN

Pada 31 Desember 2019, WHO Cina Country Office melaporkan kasus pneumonia yang tidak diketahui etiologinya di Kota Wuhan, Provinsi Hubei, Cina. Pada tanggal 7 Januari 2020, Cina mengidentifikasi pneumonia yang tidak diketahui etiologinya tersebut sebagai jenis baru coronavirus, yang disebut dengan COVID-19 (*Corona Virus Disease 2019*). Pada tanggal 30 Januari 2020, WHO telah menetapkan kasus COVID-19 sebagai Kedaruratan Kesehatan Masyarakat yang Meresahkan Dunia (KKMMD). Penambahan jumlah kasus COVID-19 berlangsung cukup cepat dan telah menyebar ke berbagai negara¹. COVID-19 ini menjadi

Correspondence: Dr.Arief Nurudhin,Sp.PD-KR,FINASIM, Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret, Email: Ariefnurudhin@yahoo.com

permasalahan kesehatan global yang mempengaruhi berbagai sektor kehidupan. Skala dampak COVID-19 sangat luas. Penelitian menunjukkan bahwa mungkin diperlukan lebih dari satu dekade bagi dunia untuk pulih secara Kesehatan, sosial dan ekonomi². Pada 8 Januari 2021, di Indonesia terdapat 818.484 kasus COVID-19 dengan 120.928 kasus aktif dan angka kematian mencapai 23.947 orang. Di Provinsi Jawa Tengah terdapat 90.670 kasus COVID-19 (11,1% dari jumlah kasus nasional) dengan 25.558 kasus aktif dan 3.725 orang meninggal. Hal ini membuktikan bahwa COVID-19 merupakan masalah serius di Provinsi Jawa Tengah dengan angka kematian yang cukup tinggi³.

Berdasarkan penelitian, COVID-19 dapat mengganggu toleransi imun, memicu respon imun, dan menghasilkan sitokin pro-inflamasi. Hal ini menjadi salah satu faktor risiko yang mengakibatkan terjadinya keparahan pada pasien dengan penyakit autoimun. Salah satunya adalah pasien dengan lupus⁴. LES (Lupus Eritematosus Sistemik) adalah penyakit autoimun yang menyerang tubuh manusia dan bisa mengenai berbagai macam organ tubuh. ODAPUS (Orang dengan lupus) akan mengalami kerusakan tubuh dan mengalami gangguan kualitas hidup. Penderita lupus dan penyakit autoimun merupakan populasi pasien yang rentan terkena COVID 19 dengan angka kematian 14,5%, lebih tinggi dari populasi umum yang angka kematiannya lebih rendah berkisar 5%. Oleh karena itu penting untuk dilakukan edukasi pencegahan, pola hidup bersih dan sehat, bagaimana konsumsi obat selama masa pandemi, dan mengenali gejala awal penyakit bagi penderita lupus.

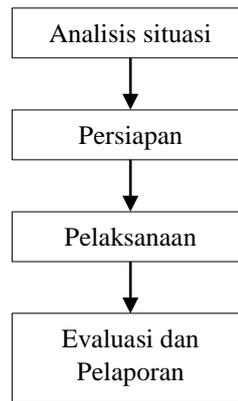
Yayasan Tittari adalah Yayasan yang bergerak di bidang kemanusiaan. Yayasan ini memfokuskan aktivitas pada pasien dengan lupus. Yayasan Tittari yang merupakan yayasan nirlaba merupakan yayasan yang senantiasa memberikan edukasi pada ODAPUS, mengadakan berbagai macam kegiatan yang berdampak positif kepada ODAPUS, meliputi *gathering* silaturahmi, kunjungan saat sakit, bantuan finansial, dan bantuan obat kepada ODAPUS.

Selama masa pandemi COVID-19 ini terdapat beberapa permasalahan utama yang dialami Yayasan Tittari. Permasalahan tersebut meliputi alat pelindung diri (APD) yang tersedia kurang optimal, terjadi peningkatan penularan COVID-19 pada penyintas lupus karena paparan dari teman dan keluarga, terjadi peningkatan rasa stres dan cemas pada penyintas lupus akibat berita kematian dari rekan penyintas lupus, dan penurunan imunitas para penyintas lupus di Yayasan Tittari akibat rasa stres dan cemas.

Oleh karena itu, perlu dilakukan upaya-upaya untuk melakukan pencegahan penularan lupus bagi para penyintas lupus di Yayasan Tittari agar tetap dapat melakukan pelayanan kesehatan tetapi terlindungi dan terjamin keselamatannya sebagai upaya untuk meminimalisir risiko tertular virus COVID-19 ini. Langkah dan upaya akselerasi protokol dan panduan perlindungan penyintas lupus di era COVID-19 inilah membuat kami melakukan pengabdian Pencegahan Penularan COVID-19 pada penyintas lupus di Yayasan Tittari. Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah menurunkan tingkat stres orang dengan lupus terhadap COVID-19.

