

Perbandingan Efektifitas Antara Edukasi secara Ceramah dengan Edukasi Menggunakan Leaflet terhadap Penurunan Skala Nyeri pada Pasien Nyeri Punggung Bawah di Puskesmas Kalasan

Aan Ika Sugathot^{1*}, Agnes Savitri Agni², Markus G Kumara Agni³

^{1,2} Program Studi Fisioterapi Program Diploma Tiga, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Respati Yogyakarta

³ Program Studi Kesehatan Masyarakat Program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Respati Yogyakarta

*Email: aanikasugathot@respati.ac.id

*Penulis korespondensi: Pandak RT4, Wijirejo, Pandak, Bantul, Yogyakarta

INFO ARTIKEL

Riwayat Naskah

Dikirim (29 Desember 2023)
Direvisi (28 Januari 2024)
Diterima (30 Januari 2024)

Kata Kunci

Edukasi
Lisan
Leaflet
Skala Nyeri

ABSTRAK

Edukasi kepada pasien merupakan bagian dari proses fisioterapi yang bertujuan memahami pasien terkait dengan kondisi kesehatannya. Termasuk mengajarkan bagaimana cara manajemen nyeri pada saat di rumah atau di tempat kerja. Berbagai penelitian mendeskripsikan bahwa edukasi kesehatan pada pasien akan mempengaruhi fisik dan psikologi pasien dalam jangka pendek dan panjang. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui efektifitas edukasi secara lisan dan edukasi menggunakan leaflet, serta untuk mengetahui perbedaan keefektifan dari kedua cara tersebut terhadap penurunan rasa nyeri pasien pada kunjungan pertama dibandingkan rasa nyeri pada kunjungan ke empat. Metodologi penelitian ini menggunakan deskriptif komparatif numerik yang dilakukan di Puskesmas Kalasan Sleman selama kurun waktu 3 bulan. Sampel penelitin ini yaitu pasien poli fisioterapi dengan keluhan nyeri punggung bawah (NPB) yang dikelompokkan menjadi 2 kelompok, kelompok pertama mendapatkan edukasi menggunakan leaflet dan kelompok kedua mendapatkan edukasi ceramah/lisan. Analisa data menggunakan uji normalitas pada masing kelompok baik VAS 1 dan VAS 4. Hasil didapatkan hasil sig >0,05 yang berarti data berdistribusi normal. Untuk menguji perbedaan sebelum dan sesudah diberikan edukasi menggunakan Paired Sample T-Test dengan hasil kelompok lisan sig 0,000 yang dapat diartikan <0,05 atau ada perbedaan signifikan. Sedangkan pada kelompok leaflet dengan hasil kelompok lisan sig 0,000 yang dapat diartikan <0,05 atau ada perbedaan signifikan. Selanjutnya diuji dengan One Way Anova menunjukkan hasil sig 0,571 atau >0,05 sehingga dapat dikatakan bahwa tidak ada perbedaan antara kelompok edukasi lisan dengan edukasi leaflet. Kesimpulan dari penelitian ini yaitu adanya penurunan rasa nyeri yang signifikan antara VAS 1 dan VAS 4, pada kelompok pasien yang mendapatkan edukasi secara lisan maupun kelompok pasien yang mendapatkan edukasi leaflet.



licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License

PENDAHULUAN

Nyeri punggung bawah merupakan rasa sakit yang terjadi di area punggung bawah dan terkadang menjalar ke tungkai, hingga kaki. Keadaan ini terjadi ketika adanya radikulopati lumbal, misalnya saja karena adanya sebuah diskus yang mengalami herniasi atau bisa juga karena adanya tonjolan tulang (12)(13). Selain rasa sakit, *Ischialgia* atau *Sciatica* ini biasanya disertai dengan rasa nyeri yang menjalar sepanjang saraf *Ischiadicus*, ada juga yang merasa kesemutan, kelemahan, dan mati rasa di kaki (1) (16). Keluhan NPB dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yakni faktor individu, faktor pekerjaan dan faktor lingkungan. Faktor individu meliputi jenis kelamin, umur, masa kerja, indeks masa tubuh (IMT), kebiasaan merokok, dan kebiasaan berolahraga, seorang yang berusia lanjut akan mengalami nyeri punggung bawah atau keluhan NPB karena penurunan fungsi-fungsi tubuhnya terutama tulang, sehingga tidak sekuat tulang saat muda (19) (20).

