
SOSIALISASI PENCEGAHAN DAN PENANGANAN NYERI PUNGGUNG (LOW BACK PAIN) PADA PEDAGANG SATAI BULAYAK DI DAERAH WISATA SURANADI

Ayu Anulus, Henry Pebrunto, Ana Andriana, Dian Rahadianti, Rohmania Setiarini

Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Islam Al-Azhar, Jl. Unizar No.20, Turida, Kec. Sandubaya, Kota Mataram, Nusa Tenggara Barat 83232

Informasi Artikel

Diajukan: 12/04/2023
Diterima: 15/05/2023
Diterbitkan: 07/06/2023

ABSTRAK

Nyeri punggung bawah atau low back pain (LBP) adalah nyeri yang dirasakan di punggung bagian bawah, bukan merupakan penyakit ataupun diagnosis untuk suatu penyakit namun merupakan istilah untuk nyeri yang dirasakan di area anatomi yang terkena dengan berbagai variasi lama terjadinya nyeri. Gejala low back pain umumnya dapat terjadi pada pekerja yang posisinya tidak ergonomis. Salah satunya adalah pedagang Satai Bulayak di Desa Wisata Suranadi. Pedagang ini sering lama duduk sambil membakar satai dengan punggung membungkuk. Subyek dalam kegiatan ini adalah Pedagang Satai Bulayak di Daerah Wisata Suranadi dengan metode kegiatan berupa sosialisasi edukasi dan simulasi dalam upaya pencegahan low back pain. Setelah dilaksanakannya kegiatan ini para pedagang Satai Bulayak memiliki tingkat pengetahuan yang lebih baik mengenai low back pain. Pedagang Satai Bulayak di Taman Suranadi terutama masyarakat yang berjualan di lokasi tersebut mampu melakukan upaya pencegahan terkait masalah kesehatan dan simulasi yang telah pengabdian berikan tentang Low Back Pain (LBP)

Kata Kunci: Low back pain, satai bulayak.

ABSTRACT

Low back pain or low back pain (LBP) is pain that is felt in the lower back, it is not a disease or a diagnosis for a disease but is a term for pain that is felt in the affected anatomical area with various variations in the duration of the pain. Symptoms of low back pain can generally occur in workers whose positions are not ergonomic. One of them is a Bulayak satai trader in the Suranadi Tourism Village. These traders often sit for a long time while burning skewers with their backs bent. The subjects in this activity were Bulayak satai traders in the Suranadi Tourism Area with activity methods in the form of educational socialization and simulations in an effort to prevent low back pain. After carrying out this activity, the Bulayak satai traders had a better level of knowledge about low back pain. Bulayak satai traders in Suranadi Park, especially the people who sell at that location, are able to make prevention efforts related to health problems and simulations that have been given about Low Back Pain (LBP).

Keywords: Backache, satay bulayak.

Korespondensi

Email:
anulusayu@gmail.com

PENDAHULUAN

Persoalan Daerah Wisata Suranadi yang berada di Kecamatan Narmada, Lombok Barat merupakan salah satu daerah wisata dengan perpaduan antara budaya dan alam. Pengunjung yang datang ke Desa Wisata Suranadi tidak hanya sekedar melihat peninggalan bersejarah tetapi juga dapat menyaksikan pemandangan yang masih alami dan suasana sejuk seperti sawah, kebun, hutan dan sungai dengan airnya yang sangat jernih serta menyediakan wisata kuliner salah satunya adalah Satai Bulayak Suranadi.

Satai Bulayak adalah makanan yang terbuat dari daging sapi, daging ayam, dan jeroan sapi (Sari, 2015). Disana kita dapat menjumpai banyak penjual satai. Penjual satai dalam melayani pelanggan sering kali lama duduk untuk membakar satai. Sering lama duduk sambil membakar satai dengan punggung membungkuk dilakukan rerata 8-9 jam/hari. Apabila kebiasaan tersebut terjadi dalam waktu yang lama dan terjadi secara terus menerus maka akan dapat menimbulkan keluhan salah satunya pada sistem muskuloskeletal yaitu low back pain.

Nyeri punggung bawah atau low back pain (LBP) adalah nyeri yang dirasakan di punggung bagian bawah, bukan merupakan penyakit ataupun diagnosis untuk suatu penyakit namun merupakan istilah untuk nyeri yang dirasakan di area anatomi yang terkena dengan berbagai variasi lama terjadinya nyeri. Nyeri ini dapat berupa nyeri lokal, nyeri radikuler, ataupun keduanya. Nyeri ini terasa diantara sudut iga terbawah sampai lipat bokong bawah yaitu di daerah lumbal atau lumbo-sakral, nyeri dapat menjalar hingga ke arah tungkai dan kaki (Amalia, 2019).

