



Profil Kesejahteraan Autoimun: Studi Deskriptif mengenai Flourishing Pasien Autoimun di Komodai Tulus

Amherstia Pasca Rina^{1*}, Endang R. Surjaningrum², S. R. K. Syaharani³

1 Universitas Airlangga

2 Universitas Airlangga

3 Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

*amherstia.pasca.rina-2023@psikologi.unair.ac.id

Abstrak

Penyakit autoimun adalah respons imun terhadap antigen jaringannya sendiri, di mana penyakit ini identik dengan emosi negatif yang dirasakan seperti ketakutan dan kesedihan yang sangat relevan dalam konteks penyakit kronis. Hal ini dapat mempengaruhi persepsi, perilaku, hingga tingkat *flourishing* pasien. *Flourishing* adalah keadaan berkelanjutan yang menggabungkan perasaan positif dan keberfungsian diri yang baik, di mana kondisi pasien yang *flourishing* dapat membantu mengontrol perburukan gejala autoimun. Tujuan penelitian ini adalah untuk mendapatkan data empiris tentang *flourishing* pada pasien autoimun di Komunitas Komodai Tulus. Metode analisis data yaitu deskriptif dengan sampel 55 pasien autoimun. Instrumen penelitian menggunakan PERMA yang telah disesuaikan dengan konteks studi ini. Hasil penelitian menunjukkan 27,4% pasien autoimun memiliki *flourishing* yang rendah, pada kondisi *flourishing* sedang sebanyak 60,8%, dan 11,8% berada pada kondisi *flourishing* yang tinggi. Penelitian ini harapannya dapat menjadi informasi yang bermanfaat terkait *flourishing* pasien autoimun.

Kata Kunci: autoimun, komunitas, *flourishing*, pasien

Abstract

Autoimmune diseases are the immune response to the body's own tissues, and this condition is closely associated with negative emotions such as fear and sadness, which are highly relevant in the context of chronic diseases. This can affect the perception, behavior, and even the level of flourishing in patients. Flourishing is a sustained state that combines positive feelings and good self-functioning, where the flourishing condition of patients can help control the worsening symptoms of autoimmune diseases. The aim of this study is to obtain empirical data on flourishing in autoimmune patients in the Komodai Tulus Community. The data analysis method is descriptive, with a sample of 55 autoimmune patients. The research instrument uses the adjusted PERMA within the context of this study. The research results indicate that 27.4% of autoimmune patients have low flourishing, 60.8% are in a moderate flourishing condition, and 11.8% are in a high flourishing condition.

Keywords: autoimmune, autoimmune disease, community, *flourishing*, patients

PENDAHULUAN

Penyakit autoimun mempengaruhi lebih dari 50 juta orang di Amerika Serikat, dengan lebih dari 150 jenis penyakitnya (autoimun, 2023). Sebuah penelitian yang dilakukan di Sardinia, Italia, dengan prevalensi per 100.000 sampel menemukan bahwa penyakit autoimun yang paling umum pada sampel berbasis populasi adalah *rheumatoid arthritis*, lupus eritematosus sistemik, dan tiroiditis autoimun. Penyakit autoimun menyerang pada usia produktif yaitu lebih dari 18 tahun. 80% pengidapnya adalah perempuan karena hal ini dikaitkan dengan kepemilikan hormon estrogen pada wanita yang lebih



banyak dari pria, selain itu masa pubertas wanita lebih cepat daripada pria (Asosiasi Autoimun Indonesia, 2022). Di Indonesia, prevalensi penyakit autoimun masih belum diketahui jumlahnya namun tahun 2022 terdata penderita diabetes tipe 1 mencapai 41,8 ribu orang (IDF, 2023); penderita *rheumatoid arthritis* di Indonesia mencapai 7,30% dari populasi di mana 8,5% penderitanya adalah perempuan dan 6,1% adalah laki-laki (Sofia, dkk., 2022); serta penderita lupus dilaporkan meningkat sejumlah 2.166 orang dengan tingkat kematian yang melonjak sebesar 550 pasien pada tahun 2017 (Pusat Data dan Informasi di Indonesia, 2017).

