



EFEKTIVITAS INTERVENSI PENCEGAHAN COVID-19 PADA LANSIA: SYSTEMATIC REVIEW

Bernand Gamaliel Fa Atulo¹, Dian Ayubi²

¹ Departemen Pendidikan Kesehatan dan Ilmu Perilaku Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia, Indonesia

² Dosen Departemen Pendidikan Kesehatan dan Ilmu Perilaku Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia, Indonesia

Corresponding Author: Bernand Gamaliel Fa Atulo, Departemen Pendidikan Kesehatan dan Ilmu Perilaku, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Indonesia

E-Mail: berandgamaliel@gmail.com

Received 19 Oktober, 2021 ; **Accepted** 24 Oktober, 2021 ; **Online Published** 28 Januari, 2022

Abstrak

Sampai saat ini seluruh negara di dunia masih berjuang dalam menghadapi pandemi *Coronavirus Disease 2019* (COVID-19) yang disebabkan *Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2* (SARS CoV-2). Pandemi COVID-19 menjadi ancaman yang serius bagi seluruh kelompok usia, terutama lanjut usia (lansia). Strategi pencegahan terhadap penyakit ini terus dilakukan kepada kelompok lansia guna menurunkan angka kejadian atau angka kesakitan. Studi ini menggunakan pendekatan *systematic review* yang dilakukan dengan mencari literatur-literatur terkait dengan topik yang diambil. Pencarian literatur menggunakan *ScienceDirect* dan *PubMed* dari tahun 2020-2021 serta memenuhi kriteria inklusi sehingga didapatkan 6 literatur yang *eligible*. Dari berbagai literatur tersebut studi ini membantu menginformasikan bagaimana gambaran dan hasil intervensi pencegahan pada kelompok lansia di tengah pandemi COVID-19.

Keywords: *Intervensi, Pencegahan, COVID-19, Lanjut usia*

PENDAHULUAN

Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) merupakan penyakit menular disebabkan oleh *Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2* (SARS CoV-2) yang saat ini masih menjadi pandemi di seluruh dunia. *World Health Organization* (WHO) melalui konferensi pers menetapkan COVID-19 sebagai kedaruratan kesehatan masyarakat atau *Public Health Emergency of International Concern* (PHEIC). Pada tanggal 11 Maret 2020, COVID-19 ditetapkan sebagai pandemi global dimana saat itu kasus melonjak cukup tinggi. Kasus COVID-19 terhitung lebih dari 118.000 kasus di 114 negara dengan kasus kematian sebanyak 4291 orang (WHO, 2020).

Dampak pandemi ini menyerang semua kelompok umur dengan angka kematian tertinggi 95% pada kelompok lanjut usia (lansia) dengan rentang usia 60 tahun atau lebih. Di berbagai negara, jumlah kerentanan lansia yang meninggal karena COVID-19 bervariasi antara lain Malaysia dengan jumlah 6,2%, Brazil sekitar 85%, Italia 95%, Spanyol 95,5% dan Tiongkok dengan jumlah 80% (Liu et al., 2020), sedangkan di Indonesia jumlah kelompok lansia yang meninggal mencapai 14,67% (Hidayati, 2020).

Pada beberapa studi yang meneliti beberapa pasien COVID-19 di China menunjukkan fakta bahwa tingkat risiko penularan dan kematian tertinggi pada pasien lansia dibandingkan pada pasien dengan kategori kelompok usia muda (Liu et al., 2020). Hal ini perlu diwaspadai mengingat jumlah kelompok lansia di Indonesia cukup tinggi yaitu sekitar lebih dari 7% yang ditetapkan WHO

(Ezalina et al., 2019). Begitu juga dengan data dari Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2019 yang menunjukkan bahwa jumlah lansia di Indonesia sekitar 25,64 juta (9,6%).

Menularnya COVID-19 yang sangat cepat ini membuat masyarakat menjadi resah dan gelisah. Banyak dari elemen masyarakat yang tidak tahu dan tidak mengerti mengenai cara pencegahan serta penanggulangan virus tersebut. Seiring mewabahnya kasus COVID-19, WHO mengeluarkan kebijakan *new normal* dan *social distancing* yang harus diterapkan kepada seluruh masyarakat di dunia (Pradana et al., 2020). Pemerintah Indonesia juga mengeluarkan berbagai aturan dan kebijakan guna mencegah penyebaran kasus tersebut dengan cara mencuci tangan dengan sabun, memakai masker dan menjaga jarak antar sesama (Roziika et al., 2020).