Upaya penurunan nyeri pada pasien NPB dilakukan dengan memberikan terapi farmakologik yaitu pemberian obat analgetik dan terapi nonfarmakologik berupa intervensi modalitas fisioterapi dan edukasi (15). Pelaksanaan edukasi pada pasien NPB merupakan salah satu sesi pada penatalaksanaan kasus fisioterapi yang penting bagi pasien untuk memahami penyakitnya dan melakukan terapi latihan (manajemen nyeri) di rumah, dilakukan dengan cara memberikan penjelasan dan ilustrasi (3).

Edukasi kepada pasien merupakan bagian dari proses fisioterapi yang bertujuan memahami pasien terkait dengan kondisi kesehatannya. Termasuk mengajarkan bagaimana cara manajemen nyeri pada saat di rumah atau di tempat kerja (2). Berbagai penelitian mendeskripsikan bahwa edukasi kesehatan pada pasien akan mempengaruhi fisik dan psikologi pasien dalam jangka pendek dan panjang (9).

Metode edukasi lisan atau ceramah adalah cara penyampaian informasi secara lisan yang dilakukan oleh sumber belajar kepada sasaran didik. Metode ini paling banyak digunakan dalam penyampaian informasi pada kegiatan-kegiatan pembelajaran (18). Metode edukasi lisan dapat dibedakan menurut ukuran jumlah sasarannya yaitu individu, kelompok kecil (kurang dari 15 orang), dan kelompok besar (15 orang atau lebih). Edukasi individual ditujukan terhadap individu yang mengalami permasalahan kesehatan secara khusus sehingga memerlukan pendidikan kesehatan agar permasalahan kesehatannya tidak semakin parah atau permasalahannya tidak menular kepada orang lain (8).

Leaflet, ialah bentuk penyampaian informasi atau pesan – pesan kesehatan melalui lembaran yang dilipat. Isi informasi dapat dalam bentuk kalimat maupun gambar atau kombinasi. Pada umumnya penyampaian pendidikan kesehatan yang menggunakan metode ceramah akan dibarengi dengan pemberian leaflet, dimana leaflet tersebut berisi pesan-pesan yang diberikan saat pendidikan kesehatan menggunakan ceramah (17). Leaflet digunakan untuk memberikan keterangan singkat tentang suatu masalah, misalnya penjelasan mengenai penyakit LBP (low back pain) yang meliputi definisi, penyebab, gejala, terapi, dan pencegahannya (8).

METODE

Jenis penelitian ini yaitu deskriptif komparatif numerik yang dilakukan di Puskesmas Kalasan Sleman DIY dari bulan Agustus 2023 hingga November 2023. Populasi dan sampel pada penelitian ini yaitu pasien rawat jalan poli fisioterapi Puskesmas Kalasan Sleman tahun 2023 dengan diagnose medis Nyeri Punggung Bawah (NPB). Sampel dikelompokkan menjadi 2 kelompok yaitu kelompok pertama mendapatkan edukasi menggunakan leaflet dan kelompok kedua mendapatkan edukasi ceramah/lisan. Sampel kelompok pertama yaitu kelompok pasien Nyeri Punggung Bawah yang datang ke poli fisioterapi pada hari Senin, Rabu, dan Jumat, sedangkan sampel kelompok kedua yaitu pasien Nyeri Punggung Bawah yang datang periksa pada hari Selasa, Kamis, Sabtu. Pada kelompok pertama dilakukan pemberian leaflet dan pengukuran nyeri pada saat kunjungan yang pertama, demikian juga pada kelompok kedua dilakukan pengukuran nyeri dan edukasi lisan pada saat kunjungan pertama. Responden diukur nyeri kembali pada kunjungan ke empat dengan alat ukur yang sama. Sebelum melakukan penelitian sudah dilakukan uji etik di komisi etik penelitian kesehatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Respati Yogyakarta yang dinyatakan memenuhi persyaratan etik protokol. Surat kelaikan etik yang diterbitkan dengan nomor : 0185.3/FIKES/PI/VIII/2023.

