

PENINGKATAN PEMAHAMAN TENTANG SAKIT KEPALA SEBAGAI DAMPAK COVID 19: PENYULUHAN KESEHATAN

Improving Understanding of Headache as the Impact of Covid 19: Health Education

Iwan Setiawan¹, Bima Tirta Pradana A.G², Farid Santya Budi²

¹Department of Neurology, Fakultas Kedokteran, Universitas Muhammadiyah Surakarta

²Mahasiswa Fakultas Kedokteran, Universitas Muhammadiyah Surakarta

Korespondensi : Iwan Setiawan. Alamat email: is122@ums.ac.id

ABSTRAK

Coronavirus Disease (COVID-19) pertama kali terdeteksi pada bulan desember 2019 di Wuhan China dan mulai menyebar ke seluruh dunia. Di Indonesia, sejak 3 Januari 2020 hingga 10 Agustus 2021, terdapat 3.718.821 kasus terkonfirmasi COVID-19 dengan 110.619 kematian. Badai sitokin yang memicu terjadinya nyeri kepala pada pasien COVID-19 mulai dirasakan pada hari ke 7 hingga hari ke 10. Nyeri kepala dirasakan berupa tension type headache, Nyeri kepala juga dapat disertai dengan fotofobia, mual, kaku leher dan dapat semakin berat dengan perubahan posisi. Tujuan untuk memberikan pemahaman dan pengetahuan adanya gejala yang menyertai infeksi coronavirus yang mengenai system saraf. Penyuluhan dengan metode daring melalui zoom meeting. Hasilnya audiens yang sering mengalami nyeri kepala berjumlah 13 orang sedangkan sebanyak 7 orang mengaku tidak mengalami nyeri kepala. Terdapat peningkatan pemahaman terkait nyeri kepala pada penderita covid19. Penyuluhan ini dapat memberikan pemahaman yang baik terkait gejala saraf terutama nyeri kepala akibat COVID-19

Kata kunci: sakit kepala, Covid-19, penyuluhan, pengetahuan

ABSTRACT

Coronavirus Disease (COVID-19) was first detected in December 2019 in Wuhan China and began to spread throughout the world. In Indonesia, from January 3, 2020 to August 10, 2021, there were 3,718,821 confirmed cases of COVID-19 with 110,619 deaths. Cytokine storms that trigger headaches in COVID-19 patients begin to be felt on day 7 to day 10. Headache is felt in the form of a tension type headache. Headache can also be accompanied by photophobia, nausea, neck stiffness and can get worse with changes in position. The Aim to provide understanding and knowledge of the symptoms that accompany coronavirus infection affecting the nervous system. Counseling with online methods through zoom meetings. The Results is the audience who often experience headaches amounted to 13 people while as many as 7 people claimed not to have headaches. There is an increasing understanding of headaches due to COVID-19. This counseling can provide a good understanding of neurological symptoms, especially headaches due to COVID-19

Keywords: headache, Covid-19, counseling, knowledge

PENDAHULUAN

Coronavirus Disease (COVID-19) pertama kali terdeteksi pada bulan Desember 2019 di Wuhan China dan mulai menyebar ke seluruh dunia. Virus penyebab COVID-19 ini dinamakan Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus-2 (SARS-CoV-2). Sebelumnya COVID 19 diberi nama 2019-nCoV, yang selanjutnya telah diganti dengan COVID-19 pada tanggal 11 Februari 2020. Di Indonesia sendiri dilaporkan ada dua kasus positif pertama COVID-19 pada tanggal 2 Maret 2020, sejak 3 Januari 2020 hingga 10 Agustus 2021, terdapat 3.718.821 kasus terkonfirmasi COVID-19 dengan 110.619 kematian (WHO Region. 2021).