Pada kondisi pandemi yang masih melanda dunia saat ini lansia kadang sulit mengerti dan memahami beberapa himbauan yang diberikan oleh pemerintah terkait upaya pencegahan diri agar tidak terpapar COVID-19. Padahal kelompok ini sangat memerlukan perlindungan dan bantuan informasi yang akurat, terutama terkait menjaga kesehatan fisik dan psikis selama pandemi (Ezalina et al., 2021).

Adanya pengetahuan yang memadai dan edukasi promosi kesehatan yang mendukung secara langsung dapat mempengaruhi praktik dalam menerapkan upaya pencegahan COVID-19 yang dilakukan oleh kelompok lansia (Yousif et al., 2020). Memberikan edukasi tersebut dapat dilakukan secara langsung melalui penyuluhan dan

diskusi serta secara tidak langsung melalui telepon seluler dan sosial media. Semua strategi tersebut bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman kelompok lansia mengenai pencegahan diri agar terhindar dari infeksi COVID-19.

METODE

Strategi Pencarian

Metode penelitian ini menggunakan *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta Analyses* (PRISMA) yang mana menggunakan metode berbasis bukti untuk melakukan tinjauan sistematis dengan mengikuti tahapan atau penelitian yang benar melalui beberapa tahapan seperti *Identification*, *Screening*, *Eligibility*, *Include*.

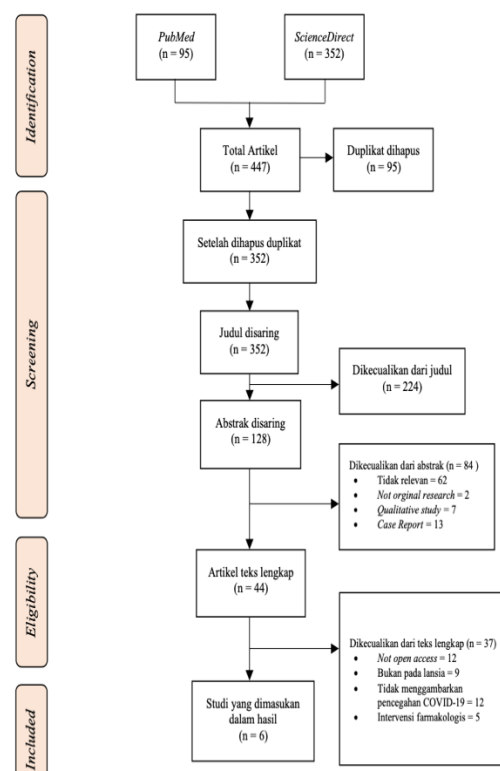
Sumber Data dan Kriteria Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan mencari literatur-literatur yang terkait dengan topik yang diambil. Pencarian literatur diambil dari beberapa database seperti *Science Direct* dan *PubMed*. dari tahun 2020-2021. Kata kunci yang dimasukkan dalam pencarian literatur tersebut antara lain “*Intervention*”, “*Prevention*”, “*COVID-19*”, “*Elderly*”. Pencarian secara sistematis dilakukan pada bulan Oktober 2021. Pencarian pertama dengan kata kunci terdapat 17.300 literatur terkait. Lalu pencarian dibatasi rentang tahun 2020-2021 mendapatkan 447 literatur terkait, pembatasan dilakukan untuk menjaga keterkinian penulis berdasarkan hasil penelitian atau literatur terbaru. Kemudian penulis menetapkan kriteria inklusi yang menjadi syarat dari penelitian ini sehingga diperoleh literatur yang *eligible*.

Namun terdapat juga kriteria eksklusi dalam pencarian ini. Kriteria inklusi yaitu penelitian dengan metode *systematic review*, *quasy experiment* dan *quantitative study* sehingga mendapatkan 6 literatur terkait. Sedangkan kriteria eksklusi adalah laporan kasus, metode kualitatif, tidak ada hasil, tidak dapat terbuka, literatur duplikasi dan intervensi farmakologis yang tidak digunakan dalam penelitian ini. Kualitas studi dilakukan menggunakan CASP checklist (*Critical Appraisal Skills Programme*, 2018).

Seleksi Studi

Berdasarkan hasil pencarian yang dilakukan pada database yaitu *PubMed* dan *ScienceDirect* diperoleh total 11 literatur yang telah melewati tahapan eliminasi dan selanjutnya masuk dalam hasil *review* ini (Gambar 1).



Gambar 1. Metode *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta Analyses* (PRISMA).

HASIL

Hasil abstraksi data disajikan dalam Tabel 1 berikut ini.

