

## PELAYANAN FISIOTERAPI UNTUK MENINGKATKAN KAPASITAS FISIK MASYARAKAT

Yudha Wahyu Putra<sup>1)</sup>, Amalia Solichati Rizqi<sup>2)</sup>

<sup>1)</sup> Fakultas Psikologi dan Kesehatan, Universitas Widya Dharma Klaten, e-mail: yudhawp1@gmail.com

<sup>2)</sup> Fakultas Psikologi dan Kesehatan, Universitas Widya Dharma Klaten, E-mail : amaliarizqi@unwidha.ac.id

### Abstrak

Kesehatan adalah tuntutan setiap individu. Gaya hidup modern yang dianut sebagian besar masyarakat Indonesia seperti aktivitas rutin dalam posisi duduk, berdiri, posisi jongkok yang terlalu lama, aktivitas-aktivitas yang berlebihan dengan posisi yang tidak sesuai serta pola makan yang tidak sehat memungkinkan suatu gangguan penyakit khususnya penurunan kapasitas fisik. Fisioterapi adalah bagian dari disiplin ilmu kesehatan yang menangani peningkatan kapasitas fisik untuk menjadi lebih baik atau meningkat. Tujuan pengabdian meningkatkan kesehatan dalam kehidupan masyarakat terkait kesehatan kapasitas fisik. Metode yang digunakan berupa pelayanan fisioterapi gratis kepada masyarakat dengan modalitas fisioterapi berupa *exercise*, *Infrared Therapy* dan *Ultrasound Therapy*. Hasil pelayanan fisioterapi dilakukan terhadap 47 orang di Desa Tanjungan, Kecamatan Wedi, Kabupaten Klaten yang mengalami keluhan penurunan kapasitas fisik

**Kata Kunci:** pelayanan fisioterapi, modalitas fisioterapi, kesehatan, gaya hidup modern

### Abstract

Modern lifestyle adopted by most Indonesian people such as routine activities in a sitting position, standing, in a position that is too long, excessive activities in an inappropriate way and unhealthy eating patterns support a disease disorder, especially decreased capacity physical. Physiotherapy is a part of a medical discipline that enhances physical improvement for the better or for improvement. The Purpose of community service is to improve health in people's lives, especially in relation to the health of physical capacity. The method used is in the form of physiotherapy services to the community with physiotherapy modalities in the form of exercise, Infrared Therapy and Ultrasound Therapy. Physiotherapy services were carried out to 47 people in Tanjungan Village, Wedi District, Klaten Regency who experienced complaints of decreased physical capacity.

**Keywords:** physiotherapy services, physiotherapy modality, free physiotherapy

### PENDAHULUAN

Visi Misi Presiden 2020-2024 adalah terwujudnya Indonesia maju yang berdaulat, mandiri dan berkepribadian berlandaskan gotong royong. Peningkatan Pelayanan Kesehatan menuju

cakupan kesehatan semesta adalah program prioritas dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia untuk mewujudkan visi misi presiden. (Kemenkes. 2020)

Program prioritas Sistem Kesehatan Nasional merumuskan bahwa pembangunan nasional bidang kesehatan bertujuan tercapainya derajat kesehatan masyarakat yang setinggi-tingginya. Pembangunan kesehatan diselenggarakan oleh semua komponen bangsa, baik Pemerintah, Pemerintah Daerah, dan/atau masyarakat secara sinergis, berhasil guna dan berdaya guna, sehingga terwujud derajat kesehatan masyarakat yang setinggi-tingginya melalui prinsip-prinsip perikemanusiaan, pemberdayaan dan kemandirian masyarakat, adil dan merata, serta pengutamakan manfaat. (Kemenkes, 2015)

Dunia terus mengalami kemajuan dari waktu ke waktu dan membawa berbagai bentuk kemajuan atau perkembangan yang membantu dan memudahkan manusia untuk melakukan kegiatan – kegiatan dalam sehari-hari. Perkembangan atau kemajuan itu terjadi dalam berbagai bidang baik pendidikan, teknologi, transportasi, pendidikan dan sebagainya. Berbagai kemudahan yang diperoleh dari kemajuan itu menyebabkan manusia secara sadar atau tidak mengalami perubahan pada pola perilaku yang monoton atau terbatas dan perilaku konsumsi yang serba cepat dan instan untuk menghemat waktu. Aktivitas fisik dalam kehidupan sehari-hari pun menjadi berkurang karena adanya sesuatu yang serba instan. Hal inilah menjadikan adanya beberapa kasus kesehatan yang mengakibatkan penurunan kapasitas fisik. (Putra & Rizqi, 2018)