Penyakit akibat kerja merupakan suatu penyakit yang diderita pekerja dalam hubungan dengan kerja, baik faktor risiko karena kondisi tempat kerja, peralatan kerja, material yang dipakai, proses produksi, cara kerja, limbah perusahaan dan hasil produksi (Buchari, 2007; Rejo, 2023; Widiyanto, 2023). Salah satu penyakit akibat kerja yang menjadi masalah kesehatan yang umum terjadi di dunia dan mempengaruhi hampir seluruh populasi adalah LBP. Low back pain adalah nyeri punggung bawah, nyeri yang dirasakan di punggung bagian bawah, bukan merupakan penyakit ataupun diagnosis untuk suatu penyakit namun merupakan istilah untuk nyeri yang dirasakan di area anatomi yang terkena dengan berbagai variasi lama terjadinya nyeri (WHO, 2013). Nyeri punggung bawah tersebut merupakan penyebab utama kecacatan yang mempengaruhi pekerjaan dan kesejahteraan umum. Keluhan LBP dapat terjadi pada setiap orang, baik jenis kelamin, usia, ras, status pendidikan dan profesi (WHO, 2019).

Sebelumnya sudah dilakukan diagnosis komunitas oleh mahasiswa FK UNIZAR pada komunitas pedagang Satai Bulayak di Suranadi. Sejumlah 14 pedagang Satai Bulayak di desa Suranadi dilibatkan sebagai responden. Semua responden berjenis kelamin perempuan dengan rentang usia terbanyak yaitu 46-55 tahun sebanyak 9 orang (65%), mayoritas riwayat pendidikan terakhir adalah SMA sebanyak 11 orang (79%). Dilaporkan 9 dari 14 pedagang Satai Bulayak mengalami low back pain. Berdasarkan hasil analisis didapatkan bahwa faktor pekerjaan (beban kerja, posisi kerja, durasi kerja) berpengaruh dengan kejadian low back pain. Perlu ada pengabdian kepada masyarakat yang terfokus pada edukasi bagaimana cara untuk mengurangi rasa nyeri dari low back pain kepada kelompok yang berisiko tinggi dan menjelaskan pula faktor pencetus untuk mencegah terjadinya low back pain pada anggota komunitas pedagang Satai Bulayak di Daerah Wisata Suranadi.

METODE

Metode pelaksanaan kegiatan ini dengan beberapa cara yaitu:

1. Pedagang Satai Bulayak Suranadi dikumpulkan untuk sosialisasi
2. *Pre-test* terkait perilaku pedagang terkait LBP
3. Narasumber memberikan edukasi pencegahan low back pain
4. Mahasiswa menyebarkan media edukasi
5. Kuis untuk mengetahui pengetahuan dan keaktifan peserta

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Hasil pengabdian kepada masyarakat “Sosialisasi Pencegahan dan Penanganan Nyeri Punggung (Low Back Pain) Pada Pedagang Satai Bulayak di Daerah Wisata Suranadi” dapat di peroleh hasil sebagai berikut:

1. Media edukasi sudah dibuat dan disebarakan oleh tim pengabdian
2. Peningkatan pengetahuan dinilai kuis diketahui bahwa pedagang Satai Bulayak mau dan mampu untuk melakukan pencegahan LBP



Gambar 1. Kegiatan sosialisasi pencegahan Low Back Pain pada Pedagang Satai Bulayak di Taman Suranadi, Lombok Barat

PEMBAHASAN

Pelaksana kegiatan pengabdian ini dilaksanakan oleh dosen dan melibatkan mahasiswa FK Unizar. Keterlibatan mahasiswa dalam kegiatan ini, selain untuk pengayaan pembelajaran, juga untuk melakukan pendekatan langsung kepada pedagang Satai Bulayak. Desa suranadi

merupakan kawasan wisata di daerah NTB, salah satu wisata yang populer yang sering dikunjungi oleh wisatawan adalah Satai Bulayak suranadi. Kondisi komunitas pedagang satai suranadi saat ini menjadi pusat perekonomian di Daerah Suranadi. Mayoritas responden pedagang Satai Bulayak di desa Suranadi berjenis kelamin perempuan dengan jumlah sebanyak 14 orang dengan rentang usia terbanyak yaitu 46-55 tahun sebanyak 9 orang (65%), mayoritas riwayat pendidikan terakhir adalah SMA sebanyak 11 orang (79%). Prioritas masalah dalam komunitas pedagang Satai Bulayak di Desa Suranadi adalah low back pain. Berdasarkan hasil analisis didapatkan bahwa faktor pekerjaan (beban kerja, posisi kerja, durasi kerja) berpengaruh dengan kejadian low back pain.

Intervensi yang telah dilakukan terhadap pedagang Satai Bulayak di desa Suranadi adalah dengan promosi kesehatan yaitu memberi edukasi bagaimana cara untuk mengurangi rasa nyeri dari low back pain kepada kelompok yang berisiko tinggi dan menjelaskan pula faktor pencetus terjadinya low back pain untuk mencegah terjadinya low back pain pada anggota komunitas yang belum mengalami low back pain.