METODE

Metode yang digunakan dalam pengabdian kepada masyarakat ini meliputi empat tahapan, yaitu analisis situasi, persiapan, pelaksanaan, evaluasi dan pelaporan.



Gambar 1. Metode Pengabdian Masyarakat

1. Analisis Situasi

Tahapan ini dilakukan melalui kerja sama dengan mitra, yaitu Yayasan Tittari. Analisis situasi di Yayasan Tittari ini dilakukan untuk dapat menentukan permasalahan yang dialami oleh para penyintas lupus dan kebutuhan yang diperlukan untuk menghadapi kasus COVID-19 pada penyintas lupus di yayasan tersebut.

2. Persiapan

Terdapat beberapa hal yang dilakukan sebagai bentuk persiapan pada pengabdian ini, yaitu:

a. Mempersiapkan materi penyuluhan,

Materi penyuluhan selanjutnya dikompilasikan dalam media power point, buku saku COVID 19 pada lupus, video COVID 19 pada lupus, dan *leaflet* COVID-19 pada lupus. Materi pengabdian berasal dari data terbaru penelitian yang dilakukan selama masa pandemi.

b. Menyusun proposal

c. Melakukan perizinan

d. Melakukan koordinasi dengan anggota tim

e. Melakukan survei APD

f. Melakukan survei penyintas lupus yang pernah terkonfirmasi dan sembuh dari COVID -19

3. Pelaksanaan

Terdapat beberapa kegiatan yang dilakukan sebagai bentuk tahap pelaksanaan pada pengabdian ini, yaitu

a) Pengisian kuesioner DAS- (*Depression, anxiety, and stress*) 42 oleh para ODAPUS sebagai bentuk *pre-test* sebelum dilakukan penyuluhan mengenai COVID-19 pada penyintas lupus.

b) Penyuluhan dengan materi COVID-19 pada penyintas lupus

Penyuluhan ini dilakukan pada hari Jumat tanggal 2 April 2021 pukul 07.00 WIB hingga selesai di Poliklinik reumatologi RSUD dr. Moewardi. Penyuluhan ini juga ditayangkan secara daring melalui aplikasi Zoom dan Instagram *live*. Materi penyuluhan mengenai COVID-19 bagi penderita lupus dibawakan oleh Dr. dr. Arief Nurudhin, Sp.PD-KR, FINASIM. Jumlah peserta penyuluhan kurang lebih 50

peserta. Pembagian *leaflet* dan buku saku COVID-19 pada lupus dilakukan oleh tim pengabdian kepada semua ODAPUS.

Tabel 1. Rincian Pelaksanaan Kegiatan

Waktu	Kegiatan
06.00 - 07.00 WIB	Persiapan tim pengabdian
07.00 - 08.00 WIB	Penyuluhan oleh tim mengenai COVID-19 pada penyintas lupus
08.00 - 09.00 WIB	Sesi tanya jawab
09.00 - selesai	Penutupan dan pembagian kenang-kenangan

- c) Pengisian kuesioner DAS-42 oleh para ODAPUS sebagai bentuk *post-test* setelah dilaksanakan penyuluhan mengenai COVID-19 pada penyintas lupus
 - d) Belanja APD dan pemberian suplementasi untuk penyintas lupus di Yayasan Tittari

Pemberian bantuan masker bedah diharapkan dapat mengurangi masalah penularan COVID-19 pada penyintas lupus yang control ke rumah sakit. Pemakaian APD yang baik dapat melindungi penularan COVID-19 hingga 80%. Selain itu, pemberian bantuan kacamata pelindung diri diharapkan dapat menambah perlindungan terhadap COVID-19. Selain itu, dapat memberikan kenyamanan dan ketenangan bagi penyintas lupus sehingga mengurangi angka kecemasan pada penyintas lupus terhadap COVID-19.

Pemberian suplementasi pada penyintas lupus untuk menunjang daya tahan tubuh tenaga kesehatan perlu bantuan suplemen. Pemberian bantuan suplemen pada tenaga kesehatan yang baik untuk sistem imun dan jarang didapatkan yaitu pemberian vitamin D. Vitamin D diberikan untuk menjaga sistem imun tubuh.
 - e) Penyusunan buku panduan COVID-19 bagi ODAPUS