Peneliti, tahun	Negara	Subjek	Tujuan	Metode	Hasil
(Chen et al., 2020)	China	Lansia > 60 tahun	Untuk memberikan rekomendasi yang tepat untuk menerapkan pencegahan COVID-19 pada kelompok lansia	Literature Review	Upaya pencegahan agar terhindar dari terinfeksi COVID-19 pada kelompok lansia dapat dilakukan beberapa rekomendasi antara lain pengobatan penyakit yang mendasari kesehatan lansia, dukungan nutrisi, pencegahan komplikasi ekspektorasi dahak dan dukungan psikologis
(Ali et al., 2020)	Iran	Lansia > 60 tahun (n=1400)	Untuk mengetahui determinan perilaku pencegahan COVID-19 pada lansia di Urmia dengan menekankan pada model kepercayaan kesehatan	Cross-sectional	Hasil penelitian menunjukkan bahwa skor perilaku pencegahan COVID-19 tinggi sejalan dengan meningkatnya usia dan perilaku, lebih tinggi pada jenis kelamin wanita yang lebih tua daripada pria. Intervensi yang efektif berdasarkan model kepercayaan kesehatan dan menekankan pada peningkatan pengetahuan, kerentanan yang dirasakan, keparahan, dan efikasi diri yang dirasakan dapat mencegah orang tua mengembangkan penyakit ini dan komplikasinya.

(Li et al., 2020)	China	Lansia > 60 tahun (n=204)	Untuk menggambarkan intervensi yang tepat dalam menurunkan angka kematian lansia akibat COVID-19	Cross-sectional	Hasil penelitian pasien lansia yang terinfeksi COVID-19 memiliki angka kematian yang rendah seperti pada pasien di ruang perawatan yang memiliki penyakit yang mendasari seperti <i>dyspnoe</i> , peningkatan neutrophil, namun dengan perawatan suportif yang tepat dapat pulih kembali.
(Al-Zahrani, J. 2021)	Arab Saudi	Lansia > 65 tahun	Untuk memberikan wawasan informasi dalam membahas strategi pengobatan dan pencegahan COVID-19 pada kelompok lansia	Literature Review	Intervensi pencegahan COVID-19 pada lansia dengan pendekatan COVID-IAGG-AO (<i>Catnap, Optimistic, Vigor, Intake, Distancing – Increase social support, Administer routine medicine, Get morning sunlight, Go to Emergency Room for COVID-19 symptoms – Actively hand washing, Order your food and medicines online or through family and friends</i>). Tidur yang cukup, diet yang tepat, dan aktivitas fisik dapat membantu menjaga dan meningkatkan aktivitas kekebalan tubuh di usia yang rentan ini dan mencegah kelemahan.
(Yang et al., 2020)	Taiwan	Lansia yang tinggal di Lembaga perawatan	Untuk menilai perilaku pencegahan COVID-19 yang	Quasy experimental	Intervensi ini dilakukan kepada pasien lansia yang dirawat di lembaga perawatan lansia

		lansia Taiwan	diterapkan kepada kelompok lansia		dengan menerapkan upaya pencegahan seperti memakai masker medis, mencuci tangan dengan sabun atau bahan berbasis alcohol, pakaian dan kamar pasien langsung terkena sinar matahari, memeriksa tanda vital setiap hari dan posisi tempat tidur berjarak dengan pasien lainnya. Intervensi dilakukan setiap hari sampai fase penyembuhan. Hasil intervensi ini membuahkan keberhasilan, menurunkan angka kejadian karena COVID-19, angka kematian dan mempercepat penyembuhan pasien lansia.
(Mohamadi et al., 2020)	Iran	Lansia > 60 tahun	Untuk menggambarkan bagaimana keadaan lansia di masa pandemi COVID-19 dan pencegahan yang dapat diberikan	Systematic Review	Selama pandemi COVID-19 kelompok lansia harus dipisahkan dengan keluarga lainnya karena rentan terinfeksi. Selain itu menjaga kesehatan mental sangat penting agar tidak menjadi depresi. Lansia dapat diberikan makanan bergizi dan obat- obatan yang mendukung guna tetap menjaga kesehatan tubuhnya di masa pandemi COVID-19.

Tabel 1. Abstraksi Data

Tabel 1 menggambarkan sintesa penelitian pada literatur yang ditinjau. Literatur yang didapat berasal dari beberapa negara, dari 6 literatur yang *eligible*, penelitian dilakukan di China, Iran, Arab Saudi dan Taiwan. Adapun beberapa intervensi pencegahan COVID-19 yang dilakukan seperti di fasilitas kesehatan maupun di lembaga perawatan terhadap kelompok lansia. Penelitian ini adalah kelompok lansia yang tidak terinfeksi COVID-19 meskipun dengan berbagai penyakit degeneratif yang mendasarinya. Sampel pada penelitian ini bervariasi, mulai dari jenis kelamin yang berbeda antara lansia laki-laki maupun perempuan serta rata-rata usia lebih dari 60 tahun.

