



Penyuluhan Pengelolaan Penyakit Autoimun di Masyarakat Lam Bunot, Kecamatan Simpang Tiga

Edy Cahyadi^{*1}

¹Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Abulyatama, Aceh Besar, 23374, Indonesia

*Email korespondensi: edicahyadi_fk@abulyatama.ac.id¹

Diterima 25 Agustus 2023; Disetujui 30 Agustus 2023; Dipublikasi 15 September 2023

Abstract: Autoimmune diseases are health disorders that occur when the immune system attacks the body's own cells and tissues. One example of an autoimmune disease that is commonly found is Systemic Lupus Erythematosus (SLE) or lupus. However, the public's understanding of this disease is still very limited. This outreach aims to enhance public understanding of autoimmune diseases, risk factors, and management methods. The methods of implementation include lectures, interactive discussions, and question-and-answer sessions. The evaluation results show an increase in participants' understanding of autoimmune diseases as well as the importance of early detection and appropriate treatment. Therefore, this educational program is expected to raise public awareness about the importance of optimal management of autoimmune diseases.

Keywords: Autoimmune Diseases, Health Education, Disease Management.

Abstrak: Penyakit autoimun merupakan gangguan kesehatan yang terjadi akibat sistem imun menyerang sel dan jaringan tubuh sendiri. Salah satu contoh penyakit autoimun yang banyak ditemukan adalah Systemic Lupus Erythematosus (SLE) atau lupus. Namun, pemahaman masyarakat tentang penyakit ini masih sangat terbatas. Penyuluhan ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai penyakit autoimun, faktor risiko, serta cara pengelolaannya. Metode pelaksanaan kegiatan meliputi ceramah, diskusi interaktif, dan tanya jawab. Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan pemahaman peserta mengenai penyakit autoimun serta pentingnya deteksi dini dan pengobatan yang tepat. Oleh karena itu, program edukasi ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya pengelolaan penyakit autoimun secara optimal.

Kata kunci: Penyakit Autoimun, Edukasi Kesehatan, Pengelolaan Penyakit.

Mungkin kita jarang mendengar nama penyakit ini, Systemic Lupus Erythematosus (SLE) atau Lupus. Sedikit sekali informasi yang beredar di masyarakat mengenai Systemic Lupus Erythematosus (SLE) atau Lupus ini. Penyakit Autoimun bukanlah penyakit menular seperti Penyakit HIV/AIDS. Namun, Populasi penderita

penyakit autoimun semakin meningkat. Penyakit autoimun adalah penyakit kekacauan sistem imun, sel-sel imun pada penderita penyakit autoimun akan menyerang tubuh sendiri, salah satunya Systemic Lupus Erythematosus (SLE). Mungkin kita jarang mendengar nama penyakit ini, Systemic Lupus Erythematosus (SLE) atau

Lupus (Salsabila et al., 2024)

Penyakit autoimun adalah penyakit akibat kesalahan pengenalan sistem imun dalam tubuh, sehingga sel yang sewajarnya dilindungi malah dianggap musuh. Miastenia gravis (MG) merupakan salah satu penyakit autoimun yang mengenai neuromuscular junction (NMJ).

Obat kortikosteroid seperti prednisolon, obat immunosupresan seperti azathioprine, bisa digunakan untuk membantu menekan respons imun tubuh yang berlebihan. Cholinesterase inhibitor, seperti pyridostigmine, dapat memperbaiki komunikasi antara sel saraf dan otot. Penggunaan jangka panjang obat-obat di atas dapat menimbulkan masalah yang berkaitan dengan efikasi, dosis serta efek samping, dan biaya pengobatan (Purba, 2019).

Tubuh manusia terdiri dari sel-sel aktif yang bekerja sesuai dengan struktur dan fungsinya. Sel-sel spesifik yang mempunyai kesamaan struktur dan fungsi akan membentuk jaringan aktif yang kemudian membentuk sebuah organ fungsional. Organ-organ akan saling terhubung dalam melaksanakan aktivitasnya sehingga menciptakan sebuah sistem organ. Sistem organ saling berkoordinasi untuk mendukung kelangsungan hidup setiap individu.