HASIL

Tabel 1. Kelompok Edukasi Lisan

No	VAS 1	VAS 4	Penurunan
1	5	3	2
2	7	5	2
3	6	3	3
4	4	0	4
5	5	4	1
6	3	2	1
7	4	2	2
8	7	5	2
9	4	2	2
10	4	2	2
11	6	4	2
12	6	4	2
13	6	4	2
14	5	3	2

Tabel 2. Kelompok Edukasi Leaflet

No	VAS 1	VAS 4	Penurunan
1	4	2	2
2	5	3	2
3	6	3	3
4	5	3	2
5	8	6	2
6	7	4	3
7	6	4	2
8	4	3	1
9	5	3	2
10	6	3	3
11	4	2	2
12	3	1	2
13	5	2	3
14	3	1	2

Berdasarkan hasil penelitian terkait terkait dengan penurunan nyeri setelah diberikan intervensi yang sama namun ditambah dengan edukasi secara lisan dan leaflet setelah 4 kali fisioterapi mengalami penurunan tingkat nyeri pada kedua kelompok masing-masing dengan rata-rata 2 skala. Tidak ada sampel yang skala nyerinya naik baik pada kelompok lisan maupun kelompok leaflet, hal ini membuktikan bahwa edukasi nyeri secara lisan dan leaflet sama-sama berpengaruh terhadap penurunan nyeri pasien dengan diagnose LBP. Edukasi yang diberikan adalah gerakan-gerakan atau exercise yang dapat dilakukan oleh pasien sendiri di rumah atau di tempat kerja. Sampel pada kelompok edukasi lisan ini berjumlah 14 orang, dikarenakan ada beberapa yang dinyatakan drop out karena tidak mencapai 4 kali terapi.

Tabel 3. Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	Lisan_VAS_1 & Lisan_VAS_4	14	.851	.000
Pair 2	Leaflet_VAS_1 & Leaflet_VAS_4	14	.916	.000

Tabel 4. ANOVA

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	.143	1	.143	.329	.571
Within Groups	11.286	26	.434		
Total	11.429	27			

Pada tabel 3 menggunakan uji Paired T Test didapatkan hasil sig 0,000 < 0,05 sehingga dapat dikatakan terdapat pengaruh edukasi secara lisan maupun menggunakan media leaflet terhadap penurunan tingkat skala nyeri pasien LBP. Pada tabel 4 menggunakan uji One Way Anova didapatkan hasil sig 0,571 > 0,05 sehingga dapat dikatakan tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok edukasi lisan dengan kelompok edukasi leaflet. Tidak adanya perbedaan tersebut diartikan sebagai keduanya sama-sama efektif dalam mengurangi nyeri pada pasien LBP.

PEMBAHASAN

Manajemen nyeri yang efektif tidak hanya memberikan obat yang tepat pada waktu yang tepat, tetapi penatalaksanaan nyeri yang efektif juga dengan mengombinasikan antara penatalaksanaan farmakologis dan nonfarmakologis (edukasi) yang mana pendekatan ini diseleksi berdasarkan kebutuhan dan tujuan pasien secara individu keberhasilan terbesar sering dicapai jika intervensi tersebut dilakukan secara simultan. Manajemen nyeri non farmakologi merupakan upaya-upaya yang dilakukan untuk mengatasi atau menghilangkan nyeri dengan pendekatan non farmakologi. Tindakan non farmakologis dapat digunakan sebagai pelengkap dalam manajemen nyeri yang cukup efektif, namun bukan sebagai intervensi utama dalam manajemen nyeri (10).

Hasil penelitian diatas sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kholisotin pada tahun 2021 yang berjudul Pengaruh Edukasi Manajemen Nyeri Non Farmakologi Desminore Terhadap Pengetahuan Remaja Putri, diketahui ada perbedaan yang bermakna pada tingkat pengetahuan siswi posttest diantara kedua kelompok antara pre dan post edukasi dengan p-value sebesar 0,001 ($<0,05$) (6). Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nooryana pada tahun 2022 dengan judul Edukasi Fisioterapi dan Terapi Latihan untuk Mengurangi Keluhan Nyeri Lutut Pada Komunitas Wanita Menopause Di Desa Klewor Kecamatan Kemusu bahwa setelah diberikan edukasi fisioterapi dan terapi latihan didapatkan adanya penurunan keluhan nyeri lutut pada wanita menopause (11).