Centre for Disease Control and Prevention (CDC) melaporkan gejala utama yang spesifik terkait COVID19 yaitu batuk dan sesak nafas, serta gejala yang lain seperti demam, mual, muntah, nyeri kepala, nyeri otot, sakit tenggorokan, diare, nyeri abdomen, anosmia dan kongesti conjunctiva. Pada populasi pasien lanjut usia dengan penyakit penyerta seperti bronchitis kronis, emfisema, gagal jantung, hipertensi atau diabetes dapat menimbulkan komplikasi yang lebih serius/ berat (Qiang, *et al.* 2020)

Infeksi dari virus COVID-19 telah menimbulkan beberapa gejala neurologis yang menyebabkan gangguan system saraf pusat dan perifer. Gejala yang ditimbulkan akibat gangguan system saraf pusat inilah yang mencetuskan terjadinya nyeri kepala. Sekresi protein seperti sitokin proinflamasi dan kemokin menjadi salah satu penanda infeksi utama yang memicu nyeri kepala pada infeksi virus COVID-19. Mekanisme lainnya yang dipercaya menimbulkan nyeri kepala pada penderita infeksi COVID19 yaitu substansi pyogenic pada demam serta adanya aktivasi dari beberapa mediator inflamasi seperti sitokin, glutamate, prostaglandin-2, nitrit oxide, dan oksigen reaktif. Sindrome badai sitokin pada kasus nyeri kepala yang dialami pasien COVID-19 menjadi mekanisme terjadinya kerusakan jaringan. (Bobker & Robbin. 2020). Badai sitokin yang memicu terjadinya nyeri kepala pada pasien COVID-19 mulai dirasakan pada hari ke 7 hingga hari ke 10. Nyeri kepala dirasakan berupa *tension type headache* dan diperberat dengan adanya gangguan kesadaran dan gejala system saraf perifer lainnya (Belvis, 2020)

Nyeri kepala dan *dizziness* merupakan gejala non spesifik neurologis paling sering yang dilaporkan pada pasien COVID-19. Nyeri

kepala merupakan gejala umum yang sering terjadi pada infeksi virus maupun bakteri. Insiden nyeri kepala pada COVID-19 dilaporkan sebesar 6,5 – 34% kasus dari beberapa studi. Nyeri kepala dan dizziness merupakan gejala yang dapat ditemukan di awal perjalanan penyakit COVID-19 (Mao *et al.* 2020, Huang *et al.* 2020, Wang D *et al.* 2020). Studi yang dilakukan Mao *et al.* (2020) melaporkan *dizziness* terjadi pada 16,8% pasien, Sedangkan Wang L *et al.* (2020) melaporkan nyeri kepala sebesar 3,5% dan Dizziness 3,8% pada pasien lansia dengan rata-rata usia 71_±8 tahun.

Nyeri kepala dapat terjadi secara episodik dan bersamaan dengan batuk. Serangan pada nyeri kepala terjadi di daerah temporoparietal kepala yang berdenyut dan dengan rasa tertekan. Nyeri kepala juga dapat disertai dengan fotofobia, mual, kaku leher dan dapat semakin berat dengan perubahan posisi (Belvis, 2020).

TUJUAN DAN MANFAAT

Memberikan informasi mengenai sakit kepala pada umumnya dan terutama sakit kepala yang menyertai infeksi covid-19. Dengan diberikan informasi terkait permasalahan sakit kepala ini diharapkan masyarakat awan bisa mewaspadaai bahwa gejala infeksi covid-19

berupa sakit kepala bisa terjadi dan ini menunjukkan keterlibatan system saraf.

METODE PELAKSANAAN KEGIATAN

Kegiatan dilaksanakan pada hari jum'at jam 15.30-17.00, secara daring melalui aplikasi Zoom, mengingat kondisi pandemi covid 19. Untuk menggali data mengenai nyeri kepala diberikan kuesioner kepada audien melalui Gform.

HASIL DAN DISKUSI

Peserta sebanyak 20 orang Mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Muhammadiyah Surakarta. Jenis Kelamin audien terbanyak adalah laki-laki dengan jumlah 15 orang, sedangkan audien perempuan hanya sebanyak 5 orang. Untuk umur audien memiliki rentang umur dari 19 – 23 tahun dengan rata – rata 21,35.