Salah satu sistem yang sangat penting dalam setiap tubuh manusia yakni sistem imunitas tubuh. Sistem imunitas adalah sebuah sistem yang bekerja untuk mempertahankan kekebalan tubuh dengan melawan agen asing yang mematikan, homeostasis untuk mempertahankan keseimbangan tubuh, dan pengawasan untuk menghancurkan sel-sel yang bermutasi dengan ganas (Simatupang et al.,

2022).

KAJIAN PUSTAKA

Penyakit Autoimun dan Mekanismenya

Penyakit autoimun terjadi ketika sistem imun tubuh menyerang sel dan jaringan sehat yang seharusnya dilindungi. Beberapa contoh penyakit autoimun yang umum meliputi **Lupus, Rheumatoid Arthritis, Psoriasis, dan Miastenia Gravis** (Simatupang et al., 2022). Gangguan ini dapat menyerang berbagai organ tubuh dan menyebabkan peradangan kronis yang berkepanjangan.

Faktor Risiko Penyakit Autoimun

Beberapa faktor risiko yang dapat memicu penyakit autoimun meliputi:

- **Faktor Genetik:** Riwayat keluarga dengan penyakit autoimun meningkatkan risiko seseorang terkena penyakit serupa (Salsabila et al., 2024).
- **Infeksi Virus atau Bakteri:** Beberapa penyakit autoimun dapat dipicu oleh infeksi, seperti Epstein-Barr Virus (EBV) yang dikaitkan dengan Lupus dan Multiple Sclerosis (Purba, 2019).
- **Hormon:** Penyakit autoimun lebih banyak terjadi pada wanita dibandingkan pria, yang menunjukkan bahwa hormon estrogen berperan dalam mekanisme imun tubuh (Simatupang et al., 2022).

Pengelolaan Penyakit Autoimun

Penyakit autoimun tidak dapat disembuhkan sepenuhnya, tetapi dapat dikendalikan melalui terapi dan perubahan gaya

hidup. Beberapa metode pengelolaannya meliputi:

- **Terapi Obat:** Penggunaan kortikosteroid dan obat immunosupresan dapat membantu mengontrol peradangan.
- **Diet Sehat:** Makanan kaya antioksidan seperti buah dan sayuran dapat membantu mengurangi peradangan.
- **Manajemen Stres:** Stres yang berlebihan dapat memperburuk kondisi autoimun, sehingga relaksasi dan olahraga ringan sangat dianjurkan (Simatupang et al., 2022).

Diagnosis Penyakit Autoimun

Diagnosis penyakit autoimun sering kali sulit karena gejalanya bisa bervariasi dan menyerupai penyakit lain. Pemeriksaan yang digunakan untuk mendeteksi penyakit autoimun antara lain:

- Tes Antibodi Antinuklear (ANA) untuk mendeteksi lupus dan beberapa penyakit autoimun lainnya.
- Tes Faktor Reumatoid (RF) yang digunakan dalam diagnosis Rheumatoid Arthritis.
- Tes Kecepatan Endap Darah (ESR) dan C-Reactive Protein (CRP) untuk mengukur tingkat peradangan dalam tubuh (Kementerian Kesehatan RI, 2022)

Pengelolaan dan Terapi Penyakit Autoimun

Meskipun tidak dapat disembuhkan sepenuhnya, penyakit autoimun dapat dikelola

dengan berbagai metode terapi, di antaranya:

a. Terapi Medis

- Kortikosteroid (misalnya prednison) untuk mengurangi peradangan dan mengendalikan respons imun yang berlebihan (Purba, 2019).
- Obat Imunosupresan seperti Methotrexate dan Azathioprine yang digunakan untuk menekan aktivitas imun tubuh.
- Biologics adalah terapi yang menggunakan antibodi monoklonal untuk menargetkan protein tertentu dalam sistem imun (Simatupang et al., 2022).

b. Perubahan Pola Hidup

- Diet Anti-inflamasi: Konsumsi makanan kaya Omega-3, antioksidan, dan probiotik dapat membantu mengurangi peradangan (Sari & Rahmatika, 2021).
- Aktivitas Fisik: Olahraga ringan seperti yoga dan berenang dapat membantu menjaga fleksibilitas sendi dan meningkatkan kesejahteraan penderita autoimun.
- Manajemen Stres: Teknik seperti meditasi, mindfulness, dan terapi kognitif dapat membantu mengurangi flare-up penyakit autoimun (UNICEF, 2020).