Edukasi kesehatan dapat dilakukan pada sasaran berupa individu maupun kelompok. Untuk metodenya bisa bermacam macam misalnya ceramah atau lisan, demonstrasi, simulasi, *role play*, dan menggunakan media (5). Media edukasi kesehatan adalah semua sarana atau upaya untuk menampilkan pesan atau informasi yang ingin disampaikan oleh komunikator, baik itu melalui media cetak, elektronik dan media luar ruang, sehingga sasaran dapat meningkat pengetahuannya yang akhirnya diharapkan dapat berubah perilakunya ke arah positif terhadap kesehatannya dalam hal ini adalah penurunan skala nyeri (7).

Hasil penelitian lain menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan masyarakat tentang penyakit nyeri punggung bawah dan penatalaksanaan nyeri sebelum dan sesudah edukasi secara signifikan (uji t berpasangan $p < 0,001$) dengan rata-rata nilai pengetahuan sebelum penyuluhan adalah $55,0 \pm 23,1$ dan sesudah penyuluhan adalah $82,0 \pm 15,4$. Berdasarkan hasil penelitian tersebut terbukti bahwa sesi edukasi dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang penatalaksanaan nyeri secara signifikan. Hal ini diharapkan akan memunculkan kesadaran yang dapat merubah tingkah laku agar beraktifitas dengan aman serta dapat mengurangi nyeri dengan baik dan benar (4).

KESIMPULAN

1. Pada kelompok edukasi lisan, terjadi penurunan tingkat skala nyeri sebelum dan sesudah diberikan edukasi manajemen nyeri pada kondisi nyeri punggung bawah, didapatkan hasil Sig

0,000<0,05 yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan sebelum dan sesudah di berikan edukasi lisan.

2. Pada kelompok edukasi menggunakan leaflet, terjadi penurunan tingkat skala nyeri sebelum dan sesudah diberikan edukasi manajemen nyeri pada kondisi nyeri punggung bawah, didapatkan hasil Sig 0,000<0,05 yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan sebelum dan sesudah di berikan edukasi menggunakan leaflet.
3. Penurunan skala nyeri sebelum dan sesudah pada kedua kelompok didapatkan hasil sig 1,000>0,05 yang berarti keduanya sama-sama efektif dalam menurunkan skala nyeri punggung bawah.

DAFTAR PUSTAKA

1. Aisyah, S. (2017). Manajemen Nyeri Pada Lansia Dengan Pendekatan Non Farmakologi. Jurnal Keperawatan Muhammadiyah.
2. Anas Khafid dan Riri Maria. Efektifitas Edukasi Kesehatan Terintegrasi Pada Pasien Pre Dan Post Operasi Panggul : Literature Review. Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific Journal of Nursing), Vol 6, No 1, Tahun 2020
3. Andarmoyo, S. (2013) Konsep dan Proses Keperawatan Nyeri. Yogyakarta: ArRuzz Media
4. Cholisoh, Z., Azmi, R. N., & Malik, I. (2020). Pengaruh Pemberian Edukasi oleh Apoteker terhadap Peningkatan Pengetahuan Masyarakat tentang Penatalaksanaan Nyeri pada Geriatri. Prosiding University Research Colloquium, 64–67. Retrieved from <http://repository.urecol.org/index.php/proceeding/article/view/1011>
5. Cristiani Mayasari. Pentingnya Pemahaman Manajemen Nyeri Non Farmakologi Bagi Seorang Perawat. Jurnal Wawasan Kesehatan, Volume: 1, Nomor 1, Juni 2016
6. Kholisotin, Helmawati, Miftahul Jennah, Holisatus Siam. Pengaruh Edukasi Manajemen Nyeri Non Farmakologi Desminore Terhadap Pengetahuan Remaja Putri. Jurnal Ilmu Teknologi, Kesehatan, dan Humaniora, 2(3), September - Desember 2021
7. Luthfi, A.H., Khairunnas, Siregar, M.F., Zakiyuddin. (2021). Pengaruh Edukasi Kesehatan Terhadap Peningkatan Pengetahuan Pencegahan Covid-19 Pada Siswa SDN Peunaga Kec. Meureubo Kab. Aceh Barat. Jurnal Jurnakemas, 1(2), 97-109.
8. Mahendra, D. (2019). Buku Ajar Promosi Kesehatan. Universitas Kristen Indonesia.
9. McDonald, S., Page, M. J., Beringer, K., Wasiak, J., & Sprowson, A. (2014). Preoperative education for hip or knee replacement. Cochrane Database of Systematic Reviews
10. Smeltzer, Suzanne C. 2001. Buku Ajar Khhheperawatan Medical Bedah. Edisi 8. Jakarta : EGC
11. Syavira Nooryana, Umi Budi Rahayu, Arif Pristianto . Edukasi Fisioterapi dan Terapi Latihan untuk Mengurangi Keluhan Nyeri Lutut Pada Komunitas Wanita Menopause Di Desa Klewor Kecamatan Kemusu . Jurnal Pengabdian Masyarakat Oktober 2022, Vol.5, No.3, Hal, 355-364 Issn(P): 2622-6332; Issn(E): 2622-6340