PEMBAHASAN

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memperoleh pemahaman yang lebih tentang intervensi atau upaya pencegahan yang diberikan kepada kelompok lanjut usia (lansia) di masa pandemi COVID-19. Dengan kondisi lansia yang cukup rentan dan berisiko terpapar COVID-19, penting untuk meningkatkan kekebalan tubuh dan menerapkan pencegahan diri dengan protokol kesehatan yang telah dihimbau baik dari organisasi kesehatan dunia (WHO) maupun dari pemerintah negaranya masing-masing berdasarkan penelitian yang akurat. Belum lagi jika lansia memiliki berbagai gangguan sistemik yang mendasari seperti hipertensi, diabetes, penyakit jantung, *stroke* dan lainnya. Pencegahan sedini mungkin sangat tepat diterapkan kepada kelompok lansia agar angka kesakitan dan kematian dapat dicegah atau ditekan seminimal mungkin.

Berdasarkan hasil penelitian ini, lansia dapat menerapkan perilaku dan upaya pencegahan COVID-19 dengan intervensi dasar. Intervensi yang dilakukan tersebut antara lain meningkatkan pengetahuan lansia mengenai COVID-19, kerentanan yang dirasakan, tingkat keparahan dan komplikasi penyakit serta efikasi dirinya sendiri (Ali et al., 2020). Tidur yang cukup, diet yang tepat dan melakukan beberapa aktivitas fisik juga dapat membantu menjaga dan meningkatkan kekebalan tubuh lansia (Al-Zahrani, J, 2020). Berbagai upaya lainnya yang dapat dilakukan lansia antara lain menerapkan protokol kesehatan dengan cara mencuci tangan dengan sabun, memakai masker dan menjaga jarak antar sesama (WHO, 2020). Beberapa cara ini dapat diterapkan mulai dari lingkungan yang terdekat dahulu yaitu keluarga dari lansia tersebut. Dukungan keluarga lansia itu sendiri dalam menerapkan upaya pencegahan COVID-19 dapat membantu dengan maksimal. Dua penelitian sebelumnya dalam tinjauan ini menjelaskan bahwa pemberian obat-obatan untuk penyakit yang mendasari secara rutin dan makanan bergizi dapat mencegah terinfeksi COVID-19 (Chen et al., 2020; Mohamadi et al., 2020). Disamping itu pada lembaga perawatan lansia, terdapat upaya pencegahan yang diterapkan seperti membuka jendela agar sinar matahari masuk ke dalam kamar perawatan dan memberi jarak antar tempat tidur lansia dengan yang lainnya. Upaya ini didukung juga dengan hasil penelitian yang menunjukkan keberhasilan dalam menurunkan angka kejadian dan meningkatkan angka kesembuhan COVID-19 (Yang et al., 2020). Pada penelitian yang

dilakukan di Arab, upaya pencegahan dapat diterapkan dengan pendekatan COVID-IAGG-AO (*Catnap, Optimistic, Vigor, Intake, Distancing – Increase social support, Administer routine medicine, Get morning sunlight, Go to Emergency Room for COVID-19 symptoms – Actively hand washing, Order your food and medicines online or through family and friends*) yaitu tidur siang yang cukup, memiliki optimisme dan semangat, asupan yang baik, tingkatkan jaga jarak, memberikan obat-obatan rutin, mendapatkan sinar matahari pagi, bila terdapat gejala COVID-19 segera ke Unit Gawat Darurat (UGD), aktif mencuci tangan, memesan makanan dan obat-obatan melalui sistem *online* atau meminta bantuan kepada kerabat dan keluarga (Al-Zahrani, J. 2021).

KESIMPULAN

Tinjauan literatur ini telah menemukan beberapa literatur-literatur yang dapat direkomendasikan dalam menerapkan upaya pencegahan COVID-19 pada lansia. Secara keseluruhan upaya-upaya yang telah dilakukan mendapatkan hasil yang baik dan efektif dalam mencegah lansia terinfeksi COVID-19.

DAFTAR PUSTAKA

Al-Zahrani, J. (2021). SARS-CoV-2 associated COVID-19 in geriatric population: A brief narrative view. *Saudi Journal of Biological Sciences* 28. (2021), 738-743. <https://doi.org/10.1016/j.sjbs.2020.11.001>

Ali, Z. M., Motjaba, F. A., Monireh, R. M., Mohammad, S. J., & Ehsan, M. (2020).