Audiens yang sering mengalami nyeri kepala berjumlah 13 orang sedangkan sebanyak 7 orang mengaku tidak mengalami nyeri kepala selama pandemi covid 19. Jenis nyeri kepalanya sebagai berikut: Nyeri Kepala sebelah dan berdenyut berjumlah 9 orang sedangkan sebanyak 4 orang mengaku merasakan nyeri kepala seperti terikat.

Penyuluhan dilakukan melalui aplikasi zoom dimana sebelumnya sudah diundang/

dikontak secara personal melalui whatsapp (WA). Peran mahasiswa sudah sesuai dengan perencanaan yaitu sebagai penanggung jawab, fasilitator, dan observer. Materi dan penggunaan bahasa sudah komunikatif dalam penyampaian serta mudah dipahami oleh audien.

Penyuluhan ini adalah penyuluhan gabungan terkait Pola hidup bersih dan sehat, nyeri kapala akibat COVID-19 dan Kualitas tidur selama pandemic COVID-19. Kegiatan ini diawali dengan pretest, kemudian penyampaian materi dan pada sesi akhir diberikan postest. Data Nilai Pretes dan Postes Mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Muhammadiyah Surakarta sesuai di tabel 1.

Tabel 1. Hasil Pretes dan postes

	Min	Mak	Mean	Nilai P
Nilai Pretes	1.00	8.00	3.30	0.000
Nilai Postes	7.00	10.00	8.85	

Rerata pretest peserta penyuluhan adalah 3,30 sedangkan rerata nilai postest sebesar 8,85, ada peningkatan pemahaman materi penyuluhan yang baik mengenai pola hidup bersih dan sehat, Nyeri kepala serta kualitas tidur.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan dari penyuluhan ini adalah adanya peningkatan pemahaman audien tentang gejala-gejala covid19 terutama nyeri kepala,

dengan adanya peningkatan rerata hasil postestnya (8,85). Nyeri kepala dengan berbagai intensitas dan lokasi merupakan kondisi yang harus diwaspadai, selama masa pandemi COVID-19.

Agar bisa dilaksanakan penyuluhan kepada seluruh lapisan masyarakat terkait penyakit infeksi coronavirus ini baik mengenai pencegahannya, gejala dan perjalanan penyakitnya.

DAFTAR PUSTAKA

Belvis, R. 2020. “Headaches During Covid-19: Clinical Case And Review of the Literature”. *American Headache Society*. doi: 10.1111/head.13841

Bobker SM, Robbin MS. 2020. COVID-19 and Headache: A Primer for Trainee. *Headache J Head Face Pain*. Epub ahead of print 2020. DOI: 10.1111/head.13884.

Coronavirus disease (COVID-19) Situation Report-179 Situation in number (by WHO Region), <http://covid19.who.int/region/searo/count ry/id>

Huang C, Wang Y, Li X, Ren L, Zhao J, Hu Y, Zhang L, Fang G, Xu J, et al. 2020.Clinical features of patients infected with 2019 novel coronavirus in Wuhan, China. *The Lancet*.2020 Feb;395(10223):497-506.

Mao L, Jin H, Wang M, Hu Y, Chen S, He Q, Chang J, Hong C, Zhou Y, Wang D, Miao X, Li Y, and Hu B. 2020. Neurologic manifestations of hospitalized patienta with coronavirus disease 2019 in Wuhan, China. *JAMA Neurol*.2020 Apr;77(6):683-690

Qiang W, Chen X, Xi Y, et al. 2020. A Handbook of 2019-nCoV Pneumonia Control and Prevention. Hubei Sci Technol Press

Wang D, Hu B, Hu C, et al. Clinical characteristic of 138 Hospitalized Patients with 2019 Novel Coronavirus-infected Pneumonia in Wuhan, China.

JAMA -J Am Med Assoc 2020; 323:1061-1069.

Wang L, He W, Yu X, Hu D, Bao M, Liu H, Zhou J, Jiang H. 2020. Coronavirus disease 2019 in elderly patients: Characteristic and prognostic factors based on 4-week follow-up. *Journal of Infection*.2020 Mar;80:639-64