Penyuluhan Fisioterapi tentang Deteksi Dini dan Pencegahan Skoliosis pada Siswa di SDN Polowijen 1 Kota Malang

by Warsito Eko Prasetyo

Submission date: 12-Sep-2024 04:24PM (UTC+0700)
Submission ID: 2451850886
File name: Manuscript_Komunitas_UMM_010.doc (1.61M)
Word count: 1883
Character count: 12428

Penyuluhan Fisioterapi tentang Deteksi Dini dan Pencegahan Skoliosis pada Siswa di SDN Polowijen 1 Kota Malang

Warsito Eko Prasetyo[1], Rakhmad Rosadi[2], Ika Arma Rani[3]

[1,2] Program Studi Profesi Fisioterapis, Universitas Muhammadiyah Malang, Indonesia, [3]UPT Puskesmas Polowijen, Indonesia

*email : warsitoekop@gmail.com [1]

Abstrak

Perkembangan anak saat ini mengalami kemajuan yang signifikan. Namun, anak-anak sering kali mengalami masalah postur seperti skoliosis, lordosis, kiposis, dan asimetri bahu. Jika tidak segera ditangani, masalah ini bisa berlanjut hingga dewasa. Untuk mengetahui apa yang salah dengan postur tubuh anak, penting untuk menemukannya sejak dini. Koreksi postur juga penting untuk anak-anak dengan masalah postur. Penyuluhan ini bertujuan untuk mengajarkan cara mendiagnosis skoliosis pada diri sendiri ,pencegahannya pada anak usia remaja dan dapat meningkatkan kesadaran dan pengetahuan tentang menjaga kesehatan dan postur tubuh yang baik. Metode penyuluhan skoliosis kepada anak meliputi promosi kesehatan, penggunaan poster, pre test dan post test, serta edukasi mengenai skoliosis. Kegiatan ini diikuti oleh 27 peserta dengan umur 11 – 12 tahun SDN Polowijen 1 Kota Malang. Konsekuensi dari tindakan ini menunjukkan adanya peningkatan informasi siswa tentang skoliosis dengan rata-rata pre-test normal sebesar 62,8% menjadi post-test sebesar 96,2%.

Kata kunci : Fisioterapi, Anak-anak, Skoliosis, Penyuluhan

Abstack

Child development is currently experiencing significant progress. However, children often experience posture problems such as scoliosis, lordosis, kyphosis, and shoulder asymmetry. If not treated immediately, this problem can continue into adulthood. To find out what is wrong with a child's posture, it is important to find it early. Posture correction is also important for children with posture problems. This counseling aims to teach how to diagnose scoliosis in oneself, prevent it in teenagers and increase awareness and knowledge about maintaining health and good body posture. Scoliosis education methods for children include health promotion, use of posters, pre-tests and post-tests, as well as education about scoliosis. This activity was attended by 27 participants aged 11 - 12 years at SDN Polowijen 1 Malang City. The consequences of this action show an increase in student information about scoliosis with a normal pre-test average of 62.8% to a post-test of 96.2%.

Keywords: *Physiotherapy, Children, Scoliosis, Counseling*

1. PENDAHULUAN

Fisioterapi memiliki peran penting dalam pelayanan kesehatan untuk meningkatkan kesehatan manusia dari segi kemampuan fisik dan fungsional. Fisioterapis sudah seharusnya turut serta dan berkontribusi dalam pembangunan kesehatan sesuai dengan bidangnya (Rosadi et al., 2022). Fisioterapi komunitas adalah layanan fisioterapi untuk kelompok sosial dalam masyarakat dengan prinsip promotif, preventif, kuratif, dan rehabilitatif. Hal ini menunjukkan kepedulian terhadap kesehatan masyarakat dan meningkatkan pengetahuan, kesadaran, kemauan, dan kemampuan untuk hidup sehat.

Kelompok sosial masyarakat yang menjadi fokus penelitian ini adalah anak-anak dengan usia kategori remaja awal dimana individu mulai berintegrasi dengan masyarakat dewasa. Pada masa ini, terjadi pertumbuhan emosional, kognitif, psikososial, dan fisik yang signifikan. Berdasarkan WHO (2022), remaja adalah periode antara masa kanak-kanak dan dewasa yang berlangsung antara usia 10 hingga 19 tahun. Sementara itu, Monks dalam (Usop, 2013), mengemukakan tiga kategori usia remaja, yaitu: a) remaja awal dengan rentang usia 12-15 tahun, b) remaja pertengahan dengan rentang usia 15-18 tahun, c) remaja akhir dengan rentang usia 18-21 tahun. Pada anak-anak usia remaja awal, sebagian besar waktu mereka dihabiskan di sekolah selama lebih dari 6 jam dan di rumah serta bermain selama 6 jam lainnya. Waktu yang tersisa digunakan untuk belajar dan istirahat.