Determinants of COVID-19 Prevention Behaviour in the Elderly in Urmia: Application of Health Belief Model. *Macedonian Journal of Medical Sciences*, 8(T1), 646-650. <https://doi.org/10.3889/oamjms.2020.5653>

Ezalina, E., Machmud, R., Effendi, N., & Maputra, Y. (2019). Effectiveness of the elderly caring model as an intervention to prevent the neglect of the elderly in the family. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 7(14), 2365– 2370. <https://doi.org/10.3889/oamjms.2019.650>

Chen, Q., Wang, L., Yu, W., Xi, H., Zhang, Q., Chen, X., Huang, K., Lu, X., Liu, X., Zhang, C., & Wang, J. (2020). Recommendations for the prevention and treatment of the novel coronavirus pneumonia in the elderly in China. *Aging Medicine*, (3), 66-73. <http://wileyonlinelibrary.com/journal/agm2>

Ezalina, Deswinda, Fitry, E. (2021). Edukasi Pencegahan Covid-19 Bagi Lansia Panti Jompo Husnul Khotimah Pekanbaru. *Jurnal Masyarakat Mandiri (JMM)*, 5(1), 257-265. <http://journal.ummat.ac.id/index.php/jmm>

Hidayati, D. (2020). Profil Penduduk Terkonfirmasi Positif Covid-19 Dan Meninggal: Kasus Indonesia Dan DKI Jakarta. *Jurnal Kependudukan Indonesia*, 2902, 93. <https://doi.org/10.14203/jki.v0i0.541>

Li, P., Chen, L., Liu, Z., Pan, J., Z, D., Wang,

- H., Gong, H., Fu, W., Song, Q., Ruan, S., Xu, T., Cheng, F., Li, X. (2020). Clinical features and short-term outcomes of elderly patients with COVID-19. *International Journal of Infectious Diseases*, 97, 245-250. <https://doi.org/10.1016/j.jilid.2020.05.107>
- Liu, K., Chen, Y., Lin, R., & Han, K. (2020). Clinical features of COVID-19 in elderly patients: A comparison with young and middle-aged patients. *Journal of Infection*, 80(6), e14–e18. <https://doi.org/10.1016/j.jinf.2020.03.005>
- Mohamadi, M., Goodarzi, A., Aryaanejad, A., Fattahi, N., Alizadeh, M., Miri, S., Hemat, H., Payab, M., Bodaghabadi, M. (2020). Geriatri challenges in the new coronavirus disease-19 (COVID-19) pandemic: A systematic review. *Medical Journal of The Islami Republic of Iran (MJIRI)*, 34.123. <https://doi.org/10.34171/mjiri.34.123>
- Pradana, A. A., Casman, C., & Nur'aini, N. (2020). Pengaruh Kebijakan Social Distancing pada Wabah COVID-19 terhadap Kelompok Rentan di Indonesia. *Jurnal Kebijakan Kesehatan Indonesia : JKKI*, 9(2), 61–67. <https://doi.org/10.22146/JKKI.55575>
- Roziika, A., Santoso, M.B., Zainudiin, M. (2020). Penanganan Stres Di Masa Pandemi Covid-19 Dengan Metode Emotional Freedom Technique (Eft). *Focus: Jurnal Pekerjaan Sosial*, 3(2), 121-130.
- WHO Director-General's remarks at the media briefing on 2019-nCoV on 11 February (2020). Retrieved 5 July (2020), from [https://www.who.int/dg/speeches/detail/who-director-general-s-remarks-at-the-media-briefing-on-2019-ncov-on-11-february-\(2020\)](https://www.who.int/dg/speeches/detail/who-director-general-s-remarks-at-the-media-briefing-on-2019-ncov-on-11-february-(2020))
- Yang, P., Lung, K. H. (2020). Successful prevention of COVID-19 outbreak at elderly care institutions in Taiwan. *Journal of the Formosan Medical Association*, 119, 1249-1250. <https://doi.org/10.1016/j.fma.2020.05.024>
- Yousif, W., Wahed, A., Mamdouh, E., Mona, H., Ahmed, I., & Sayed, N. (2020). Assessment of Knowledge , Attitudes , and Perception of Health Care Workers Regarding COVID - 19 , A Cross - Sectional Study from Egypt. *Journal of Community Health*, 0123456789. <https://doi.org/10.1007/s10900-020-00882-0>