Abbas & Litchman (2011) menyatakan penyakit autoimun ditandai dengan tidak berfungsinya sistem kekebalan tubuh sehingga menyebabkan produksi autoantibodi yang menyerang jaringan sehat dan menyebabkan peradangan. Penyakit autoimun mempengaruhi berbagai organ dan sistem dalam tubuh, sehingga menyebabkan kerentanan baik secara biologis, psikologis, dan sosial. Penyakit autoimun juga memiliki hubungan berbalik dengan kondisi kesehatan mental individu, di mana individu yang memiliki riwayat gangguan mental berkemungkinan memiliki resiko yang lebih besar untuk terkena penyakit autoimun dibandingkan pada individu yang tidak (Hedman, 2018; Kridin, 2021). Sesuai dengan penjelasan Frazier (2020) bahwa kesehatan fisik individu tidak lepas dari dinamika aspek biologis, psikologis, dan sosial individu yang secara kompleks berinteraksi dan mempengaruhi kesehatan dan penyakit. Sehingga meningkatkan faktor-faktor positif seperti menjaga kesejahteraan mental adalah salah satu kunci agar individu dapat mengendalikan aktivitas penyakit autoimunnya (Taylor, 2017). Keyes 2005 menyatakan bahwa kondisi kesejahteraan mental yang berada dalam titik puncak individu disebut sebagai *flourishing*. Studi ini akan menghasilkan data deskriptif terkait jumlah jenis autoimun yang sering dialami di Indonesia, data demografi, serta jumlah *flourishing* pada pasien autoimun. Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengukur data *flourishing* individu dengan autoimun di komunitas Komodai Tulus.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan *cross-sectional* yaitu, penelitian dimana peneliti mengumpulkan data dari banyak individu yang berbeda pada satu titik waktu, sehingga dalam penelitian *cross-sectional* peneliti mengamati variabel secara deskriptif. Penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* yaitu individu dengan autoimun yang tergabung pada Komunitas Komodai Tulus. Pengambilan data akan berbentuk dalam 2 dimensi, yakni data demografi dan atribut psikologi menggunakan bantuan skala *flourishing* berdasarkan teori Seligman (2011) yang memuat 5 aspek yaitu *positive emotion*, *engagement*, *relation*, *meaning*, dan *achievement* yang telah diuji reliabilitas dan validitasnya. 20 item digunakan dalam skala dengan salah satu contoh pernyataan “*diagnosa autoimun membuat saya menjadi lebih kuat*” dan instrumen yang digunakan menggunakan skala *likert* dengan 5 pilihan jawaban, antara lain: SS (Sangat Setuju), S (Setuju), N (Netral), TS (Tidak Setuju), STS (Sangat Tidak Setuju).

Prosedur dan teknik analisis yang digunakan adalah *cross-sectional* deskriptif untuk menilai “seberapa tinggi *flourishing* yang terjadi di seluruh populasi.” Peneliti melakukan pengamatan terfokus untuk mengidentifikasi data demografis seperti perilaku kesehatan, gender, lama diagnosis, hingga tingkat *flourishing* individu dengan autoimun yang terlibat dalam studi ini. Hasil temuan studi akan dijadikan dasar untuk pengembangan model pada penelitian selanjutnya.



HASIL

Hasil analisis data deskriptif berdasarkan jumlah responden yang terlibat adalah sebanyak 55 responden, dengan jenis autoimun yang sering muncul yaitu lupus (10,8%), kedua *rheumatoid arthritis* (9,8%), dan ketiga psoriasis (3,9%), sisanya adalah jenis autoimun lainnya seperti aiha, vitiligo, behcet, diabetes tipe 1, sjogren, *multiple sclerosis*, dan lainnya. Lupus menjadi jenis autoimun yang banyak terdata dalam studi ini di mana 91% responden adalah perempuan; 72,7% responden terdiagnosis lupus sebelum covid (sebelum tahun 2019); 54,5% responden masih rutin berolahraga; dan 27,3% diantaranya sudah tidak rutin mengkonsumsi obat. Lebih detail tercantum dalam tabel 1.

Tabel 1. Data deskriptif

Demografi	Kategori	Persentase
Jenis kelamin	Perempuan	91%
	Laki-laki	9%
Tahun terdiagnosis	> 2019	72,7%
	< 2018	27,3%
Rutin konsumsi obat	Ya	72,7%
	Tidak	27,3%
Rutin berolahraga	Ya	54,5%
	Tidak	45,5%

Sementara itu hasil analisis pengukuran *flourishing* pada 55 orang autoimun di komunitas Komodai tulus 27,4% berada di tingkat rendah, 60,8% berada di tingkat sedang, dan 11,8% di tingkat tinggi. Peneliti tidak menggunakan norma pengukuran skala *flourishing* Seligman (2011) karena tidak ditemukan. Hasil ini menggunakan pengukuran *mean* kelompok yang menunjukkan bahwa responden memiliki tingkat *flourishing* yang sedang di antara rata-rata *flourishing* pada komunitas Komodai Tulus. Jenis autoimun yang banyak terdeteksi di antara responden adalah 23,6% *systemic lupus erythematosus* (SLE), 21,6% *rheumatoid arthritis* (RA), 7,8% psoriasis, dan 47% adalah penyakit autoimun jenis lain seperti sjogren, aiha, *ankylosing spondylitis*, IBD, *multiple sclerosis*, *plaque*, dan lainnya.