Pembuatan buku “Panduan Perlindungan Diri dan Kesehatan Mental Bagi Penyintas Lupus di Era Tatanan Normal Baru” Buku ini merupakan panduan yang dipakai penyintas dalam melakukan pekerjaannya sehari-hari dan saat periksa ke rumah sakit. Buku ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan penyintas lupus dalam melakukan pekerjaannya dan mengurangi risiko infeksi COVID-19 seminimal mungkin, serta upaya menjaga kesehatan mental dalam menghadapi beban mental dan stres pada jaman pandemi COVID-19.
 - f) Pembuatan video testimoni penyintas lupus yang pernah terkonfirmasi COVID-19 dan sudah sembuh

Pembuatan testimoni tenaga kesehatan yang tertular dan sembuh dari COVID-19 dalam bentuk video akan menjadi bahan pembelajaran bagi penyintas lupus bahwa penularan COVID-19 begitu mudahnya, sehingga kesalahan masa lalu tenaga Kesehatan tidak akan terulang lagi. Adanya video ini diharapkan meningkatkan kewaspadaan para penyintas lupus terhadap penularan antara sesama tenaga kesehatan maupun keluarga. Selain itu, video testimoni ini diharapkan dapat menjadi penyemangat bagi penyintas lupus yang sedang menderita COVID-19.
 - g) Penerbitan buku
 - h) Pengurusan ISBN dan HAKI
4. Evaluasi dan Pelaporan
- Evaluasi dilakukan pada akhir kegiatan dengan melakukan analisis kuesioner *pre-test* dan *post-test* untuk mengetahui penurunan tingkat stres terhadap COVID 19 pada ODAPUS. Alur tahapan evaluasi dan pelaporan kegiatan yang dilakukan meliputi:

- a. Penyusunan artikel jurnal/prosiding seminar
- b. Publikasi melalui media sosial *online*
- c. Penyusunan SPJ (surat pertanggungjawaban)
- d. Penyusunan laporan kemajuan dan laporan akhir

HASIL DAN PEMBAHASAN



Gambar 2. Grafik Penurunan Tingkat Stres ODAPUS Sebelum dan Sesudah Penyuluhan.

Webinar tips dan trik menghadapi pandemi COVID-19 bagi ODAPUS merupakan salah satu bentuk penyuluhan yang dilaksanakan secara daring kepada pasien lupus yang rentan terhadap COVID-19. Penyuluhan ini dilakukan oleh riset grup IMREG (*internal medicine research group*) pada Jumat, 2 April 2021. Penelitian ini mengambil data primer mengenai tingkat stres ODAPUS sebelum dan sesudah penyuluhan menggunakan Kuesioner DAS-42. Kuesioner DAS-42 digunakan untuk menilai stress pada pasien lupus. Pengumpulan data primer menggunakan kuesioner ini dilakukan melalui *google form*. Dari hasil analisis data primer, terdapat penurunan skor stres orang dengan lupus yaitu $13,4 \pm 8,3$ menjadi $11,3 \pm 9,5$ setelah dilakukan penyuluhan.

Kondisi stres dapat mempengaruhi daya tahan tubuh seseorang, terutama pada orang dengan penyakit autoimun, seperti lupus. Terlebih pada situasi pandemi COVID-19, masyarakat cenderung cemas berlebih sehingga mengakibatkan kondisi stres muncul. Rendahnya imunitas tubuh pada pasien reumatik autoimun akibat penggunaan immunosupresan menyebabkan kelompok penyintas autoimun dianggap termasuk kelompok yang rentan terhadap COVID-19. Kondisi inflamasi pada COVID-19 memicu berkembangnya disregulasi imun secara cepat. Meskipun demikian, sampai saat ini belum ada data pasti mengenai jumlah atau terjadinya kekambuhan pasien reumatik autoimun terkait infeksi SARS-CoV-2.

Sejak terjadi pandemi, terjadi kekhawatiran terhadap risiko infeksi SARS-CoV-2 serta komplikasi pada pasien penyakit reumatik autoimun sistemik⁵. Di satu sisi, pasien ini memiliki risiko infeksi yang lebih tinggi karena berada dalam kondisi menurun imunitasnya yang disebabkan pengobatan immunosupresan⁶. Di sisi lain, immunosupresan dapat menekan respon imun

abnormal pada COVID-19 yang bertanggung jawab atas terjadinya komplikasi penyakit yang paling parah misalnya pneumonia *interstitial*⁷.

Pasien reumatik tidak perlu menghentikan terapi yang digunakan untuk mengontrol reumatiknya, untuk menghindari keadaan *flare*. Terapi ini perlu disesuaikan pada pasien yang mendapatkan immunosupresan yang memiliki riwayat kontak ataupun yang diduga mengidap COVID-19^{8,9,10}. Data dari pasien penyakit reumatik autoimun yang dirawat di ICU (*Intensive Care Unit*) mendukung rekomendasi saat ini untuk tidak menghentikan terapi¹¹. Namun, perlu dipahami oleh dokter yang menangani pasien-pasien autoimun dengan penggunaan immunomodulator/immunosupresan, bahwa obat-obatan yang diberikan secara umum meningkatkan risiko terjadinya infeksi sehingga kewaspadaan dan pemantauan tetap perlu diterapkan pada seluruh pasien dengan penyakit autoimun, khususnya yang masih mendapatkan immunosupresan. Salah satu immunosupresan yang digunakan pada penyintas lupus adalah hidrosiklorokuin.