12. Casiano VE, Sarwan G, Dydyk AM, et al. Back Pain. [Updated 2023 Feb 20]. In: StatPearls [Internet]. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing; 2023 Jan-. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK538173/>
13. Patrick, N., Emanski, E., & Knaub, M. A. (2014). Acute and chronic low back pain. The Medical clinics of North America, 98(4), 777–xii. <https://doi.org/10.1016/j.mcna.2014.03.005>
14. Cohen, S. P., Chen, Y., & Neufeld, N. J. (2013). Sacroiliac joint pain: a comprehensive review of epidemiology, diagnosis and treatment. Expert review of neurotherapeutics, 13(1), 99–116. <https://doi.org/10.1586/ern.12.148>
15. Owen, P. J., Miller, C. T., Mundell, N. L., Verswijveren, S. J. J. M., Tagliaferri, S. D., Brisby, H., Bowe, S. J., & Belavy, D. L. (2020). Which specific modes of exercise training are most effective for treating low back pain? Network meta-analysis. British journal of sports medicine, 54(21), 1279–1287. <https://doi.org/10.1136/bjsports-2019-100886>
16. Patel, N. D., Broderick, D. F., Burns, J., Deshmukh, T. K., Fries, I. B., Harvey, H. B., Holly, L., Hunt, C. H., Jagadeesan, B. D., Kennedy, T. A., O'Toole, J. E., Perlmutter, J. S., Policeni, B., Rosenow, J. M., Schroeder, J. W., Whitehead, M. T., Cornelius, R. S., & Corey, A. S. (2016). ACR Appropriateness Criteria Low Back Pain. Journal of the American College of Radiology : JACR, 13(9), 1069–1078. <https://doi.org/10.1016/j.jacr.2016.06.008>
17. Hendrick, P., Milosavljevic, S., Hale, L., Hurley, D. A., McDonough, S., Ryan, B., & Baxter, G. D. (2011). The relationship between physical activity and low back pain outcomes: a systematic review of observational studies. European spine journal : official publication of the European Spine Society, the European Spinal Deformity Society, and the European Section of the Cervical Spine Research Society, 20(3), 464–474. <https://doi.org/10.1007/s00586-010-1616-2>
18. Hajihasani, A., Rouhani, M., Salavati, M., Hedayati, R., & Kahlaee, A. H. (2019). The Influence of Cognitive Behavioral Therapy on Pain, Quality of Life, and Depression in Patients Receiving Physical Therapy for Chronic Low Back Pain: A Systematic Review. PM & R : the journal of injury, function, and rehabilitation, 11(2), 167–176. <https://doi.org/10.1016/j.pmrj.2018.09.029>
19. Syuhada et.al. Posisi Kerja, Kebiasaan Olahraga Dan Merokok Mempengaruhi Keluhan Nyeri Punggung Bawah (NPB) Pada Pekerja Bagian Produksi Tiang Pancang di PT. X. Jurnal Formil (Forum Ilmiah) KesMas Respati Vol 4, Nomor 1, April 2019, pp. 35-42 p-ISSN 2502-5570 e-ISSN 2550-0864.
20. D. Scott Kreiner, MD Paul Matz, MD. 2020. Evidence-Based Clinical Guidelines for Multidisciplinary Spine Care: Diagnosis & Treatment of Low Back Pain. 7075 Veterans Blvd Burr Ridge, IL 60527 630-230-3600. www.spine.org. North American Spine Society 978-1-929988-65-5