Salah satu masalah yang sering dialami anak-anak selama masa pertumbuhan adalah masalah bentuk kondisi postur tubuh seperti skoliosis, lordosis, kyphosis, dan ketidakrataan bahu. Oleh karena itu, deteksi dini masalah postur tubuh pada anak sangat penting untuk menentukan masalah yang mereka alami. Selain itu, untuk memberikan tindakan perbaikan dengan asumsi masalah sikap yang tidak biasa ditemukan pada anak-anak (Utami, 2021). Aktivitas fisik harian berpengaruh besar pada bentuk tubuh anak. Posisi tubuh yang salah dan gerakan berulang dalam waktu lama dapat merusak postur tubuh dan menyebabkan cidera pada jaringan lunak, tulang, dan saraf. Perlu koreksi posisi dan gerakan saat beraktivitas fisik untuk menjaga kesehatan dan mencegah cidera.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Wahyuddin et al., 2021), terdapat beberapa faktor yang dapat menyebabkan kelainan tulang belakang pada masa anak-anak ini. Salah satunya adalah kesalahan dalam membawa tas sekolah dengan beban yang terlalu berat saat pergi maupun pulang dari sekolah. Selain itu, posisi tidur yang tidak rata

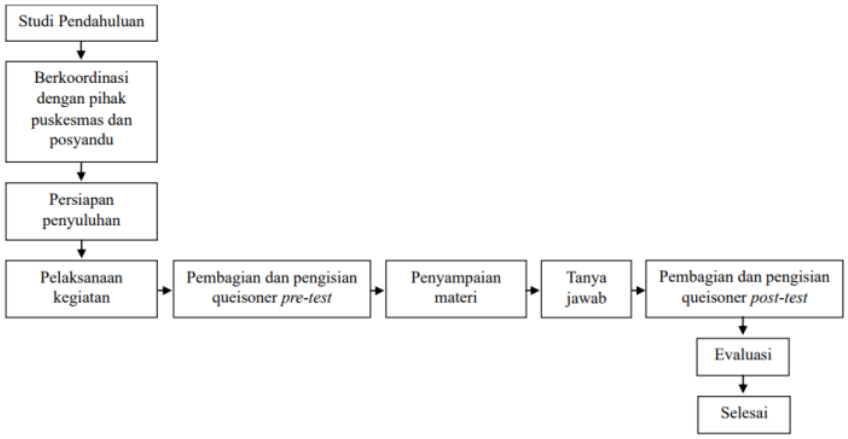
juga menjadi penyebab kelainan tulang belakang. Hal ini dapat disebabkan oleh tinggi rendahnya bantal atau ketebalan alas tempat tidur. Selain itu, posisi duduk yang tidak tegap saat sedang belajar di sekolah, baik saat menulis maupun membaca, juga dapat berkontribusi terhadap kelainan tulang belakang ini (Nuraeni et al., 2017). Salah satu kelainan tulang belakang yang sering terjadi pada anak remaja adalah skoliosis.

Skoliosis merujuk pada kelainan bentuk tulang belakang yang kompleks. Diagnosis skoliosis dilakukan dengan mengukur sudut kelengkungan tulang belakang, dengan pengukuran skala Cobb minimal 10°. Meskipun skoliosis dapat didiagnosis pada semua usia, sebagian besar kasus terjadi pada remaja dengan usia rata-rata 10 hingga 18 tahun. Namun, terkadang skoliosis juga dapat ditemukan pada usia dewasa. Mayoritas kasus skoliosis diklasifikasikan sebagai "idiopatik", yang berarti penyebabnya tidak diketahui. Menurut *International Society on Scoliosis Orthopaedic and Rehabilitation Treatment (SOSORT)*, diperkirakan bahwa kejadian global skoliosis idiopatik pada remaja dalam populasi anak berkisar antara 0,93% hingga 12% (Seleviciene et al., 2022). Terdapat beberapa tanda skoliosis, seperti bentuk kurva tulang belakang yang menyerupai huruf S atau C, bahu yang tidak simetris, nyeri pada area punggung saat melakukan gerakan fleksi tulang belakang, dan penurunan fungsi paru pada kasus skoliosis parah. Penting untuk mendeteksi tanda-tanda ini sejak dini dan mencegah komplikasi yang lebih serius di kemudian hari.