Tabel 1. Distribusi jenis kelamin

Jenis Kelamin	Jumlah responden	Presentase (%)
Laki-laki	8	16
Perempuan	42	84
Jumlah	50	100

Berdasarkan tabel diatas tentang distribusi jenis kelamin responden didapatkan jumlah responden terbanyak yaitu responden perempuan dengan jumlah 42 orang dengan persentase 84%.

Tabel 2. Hasil Test Pengetahuan

Nilai	Sebelum Sosialisasi	Setelah Sosialisasi
Min	50	60
Max	90	100
Mean	61	84

Berdasarkan tabel diatas tentang pengetahuan responden sebelum sosialisai kegiatan didapatkan bahwa nilai minimum yang diperoleh adalah 50 dan nilai maksimum 90 dengan mean 6, responden setelah sosialisai kegiatan didapatkan bahwa nilai minimum yang diperoleh adalah 60 dan nilai maksimum 100 dengan mean 84. Terjadi peningkatan pengetahuan dari kegiatan sosialisai low back pain terhadap pedagang Satai Bulayak di Desa Suranadi.

Kendala yang Dihadapi dan Upaya yang Dilakukan

No.	Kendala yang dihadapi	Upaya yang dilakukan
1	Kesibukan narasumber yang tinggi menyebabkan waktu pembuatan pelaksanaan sosialisasi terkendala	Terus melakukan komunikasi dengan narasumber terkait jadwal
2	Jumlah peserta tidak banyak yang hadir	Dimintakan segera umpan balik kepada mitra

Rencana Tindak Lanjut

Dari hasil kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat yang telah dilakukan, beberapa kegiatan yang dapat dilanjutkan diantaranya:

1. Pengajuan HKI untuk media edukasi
2. Upload kegiatan dan media edukasi di Instagram insight Lombok

SIMPULAN

Pedagang Satai Bulayak di Taman Suranadi terutama masyarakat yang berjualan di lokasi tersebut Hal ini membantu mereka untuk mampu melakukan upaya pencegahan terkait masalah kesehatan dan simulasi yang telah pengabdian berikan tentang Low Back Pain (LBP)..

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis menyampaikan ucapan terimakasih kepada semua pihak yang telah membantu kegiatan ini khususnya kepada Fakultas Kedokteran Universitas Islam Al-Azhar atas dukungan administrasi dan dana yang telah diberikan. Selain itu kami ingin mengucapkan terimakasih kepada pengelola dan peserta dari komunitas pedagang Satai Bulayak di Daerah Wisata Suranadi.

DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, S. B. (2019). Faktor – Faktor Yang Berhubungan Dengan Keluhan *Low back pain* Pada Pekerja Pembuat Tusuk Satai Di Desa Dago Kecamatan Parungpanjang Kabupaten Bogor Tahun 2019. *Promotor*, 2(6), 495. <https://doi.org/10.32832/pro.v2i6.3140>
- Buchari (2007). Penyakit akibat kerja dan penyakit terkait kerja. Medan: Universitas Sumatera Utara; 2007.
- Rejo, R., Zamani, A., Puspitasari, K., Atmojo, J. T., Widiyanto, A., & Anasulfalah, H. (2023). Faktor Risiko Gangguan Muskuloskeletal pada Tenaga Kesehatan: Meta Analisis. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 13(1), 289-298.
- Sari, D. (2015). *Studi Kasus Kawasan Wisata Taman Narmada*. Universitas Mataram. 1(1), 12.
- WHO (2013). Low back pain: Bulletin of the World Health Organization; 81: 671-6. 3.
- WHO (2019). Low back pain: Priority medicines for Europe and the world,
- Zatar, A., Katili, P. B., & Suparno. (2014). Penentuan Kriteria Kualitatif Penentu Dalam Pemilihan Objek Audit Internal Menggunakan Metode Delphi. *Jurnal Teknik Industri Universitas Sultan Ageng Tirtayasa*.

- Widiyanto, A., Duarsa, A. B. S., Mubarok, A. S., Prabowo, T. G., Prayoga, W., Aji, R., ... & Putra, N. S. (2022). Pengabdian Masyarakat: Inovasi Senam Peregangan Sendi sebagai Upaya Promotif dan Preventif terhadap Peningkatan Kadar Asam Urat pada Lansia di Dusun Sokokerep, Desa Garangan, Kecamatan Wonosamodro Kabupaten Boyolali. *Jurnal Peduli Masyarakat*, 4(1), 81-86.
- Widiyanto, A., & Alviani, E. L. (2023). Implementasi Pemberian Sawi Putih Gulung Tahu “Saluhu” Sebagai Terapi Non Farmakologi Pencegahan Osteoporosis Di Dusun Ngablak, Kemuning, Ngargoyoso Karanganyar. *Jurnal Pengabdian Komunitas*, 2(01), 8-15.