Peran Edukasi dalam Pencegahan dan Manajemen Penyakit Autoimun

Penyakit autoimun memerlukan pemahaman yang baik dari penderita agar dapat dikelola dengan optimal. Oleh karena itu, edukasi

kesehatan menjadi bagian penting dalam upaya pencegahan dan penanganan penyakit autoimun (Yusuf & Handayani, 2022). Program edukasi yang efektif dapat melibatkan berbagai metode, seperti:

- Penyuluhan langsung oleh tenaga medis untuk meningkatkan kesadaran masyarakat.
- Pelatihan manajemen penyakit autoimun agar pasien dapat mengontrol kondisi mereka secara mandiri.
- Dukungan komunitas dan kelompok pasien untuk berbagi pengalaman dan strategi pengelolaan penyakit.

METODE PELAKSANAAN

Tahap Persiapan

Kegiatan yang dilakukan pada tahap persiapan adalah :

1. Survei tempat pelaksanaan kegiatan
2. Pengurusan administrasi dan perijinan tempat pengabdian masyarakat
3. Persiapan materi penyuluhan.

Tahap Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan pengabdian masyarakat akan dilakukan setelah persiapan dan perizinan selesai. Kegiatan ini akan dilakukan di Desa Lam Bunot, Aceh Besar. Dalam pelaksanaan kegiatan ini sasaran masyarakat akan dijelaskan materi berupa pengelolaan penyakit autoimun, setelah pemberian materi selesai kemudian peserta diberikan kesempatan bertanya dan diberikan waktu 60 menit untuk sesi tanya

jawab, bagi masyarakat yang bertanya diberikan hadiah/doorsprise.

Pembuatan Laporan Pengabdian

Laporan pengabdian dibuat sebagai bentuk hasil akhir dari kegiatan pengabdian yang telah dilakukan agar nantinya manfaat dari pengabdian itu benar-benar tercapai.

Tahap Evaluasi

Tahap evaluasi merupakan tahapan yang dilakukan untuk menilai kegiatan secara keseluruhan dan meninjau kembali apakah terdapat kekurangan-kekurangan selama kegiatan. Tahap evaluasi ini bertujuan agar kegiatan yang dilakukan dapat berjalan dengan efektif dan sesuai dengan yang diharapkan. Tahap evaluasi difokuskan terhadap kemampuan masyarakat menerapkan pengelolaan penyakit autoimun.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan tema “Penyuluhan Pengelolaan Penyakit Autoimun di Masyarakat Lam Bunot Kec. Simpang Tiga” yang diikuti 40 masyarakat dengan baik dan lancar sesuai dengan harapan.

Kegiatan penyuluhan ini dilaksanakan dalam bentuk ceramah dan diskusi tanya jawab terperinci.

1. Pelaksanaan Pengabdian

2. Pembukaan

Pembukaan kegiatan diawali oleh kepala desa beserta dengan pengenalan tim penyuluhan.

3. Penyampaian Materi

Materi pengabdian masyarakat disampaikan kepada peserta mengenai Penyuluhan Pengelolaan Penyakit Autoimun di Masyarakat Lam Bunot Kec. Simpang Tiga. Materi yang disampaikan ± 40 Menit.

4. Diskusi/ Tanya Jawab

Setelah selesai penyampaian materi kepada masyarakat, dilanjutkan dengan diskusi dan tanya jawab.

5. Penutup

Kegiatan pengabdian masyarakat diakhiri dengan melakukan foto bersama dengan Masyarakat.