Peran fisioterapi dalam kasus ini ialah memberikan edukasi tentang skoliosis pada anak remaja, termasuk gejala dan cara melakukan diagnosis diri. Anak-anak remaja diharapkan dapat melakukan pengukuran sendiri di rumah. Fisioterapi juga memberikan jenis latihan dan posisi aktivitas yang benar, serta informasi tentang posisi tidur dan penggunaan tas yang tepat. Penyuluhan dilakukan di SDN Polowijen 1 Kota Malang kegiatan ini penting karena kurangnya pengetahuan siswa tentang skoliosis, sehingga perlu dilakukan penyuluhan. Selain itu, penyuluhan ini bertujuan untuk mencegah skoliosis dini pada anak yang berusia remaja. Melalui sosialisasi ini, diharapkan dapat meningkatkan kesadaran dan pengetahuan mengenai kesehatan dan postur tubuh yang baik. Dengan demikian, diharapkan dapat menjaga kualitas hidup yang sehat dan meningkatkan aktivitas sehari-hari dalam jangka panjang.

2. METODE PELAKSANAAN

Kerangka Kegiatan Penyuluhan



Gambar 1. Alur Kegiatan Penyuluhan

Pelaksanaan

Dalam kegiatan ini, dilakukan penyuluhan tentang Skoliosis dengan hasil sebagai berikut:

a. Kegiatan dimulai dengan pengenalan diri dan informasi bahwa akan ada penyuluhan oleh Mahasiswa Profesi Fisioterapi UMM.

b. Pre-test dilakukan untuk menilai pengetahuan mereka sebelumnya sebelum materi disampaikan.

c. Selanjutnya, peserta diberikan wawasan dan pengetahuan mengenai scoliosis menggunakan poster sebagai media. Materi yang disampaikan meliputi pengertian, penyebab, tanda gejala, tingkat keparahan, penanganan fisioterapi, dan koreksi postur untuk aktivitas sehari-hari.

d. Selanjutnya sesi tanya jawab dan praktik memposisikan postur yang benar untuk mencegah skoliosis. Praktik ini dapat dilakukan di rumah melalui olahraga atau latihan exercise.

e. Setelah itu, peserta diberikan post-test untuk mengukur efektivitas penyuluhan serta memberikan informasi dan pemahaman tentang edukasi skrining skoliosis meliputi pengetahuan, faktor resiko, kesadaran, tindakan.

Sasaran dan Tempat

Sasaran penyuluhan ini adalah seluruh siswa kelas 6 yang berusia antara 11 hingga 12 tahun sebanyak 27 siswa SDN Polowijen 1 Kec. Blimbing Kota Malang. Tempat pengambilan data di ruang kelas 6. Pada hari Kamis tanggal 21 Oktober 2023.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari kegiatan yang telah dilakukan tentang penyuluhan Skoliosis berdasarkan antusiasme siswa dalam bertanya dan menjawab pertanyaan dari pemateri meningkat secara signifikan. Hasil berdasarkan kuesioner/angket yang telah diisi sebelum dan sesudah penyuluhan pada Tabel 1.

Tabel 1. Presentae Pemahaman Siswa

Pemahaman Materi	Sebelum	Sesudah
Pengetahuan	70%	100%
Faktor Resiko	66,6%	92,5%
Kesadaran	25,9%	92,5%
Tindakan	88,8%	100%

Dari tabel tersebut dapat disimpulkan bahwa pelatihan skoliosis di sekolah dapat membangun pengetahuan siswa, faktor risiko, kesadaran dan tindakan aktivitas terhadap skoliosis. Sebanyak 70% siswa mengaku tidak mengetahui adanya penyakit skoliosis sebelum diberikan penyuluhan. Namun setelah dilakukan penyuluhan, seluruh siswa 100% paham akan skoliosis. Hal ini menunjukkan bahwa siswa telah menerima informasi yang akurat dan berguna tentang skoliosis dari penyuluhan ini.