Marina & Rahmah Thun 2020 menyatakan bahwa tingkat kepuasan pasien terhadap pelayanan rujukan juga masih rendah. Penyebabnya adalah tidak seimbangnya antara jumlah pasien yang dilayani dan petugas dan infrastruktur pelayanan

kesehatan. Pelayanan fisioterapi merupakan pelayanan kesehatan kesehatan yang memberikan pelayanan pada individu, keluarga, kelompok, dan masyarakat. Memecahkan masalah dan kebutuhan kesehatan gerak fungsional atau aktivitas fisik. Pelayanan fisioterapi dapat memecahkan masalah di dalam masyarakat terutama untuk peningkatan kapasitas fisik individu di dalam masyarakat. (Kemenkes, 2015)

Kapasitas fisik merupakan kebutuhan setiap individu seseorang. Manusia dituntut untuk memiliki kapasitas fisik yang baik untuk beraktivitas. Penurunan kapasitas fisik disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya faktor penurunan muskuloskeletal, kardiovaskular dan Neuromuskular. Penurunan kapasitas fisik merupakan kasus yang banyak dijumpai di masyarakat yang bisa memicu terjadinya rasa nyeri. Rasa nyeri terutama merupakan mekanisme pertahanan tubuh, rasa nyeri ini timbul akibat adanya jaringan yang rusak dan ini akan bereaksi dengan si individu untuk memindahkan stimulus nyeri tersebut karena adanya penurunan kapasitas fisik (Rizqi, 2018)

Menurut dr. Meva Nareza pada tahun 2020 menyatakan bahwa latihan kebugaran jasmani adalah aktivitas olahraga yang dilakukan untuk meningkatkan daya tahan tubuh dan kekuatan otot, serta melatih kelenturan dan keseimbangan. Olahraga ini juga efektif untuk membakar kalori dan menurunkan risiko terjadinya sejumlah penyakit. Untuk dapat melaksanakan aktivitas fisik maupun berolahraga maka diperlukan kondisi tubuh yang baik

Pelayanan ini akan berdampak pada peningkatan kesehatan dalam kehidupan masyarakat khususnya terkait kesehatan kapasitas fisik

## **METODOLOGI PENGABDIAN**

Metode kegiatan yang dilakukan untuk membantu memecahkan masalah dengan metode pelayanan kesehatan berupa pelayanan fisioterapi. Kegiatan ini dilakukan dengan memberikan pelayanan fisioterapi kepada masyarakat dengan modalitas modalitas fisioterapi seperti *exercise, Infrared Therapy, Ultrasound Therapy*.

## **PELAKSANAAN KEGIATAN**

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini berlangsung di Desa Tanjung, Kecamatan Wedi, Kabupaten Sragen dengan melakukan pelayanan fisioterapi secara gratis. Adapun dalam proses pelayanan fisioterapi dapat dijabarkan sebagai berikut

### **1. Assesmen pasien**

Assesmen fisioterapi diarahkan pada diagnosis fisioterapi, terdiri dari pemeriksaan dan evaluasi yang sekurang-kurangnya memuat data anamnesa yang meliputi identitas umum, telaah sistemik, riwayat keluhan, dan pemeriksaan (uji dan pengukuran) *impairment, activities limitation, participation restrictions*, termasuk pemeriksaan nyeri, resiko jatuh, pemeriksaan penunjang (jika diperlukan), serta evaluasi. Assesmen fisioterapi dilakukan oleh fisioterapis yang memiliki kewenangan berdasarkan hasil kredensial/penilaian kompetensi fisioterapis yang ditetapkan oleh

pimpinan fisioterapi. Beberapa uji dan pengukuran dalam pemeriksaan fisioterapi

### **2. Penegakan Diagnosa**

Diagnosis fisioterapi adalah suatu pernyataan yang menggambarkan keadaan multi dimensi pasien/klien yang dihasilkan melalui analisis dan sintesis dari hasil pemeriksaan dan pertimbangan klinis fisioterapi, yang dapat menunjukkan adanya disfungsi gerak/potensi disfungsi gerak mencakup gangguan/kelemahan fungsi tubuh, struktur tubuh, keterbatasan aktifitas dan hambatan bermasyarakat. Diagnosis fisioterapi berupa adanya gangguan dan/atau potensi gangguan gerak dan fungsi tubuh, gangguan struktur dan fungsi, keterbatasan aktifitas fungsional dan hambatan partisipasi, kendala lingkungan dan faktor personal, berdasarkan *International Classification of Functioning, Disability and Health (ICF)* atau berkaitan dengan masalah kesehatan sebagaimana tertuang pada *International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problem (ICD-10)*. Diagnosis fisioterapi dituliskan pada lembar rekam medik pasien baik pada lembar rekam medik terintegrasi dan/atau pada lembar kajian khusus fisioterapi.