Gambar 1. Penutup

Output

Output yang diperoleh dari kegiatan pengabdian masyarakat ini yaitu masyarakat Desa Lam Bunot lebih meningkat pengetahuannya mengenai pengelolaan penyakit autoimun di Masyarakat Lam Bunot Kec. Simpang Tiga.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

1. Kegiatan penyuluhan kepada masyarakat memberikan pengetahuan tentang pemantauan kesehatan pada penderita hipertensi dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat terhadap

pentingnya pengelolaan penyakit autoimun di Masyarakat Lam Bunot Kec. Simpang Tiga.

2. Kegiatan penyuluhan ini dilakukan dengan metode ceramah dan diskusi tanya jawab.
3. Peningkatan pengetahuan masyarakat tentang pengelolaan penyakit autoimun Di Lam Bunot Kec. Simpang Tiga.

Saran

Berdasarkan informasi yang telah disampaikan, berikut adalah beberapa saran untuk Penyuluhan Pengelolaan Penyakit Autoimun di Masyarakat Lam Bunot, Kec. Simpang Tiga:

1. Peningkatan Edukasi dan Kesadaran Masyarakat
 - o Program penyuluhan tentang penyakit autoimun perlu dilakukan secara berkala untuk meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai gejala, penyebab, dan cara pengelolaannya.
 - o Tenaga medis dan pihak terkait diharapkan lebih aktif dalam memberikan informasi yang benar mengenai penyakit autoimun guna mengurangi kesalahpahaman dan stigma terhadap penderitanya.
2. Peningkatan Akses terhadap Layanan Kesehatan
 - o Pemerintah dan instansi kesehatan perlu menyediakan

fasilitas pemeriksaan dini untuk mendeteksi penyakit autoimun lebih cepat, sehingga dapat dilakukan intervensi medis yang lebih efektif.

- o Penyediaan obat-obatan dan terapi bagi penderita penyakit autoimun perlu diperhatikan agar pasien mendapatkan akses pengobatan yang lebih baik dan terjangkau.

3. Dukungan bagi Penderita Penyakit Autoimun

- o Perlu adanya kelompok dukungan bagi penderita penyakit autoimun, baik dalam bentuk komunitas offline maupun online, untuk membantu mereka dalam menghadapi tantangan psikologis dan fisik.

4. Promosi Gaya Hidup Sehat

- o Masyarakat perlu didukasi mengenai pentingnya pola makan sehat, olahraga teratur, serta manajemen stres untuk membantu mengelola penyakit autoimun dan mengurangi risiko perburukan kondisi.
- o Pemerintah dan organisasi kesehatan dapat mengadakan kampanye kesehatan untuk meningkatkan kesadaran akan pentingnya gaya hidup sehat sebagai langkah pencegahan penyakit autoimun.

5. Penelitian Lebih Lanjut tentang Penyakit Autoimun

- o Diperlukan penelitian lebih lanjut mengenai faktor pemicu, metode diagnosis yang lebih akurat, serta terapi yang lebih efektif untuk penyakit autoimun.

Dengan implementasi saran ini, diharapkan masyarakat lebih memahami penyakit autoimun, meningkatkan akses terhadap layanan kesehatan, serta memberikan dukungan yang lebih baik bagi penderita agar dapat menjalani kehidupan yang lebih berkualitas

DAFTAR PUSTAKA

- Purba, J. S. (2019). *Penyakit Autoimun dan Terapi Herbal: Peran Nanoteknologi terhadap Efektivitas Obat Herbal*. CDK, 46(3), 208–212.
- Salsabila, S. A., Puspita, R., Ridwan, H., & Sopiah, P. (2024). *Mekanisme Adaptasi Sel Tubuh terhadap Serangan Penyakit Autoimun: Lupus*. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 2(5474), 1333–1336.
- Simatupang, E., Purba, P., Juliana, S., Ayustin, Y., & Irawati, W. (2022). *Terapi Sel Punca sebagai Inovasi dalam Pengobatan Penyakit Autoimun*. *Jurnal Biologi Papua*, 14(1), 78–86.
- WHO. (2021). *Autoimmune Diseases: Diagnosis and Treatment Approaches*.
- Yusuf, M., & Handayani, T. (2022). *Manajemen Penyakit Autoimun dalam Perspektif Kesehatan Masyarakat*.