Tabel. 2 *Flourishing* orang dengan autoimun di Komodai Tulus

Grup	Jenis autoimun	Total
------	----------------	-------



	SLE	RA	Psoriasis	lainnya	
Rendah	3	3	2	5	13
Sedang	6	6	3	19	34
Tinggi	3	2	1	2	8
Total	12	11	6	26	55

Berdasarkan data yang ditemukan bahwa penyakit autoimun yang sering ditemukan adalah lupus dengan tingkat keseluruhan responden rata-rata berada di tingkat sedang. Hasil ini telah menjawab pertanyaan peneliti, bahwa individu dengan autoimun cukup memiliki tingkat kesejahteraan mental yang baik, sehingga temuan ini dapat digunakan sebagai data pendukung untuk penelitian model selanjutnya.

DISKUSI

Penelitian ini dilakukan untuk mengeksplorasi data demografi individu dengan autoimun dengan tingkat *flourishing*-nya. Hasil analisis menunjukkan bahwa *flourishing* responden berada pada kondisi cukup baik. Hasil ini menjadi bukti penguat bahwa individu dengan autoimun tidak selalu memiliki kondisi kesehatan mental buruk yang disebabkan oleh kondisi kesehatan fisiknya, dalam hal ini adalah penyakit autoimun yang diderita. Sesuai dengan kerangka biopsikososial, bahwa kesehatan fisik tidak hanya dipengaruhi oleh faktor biologis seperti genetika dan kondisi medis, tetapi juga oleh faktor psikologis seperti stres, perilaku, dan emosi, serta faktor sosial seperti dukungan sosial, status ekonomi, dan budaya (Frazier, 2020). Responden berkemungkinan memiliki kesejahteraan yang cukup baik dikarenakan faktor sosial yang baik dan mendukung, serta gaya hidup sehat yang dibuktikan dengan rutin mengkonsumsi obat sesuai dosis dokter serta menjalankan olahraga.

Hasil temuan menyatakan bahwa rata-rata individu yang melaksanakan olahraga secara rutin melaporkan dirinya merasa lebih sehat dan memiliki karakteristik *flourishing* yang tinggi, sehingga beberapa responden ditemukan telah menghentikan konsumsi obat sesuai arahan dokter. Hal serupa terjadi pada kategori responden dengan *flourishing* sedang, perbedaannya rata-rata responden masih mengkonsumsi obat dengan rutin. Sebaliknya, kategori responden dengan *flourishing* rendah banyak melaporkan tidak rutin berolahraga dan tidak teratur mengkonsumsi obat, hal ini bisa jadi salah satu pemicu rendahnya *flourishing*. Masoumi, dkk., (2020) dalam artikelnya menjelaskan bahwa terdapat pengaruh antara gaya hidup sehat dengan kesejahteraan pasien autoimun behcet, di mana semakin sehat seseorang mengatur gaya hidupnya maka akan semakin baik pula penilaian kesejahteraan mentalnya. Hubungan berbalik juga dinyatakan oleh Effendy (2016) bahwa aspek psikologis seperti stres maupun tekanan emosi negatif, akan mempengaruhi sistem imun yang kemudian dapat menjadi infeksi, alergi, reaksi autoimun, hingga inflamasi.



Temuan lain penelitian ini secara tidak langsung menjelaskan bahwa lamanya tahun terdiagnosa responden tidak berpengaruh pada tingkat *flourishing*. Hampir tiga dari empat responden terdiagnosa autoimun sebelum adanya Covid-19, artinya responden terdiagnosa autoimun tidak karena turbulensi Covid-19 yang kemudian menyebabkan inflamasi. Sementara ditemukan bahwa kebanyakan responden yang memiliki karakteristik *flourishing* tinggi adalah responden yang didiagnosa terkena autoimun rata-rata 8 tahun sebelumnya, sebaliknya terdapat responden yang telah terdiagnosa autoimun lebih dari 15 tahun namun beberapa masih memiliki tingkat *flourishing* yang rendah. Alasan terkait hal ini masih belum diketahui dengan jelas, namun beberapa penelitian yang mempertimbangkan faktor demografi lain dapat dijadikan referensi tambahan terkait isu ini. Studi oleh Meng, dkk., (2021) menyatakan bahwa histori-histori seperti kehamilan, *menopause*, status merokok, penggunaan alkohol, dan pengobatan menjadi faktor yang menstimulasi munculnya stres dan mempengaruhi kesejahteraan yang pada akhirnya berdampak pada aktivitas penyakit. Sehingga berdasarkan ini, dapat dipertimbangkan faktor demografi lain yang dapat berpengaruh pada tingkat *flourishing* individu dengan autoimun. Beberapa limitasi pada penelitian ini terletak pada keterbatasan responden sehingga diperlukan penelitian lanjut dengan jumlah yang lebih luas dan merata serta mengkaji faktor lain yang berpengaruh pada tingkat *flourishing* individu dengan autoimun.