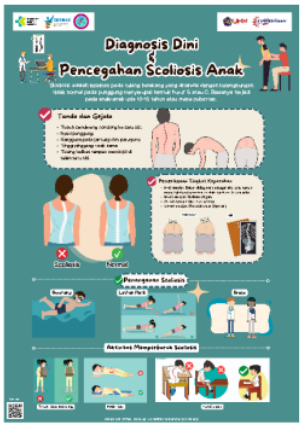
Peningkatan pemahaman mengenai faktor risiko sebelum penyuluhan menunjukkan bahwa 66,6% siswa mengaku tidak mengetahui tentang aktivitas fisik yang menjadi faktor risiko cidera skoliosis. Namun, setelah penyuluhan dilakukan, persentase siswa yang tidak mengetahui hal tersebut meningkat menjadi 92,5%. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan pemahaman yang signifikan. Dengan demikian, siswa dapat mengimplementasikan dan memposisikan diri mereka dengan postur yang sesuai dengan ergonomi.

Hanya 25,9% dari jumlah siswa yang sadar bahwa mereka dapat menderita skoliosis sebelum mendapatkan penyuluhan. Namun tingkat kesadaran siswa meningkat menjadi 92,5% setelah adanya sesi penyuluhan. Fakta ini menunjukkan bahwa pemaparan materi telah berhasil dalam meningkatkan kesadaran siswa akan tanda-tanda dan efek samping skoliosis.

Tindakan siswa terkait pencegahan skoliosis meningkat setelah dilakukan penyuluhan. Sebelumnya, hanya 88,8% siswa yang rutin berolahraga dan menyatakan keprihatinan terhadap kondisi tersebut. Namun persentase siswa yang berniat berolahraga secara rutin meningkat menjadi 100% setelah dilakukan penyuluhan. Hal ini menunjukkan hasil bimbingan dalam memberdayakan siswa untuk melakukan gerakan-gerakan pencegahan skoliosis, misalnya menjaga posisi duduk yang baik, mengangkat beban dengan kedua bahu dan rutin berenang.

Berdasarkan observasi pengetahuan Ergonomi mengenai postur tubuh dan risiko cedera skoliosis pada siswa SDN Polowijen 1, serta hasil pre-test dan post-test diketahui bahwa sebagian peserta penyuluhan masih belum sepenuhnya memahami pentingnya menjaga postur tubuh yang benar. Oleh karena itu, upaya yang lebih intensif dan terarah diharapkan dapat membangun wawasan mereka.

Dokumentasi Kegiatan



Gambar 2. Materi Poster

Gambar 3. Pre Test

Gambar 4.Pemaparan Materi

Gambar 5. Pengukuran dengan Scoliometer

Gambar 6. Praktik Postur Ergonomi

Gambar 7. Post Test

4. KESIMPULAN

Setelah penyuluhan dan pengarahan selesai, diperoleh hasil adanya penyesuaian rata-rata siawa dengan pre test sebesar 62,8% menjadi post test sebesar 96,2%. Selain itu, peserta mampu secara mandiri melakukan aktivitas fisik tersebut di lingkungannya masing-masing. Fakta bahwa para peserta mampu memahami konsep dengan baik membuat penyuluhan ini sukses dan bermanfaat.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa melalui upaya penyuluhan ini pengetahuan peserta mengenai ergonomi dan postur tubuh dapat ditingkatkan. Hal ini memberikan harapan akan terciptanya generasi yang lebih sadar akan pentingnya menjaga postur tubuh yang benar demi mencegah risiko cidera skoliosis.

DAFTAR PUSTAKA

Nuraeni, R., Mulyati, S., Putri, T. E., Rangkuti, Z. R., Pratomo, D., Ak, M., Ab, S., Soly, N., Wijaya, N., Operasi, S., Ukuran, D. A. N., Terhadap, P., Sihaloho, S., Pratomo, D., Nurhandono, F., Amrie, F., Fauzia, E., Sukarmanto, E., Partha, I. G. A., … Abyan, M. A. (2017). HUBUNGAN ANTARA KEBIASAAN SIKAP DUDUK DENGAN TERJADINYA DERAJAT SKOLIOSIS PADA SISWA TINGKAT PENDIDIKAN SEKOLAH DASAR, SEKOLAH MENENGAH PERTAMA DAN SEKOLAH MENENGAH ATAS. *Diponegoro Journal of Accounting*, *2*(1), 2–6. http://i-lib.ugm.ac.id/jurnal/download.php?dataId=2227%0A???%0Ahttps://ejournal.unisba.ac.id/index.php/kajian_akuntansi/article/view/3307%0Ahttp://publicacoes.cardiol.br/portal/ijcs/portugues/2018/v3103/pdf/3103009.pdf%0Ahttp://www.scielo.org.co/scielo.ph