### **3. Perencanaan intervensi**

Fisioterapis melakukan perencanaan intervensi fisioterapi berdasarkan hasil assesmen dan diagnosis fisioterapi, prognosis dan indikasi-kontra indikasi, setidaknya mengandung tujuan, rencana penggunaan

modalitas intervensi, dan dosis, serta diinformasikan/dikomunikasikan kepada pasien/klien atau keluarganya. Intervensi berupa program latihan atau program lain yang spesifik, dibuat secara tertulis serta melibatkan pasien dan/atau keluarga sesuai dengan tingkat pemahamannya. Program perencanaan intervensi dituliskan pada lembar rekam medik pasien baik pada lembar rekam medik terintegrasi dan/atau pada lembar kajian khusus fisioterapi, dapat dievaluasi kembali jika diperlukan dengan melibatkan pasien/klien atau keluarganya

#### 4. Intervensi

Intervensi fisioterapi berbasis bukti mengutamakan keselamatan pasien/klien, dilakukan berdasarkan program perencanaan intervensi dan dapat dimodifikasi setelah dilakukan evaluasi serta pertimbangan teknis dengan melalui persetujuan pasien/klien dan/atau keluarganya terlebih dahulu. Semua bentuk intervensi termasuk dan tidak terbatas pada teknologi fisioterapi dibuatkan kebijakan dalam bentuk prosedur baku yang ditandatangani dan disahkan oleh pimpinan fasilitas pelayanan kesehatan atau fisioterapis sendiri untuk praktik mandiri. Intervensi khusus berupa manipulasi/massage mempertimbangkan hak dan kenyamanan pasien/klien dan keluarganya, dilakukan secara etik dengan fasilitas dan ruangan yang memadai. Ukuran keberhasilan intervensi fisioterapi memiliki bahasa yang sama sehingga memberikan dasar untuk membandingkan hasil yang berkaitan dengan pendekatan intervensi yang berbeda.

Komponen ukuran keberhasilan intervensi berupa kemampuan fungsi termasuk fungsi tubuh dan struktur, aktivitas, dan partisipasi, mengacu pada diagnosis fisioterapi. Intervensi fisioterapi dicatat dalam formulir intervensi dan monitoring fisioterapi

#### 5. Evaluasi/Re-Evaluasi

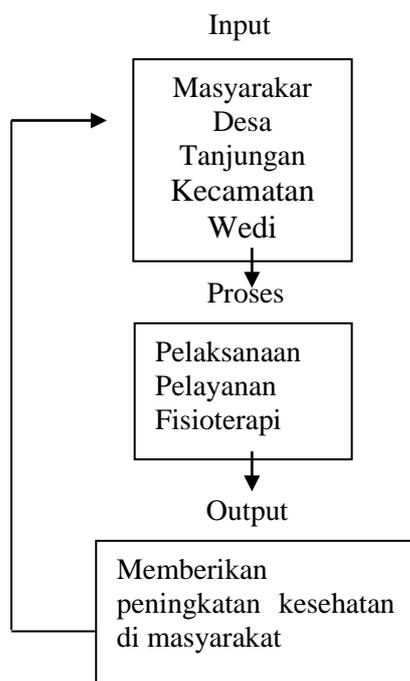
Evaluasi /Re- Evaluasi Dilakukan oleh fisioterapis sesuai tujuan perencanaan intervensi, dapat berupa kesimpulan, termasuk dan tidak terbatas pada rencana penghentian program atau merujuk pada dokter/profesional lain terkait. Kewenangan melakukan evaluasi/re-evaluasi diberikan berdasarkan hasil kredensial fisioterapi yang ditetapkan oleh pimpinan fisioterapis.