KESIMPULAN

Penelitian ini menemukan data deskriptif yang mengenai individu dengan autoimun, dimana jenis yang sering ditemui di Komunitas Komodai Tulus adalah lupus dengan rata-rata responden yang mengisi adalah perempuan. Mayoritas responden masih rutin melakukan olahraga, mengonsumsi obat dengan teratur, serta melaporkan kondisi yang lebih sehat. Tingkat *flourishing* responden berada pada taraf sedang, hanya saja lama tahun terdiagnosa tidak berkorelasi dengan tingkat *flourishing*. Studi ini menyarankan penelitian lanjutan dengan mempertimbangkan faktor demografis dan konstruktif lain yang berpengaruh pada *flourishing*, selain itu diperlukan jumlah responden yang lebih luas. Harapannya penelitian ini dapat menjadi tulisan yang informatif khususnya bagi orang dengan autoimun dan bagi penelitian ke depan mengenai *flourishing* di lingkup kesehatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Abbas, A., Lichtman, A., & Pillai, S. (2011). Cellular and molecular immunology E-book. Elsevier Health Sciences.
- Autoimmune Association. About Autoimmunity. <https://autoimmune.org/resource-center/about-autoimmunity/>
- Autoimun ID. (2022, Agustus 24). Apakah Kamu Tahu? (Serial Edukasi Autoimun Ep.2) [Video]. www.youtube.com/watch?v=mb4YFv03k9I
- Diabetes Indonesia. (2023, 16 Januari) IDF Diabetes Atlas Reports 2022: Type 1 Diabetes Estimates in Children and Adults. <https://diabetes-indonesia.net/2023/01/idf-diabetes-atlas-reports-2022-type-1-diabetes-estimates-in-children-and-adults/>
- Effendy, N. (2016). Konsep *flourishing* dalam psikologi positif: Subjective well-being atau berbeda. In Seminar Asean Psychology & Humanity (Vol. 2004, pp. 326-333).



- Frazier, L. D. (2020). The past, present, and future of the biopsychosocial model: A review of The Biopsychosocial Model of Health and Disease: New philosophical and scientific developments by Derek Bolton and Grant Gillett. *New Ideas in Psychology*, 57, 100755.
- Hedman, A., Breithaupt, L., Hübel, C., Thornton, L. M., Tillander, A., Norring, C., ... & Bulik, C. M. (2019). Bidirectional relationship between eating disorders and autoimmune diseases. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 60(7), 803-812.
- Keyes, C. L. (2005). *Complete mental health: An agenda for the 21st century*
- Kridin, K., Hundt, J. E., Ludwig, R. J., Schonmann, Y., & Cohen, A. D. (2021). Anxiety and depression predispose individuals to an autoimmune bullous diseases-bullous pemphigoid: A large-scale population-based cohort study. *Current Psychology*, 1-11.
- Masoumi, M., Tabaraii, R., Shakiba, S., Shakeri, M., & Smiley, A. (2020). Association of lifestyle elements with self-rated wellness and health status in patients with Behcet's disease. *BMC rheumatology*, 4, 1-8.
- Meng, F., Ren, S., Meng, Y., Tao, N., & Zhang, J. (2021). Association Between Stressful Life Events and Female Primary Sjogren's Syndrome and Their Role in Disease Activity: A Retrospective Case–Control Study in China. *Neuropsychiatric Disease and Treatment*, 213-220.
- Pusat Data dan Informasi Indonesia (2017). *Situasi Lupus di Indonesia*. Jakarta: Pusdatin
- Seligman, M. E. (2011). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being*. Simon and Schuster.
- Sofia, J., Nurhasanah, N., & Yanti, S. V. (2022). PENATALAKSANAAN KOMPRES HANGAT JAHE MERAH PADA LANSIA DENGAN RHEUMATOID ARTHRITIS: SUATU STUDI KASUS. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan*, 1(3).
- Taylor, S. E., Sirois, F. M., & Molnar, D. S. (1995). *Health psychology* (p. 474). New York: McGraw-hill.