Rosadi, R., Raufe, S., Wardojo, S. S. I., Wardoyo, T. H., & Yuliadarwati, N. M. (2022). KEGIATAN FISIOTERAPI KOMUNITAS PADA PASIEN BELL'S PALSY DI REHAB MEDIK RSUD PROVINSI NUSA TENGGARA BARAT. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Multidisiplin*, *5*(2), 55–60. https://doi.org/10.36341/jpm.v5i2.2215

Seleviciene, V., Cesnaviciute, A., Strukcinskiene, B., Marcinowicz, L., Strazdiene, N., & Genowska, A. (2022). Physiotherapeutic Scoliosis-Specific Exercise Methodologies Used for Conservative Treatment of Adolescent Idiopathic Skoliosis, and Their Effectiveness: An Extended Literature Review of Current Research and Practice. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *19*(15), 9240. https://doi.org/10.3390/ijerph19159240

Usop, D. S. (2013). Hubungan Antara Kematangan Emosi Dengan Penyesuaian Diri pada Remaja. *Anterior Jurnal*, *13*(1), 52–55. https://doi.org/10.33084/anterior.v13i1.291

Utami, R. F. (2021). Penyuluhan Tentang Peran Fisioterapi Pada Skoliosis Di Sdn 03 Pasar Bawan Kecamatan Ampek Angkek Nagari. *Empowering Society Journal*, *2*(2), 149–154.

Wahyuddin, W., Wiwit, W., & Anggita, M. Y. (2021). Hubungan Beban Tas Dengan Resiko Skoliosis Pada Remaja. *Fisioterapi : Jurnal Ilmiah Fisioterapi*, *21*(01), 58–62. https://doi.org/10.47007/fisio.v21i01.4184

Penyuluhan Fisioterapi tentang Deteksi Dini dan Pencegahan Skoliosis pada Siswa di SDN Polowijen 1 Kota Malang

ORIGINALITY REPORT

12%	11%	5%	1%
SIMILARITY INDEX	INTERNET SOURCES	PUBLICATIONS	STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	core.ac.uk Internet Source	2%
2	jamsi.jurnal-id.com Internet Source	2%
3	www.repository.trisakti.ac.id Internet Source	1%
4	sinta.unud.ac.id Internet Source	1%
5	ar.scribd.com Internet Source	1%
6	id.scribd.com Internet Source	1%
7	repository.unusa.ac.id Internet Source	1%
8	www.harianaceh.co.id Internet Source	1%
9	Banu, Syahar. "Rekonstruksi Regulasi Bpjs Atas Tarif Pada Tipe-Tipe Rumah Sakit Yang	<1%

	Berbasis Nilai Keadilan", Universitas Islam Sultan Agung (Indonesia), 2024 Publication	
10	Nur Rachmat. "GAMBARAN KEPERCAYAAN DIRI PENDERITA SKOLIOSIS DENGAN PENGGUNAAN SCOLIOSIS BRACE", Jurnal Skala Kesehatan, 2019 Publication	<1 %
11	book.douban.com Internet Source	<1 %
12	digilib.ui.ac.id Internet Source	<1 %
13	era.id Internet Source	<1 %
14	fip.unesa.ac.id Internet Source	<1 %
15	journal.unhas.ac.id Internet Source	<1 %
16	publikasiilmiah.unwahas.ac.id Internet Source	<1 %
17	repository.unhas.ac.id Internet Source	<1 %
18	www.e-sciencecentral.org Internet Source	<1 %

19 Najmah Najmah, Shinta Azizah, Erni Iqlima, Aisyah Rachmawati et al. "The Implementasi “Aku Sayang Lingkungan” Anak-Anak Usia Dini pada kegiatan Sanitary Camp di PAUD Ummi Rodiah di Kampung Pangan Inovatif, Palembang", Jurnal Pengabdian Masyarakat: Humanity and Medicine, 2023 <1%
Publication

Exclude quotes	On	Exclude matches	Off
Exclude bibliography	On		