#### 6. Komunikasi dan Edukasi

Fisioterapi menjadikan komunikasi dan edukasi kepada pasien dan keluarganya, tenaga kesehatan lain terkait, serta masyarakat, sebagai bagian dari proses pelayanan fisioterapi berkualitas yang berfokus pada pasien. Fisioterapis memiliki dan menggunakan identitas resmi yang mudah dilihat dan dipahami oleh pasien dan/atau keluarganya serta para pemangku kepentingan sebagai bagian dari identitas profesi. Fisioterapis memperkenalkan diri dan memberikan informasi mengenai kondisi pasien/klien serta rencana tindakan/intervensi, termasuk komunikasi terapeutik pada pasien dan/atau keluarganya. Bila ditemukan hal-hal di luar kompetensi, pengetahuan, pengalaman atau keahlian, fisioterapis merujuk pasien/klien

kepada tenaga kesehatan lain yang tepat dengan disertai resume fisioterapi. Penyelenggaraan pelayanan fisioterapi di fasilitas pelayanan kesehatan, didukung media komunikasi dan edukasi agar proses pelayanan berlangsung sesuai dengan tujuan, termasuk media edukasi berupa leaflet/brosur yang diperlukan

Proses yang terjadi dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini digambarkan pada Gambar 1.



Gambar 1. Alur Pengabdian.

Peserta pengabdian masyarakat adalah masyarakat desa Tanjung, Kecamatan Wedi, Kabupaten Klaten yang mengalami keluhan fisioterapi atau penurunan kapasitas fisik yang diawali dengan studi kebutuhan dengan berkoordinasi bidan desa Tanjung. Proses atau Pelaksanaan pelayanan fisioterapi gratis dilaksanakan pada tanggal 17 Februari 2020 dengan jumlah peserta adalah 46 peserta dan Output atau

Hasil dari pengabdian masyarakat ini adalah memberikan peningkatan kesehatan di masyarakat, khususnya peningkatan kapasitas fisik

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Hasil Pelayanan yang dilakukan adalah meningkatnya kesehatan khususnya kapasitas fisik yang dilakukan pada tanggal 17 Februari 2020. Peserta dalam kegiatan ini berjumlah 46 peserta dengan berbagai macam keluhan fisioterapi. Proses yang dilakukan berupa proses fisioterapi yang meliputi assessment, diagnose, intervensi dan evaluasi. Intervensi fisioterapi yang dilakukan dengan penggunaan modalitas fisioterapi berupa Terapi Latihan, Inframerah dan Ultrasound.

## **Ucapan Terima Kasih**

Kami ucapkan terimakasih kepada Lembaga Pusat Pengabdian Masyarakat Universitas Widya Dharma Klaten atas kerjasamanya sehingga kegiatan ini dapat berjalan dengan baik..

## **PENUTUP**

## **Kesimpulan**

Pengabdian masyarakat bisa berjalan dengan lancar dan peserta begitu antusias memperhatikan serta mengikuti pelayanan fisioterapi, diharapkan pengabdian masyarakat ini bisa berjalan terus dan berkesinambungan dengan peserta yang lebih banyak dengan tempat yang berbeda sehingga masyarakat akan sadar dengan pentingnya kesehatan

## **DAFTAR PUSTAKA**

Kemenkes. 2015. *Peraturan menteri kesehatan republik Indonesia nomor 65 tahun 2015*

*tentang standar pelayanan fisioterapi.*

Kemenkes RI

Kemenkes. 2020. *Arah kebijakan dan kebijakan program pembinaan pelayanan kesehatan tahun 2020-2024.* Direktur Jenderal Pelayanan Kesehatan

Marina ES & Rahmah HN. 2020. Evaluasi pelaksanaan sistem rujukan berjenjang dalam program jaminan kesehatan nasional. *Jurnal Manajemen Pelayanan Kesehatan Vol 22, No 2*

Meva Nareza dr . 2020. Manfaat Latihan Kebugaran Jasmani bagi Kesehatan Fisik dan Mental. *Alodokter*

Putra, Y.W., & Rizqi, A.S., 2018. Index masa tubuh (IMT) mempengaruhi aktivitas remaja putri di SMP Negeri 1 Sumberlawang. *Gaster*, 16(1), 105-115

Yudha Wahyu Putra, Amalia Solichati Rizqi,. (2020, March 12). Interferential Current ( IFC) Untuk Menurunkan Nyeri. <https://doi.org/10.31219/osf.io/jg3eu>

Rizqi, A.S., 2018. Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation (TENS) Affecting Pain Threshold. *LINK*, 14(2), 79-82.