Hidrosiklorokuin merupakan pengobatan lupus dalam berbagai kondisi¹². Hidrosiklorokuin ini tetap direkomendasikan untuk dikonsumsi dengan dosis maksimal di masa pandemi ini¹³. Hidrosiklorokuin dan klorokuin memiliki potensi dalam menghambat SARS Co-V 2 *in vitro*. Akan tetapi, penelitian pada manusia mengenai efikasi dan efek samping hidrosiklorokuin dalam pencegahan COVID-19 masih belum memberikan hasil yang baik sehingga diperlukan penelitian lebih lanjut mengenai hal tersebut¹⁴.

KESIMPULAN

Pengabdian berjalan dengan baik dengan didapatkan data penurunan tingkat stres orang dengan lupus di Yayasan Tittari Surakarta.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas Sebelas Maret yang mendanai kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini. Terima kasih kepada Yayasan Tittari Surakarta sebagai mitra pengabdian.

DAFTAR PUSTAKA

1. Kemenkes. Pedoman Pencegahan Dan Pengendalian Coronavirus Disesase (COVID-19) Revisi ke 4. Jakarta : 2020.
2. Djalante R, Lassa J, Setiamarga D, Sudjatma A, Indrawan M, Haryanto B, et al. Review and analysis of current responses to COVID-19 in Indonesia: Period of January to March 2020. *Progress in Disaster Science*. 2020 Apr;6:100091.
3. Gugus Penanganan COVID-19. Peta Sebaran COVID-19 Indonesia. <https://covid19.go.id/peta-sebaran>. [internet]2020
4. Assar S, Pournazari M, Soufivand P, Mohamadzadeh D. Systemic lupus erythematosus after coronavirus disease-2019 (COVID-19) infection: Case-based review. *The Egyptian Rheumatologist*. 2022 Apr 1;44(2):145–9.
5. Saglietto A, D'Ascenzo F, Zoccai GB, De Ferrari GM. COVID-19 in Europe: the Italian lesson. *Lancet*. 2020;395(111):0–1.
6. Conti P, Younes A. Coronavirus COV-19/SARS-CoV-2 affects women less than men: clinical response to viral infection. *J Biol Regul Homeost Agents*. 2020;34. <https://doi.org/10.23812/Editorial-Conti-3>.
7. Robinson PC, Yazdany J. The COVID-19 global rheumatology Alliance: collecting data in a pandemic. *Nat Rev Rheumatol*. 2020. <https://doi.org/10.1038/s41584-020-0418-0>.

8. Matucci-Cerinic, M., Bruni, C., Allanore, Y., Clementi, M., Dagna, L., Damjanov, N.S., De Paulis, A., Denton, C.P., Distler, O., Fox, D., Furst, D.E., Khanna, D., Krieg, T., Kuwana, M., Lee, E.B., Li, M., Pillai, S., Wang, Y., Zeng, X., Taliani, G., 2020. Systemic sclerosis and the COVID-19 pandemic: World Scleroderma Foundation preliminary advice for patient management. *Ann. Rheum. Dis.* 1–3.
9. NHS England, 2020a. Clinical guide for the management of Rheumatology patients during the coronavirus pandemic, Nhs.
10. NHS England, 2020b. Clinical guide for the management of patients with musculoskeletal and rheumatic conditions on corticosteroids during the coronavirus pandemic, Nhs.
11. Moiseev, S., Avdeev, S., Brovko, M., Yavorovskiy, A., Novikov, P.I., Umbetova, K., Akulkina, L., Tsareva, N., Fomin, V., 2020. Rheumatic diseases in intensive care unit patients with COVID-19. *Ann. Rheum. Dis.* 2, annrheumdis-2020-217676.
12. Rekomendasi Perhimpunan Reumatologi Indonesia, 2011. *Diagnosis dan Pengelolaan Lupus Eritematosus Sistemik* ISBN Perhimpunan Reumatologi Indonesia
13. American College of Rheumatology COVID-19 Guidance Task Force, 2020. *COVID-19 Clinical Guidance for Patients with Rheumatic Diseases*, American College of Rheumatology. Atlanta
14. Hernandez, A. V, Roman, Y.M., Pasupuleti, V., Barboza, J.J., White, C.M., 2020. Hydroxychloroquine or Chloroquine for Treatment or Prophylaxis of COVID-19: A Living Systematic Review. *Ann. Intern. Med.*