

Penyuluhan Dalam Upaya Pencegahan Skoliosis Dini di SD MISS *Elementary School*

Luthfiyyah Putri^{1*}
Ali Multazam²
Tri Dewi Fransiska³

^{1,2}Program Studi Profesi Fisioterapi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah
Malang, Indonesia

³Puskesmas Kendalkerep Malang, Indonesia

luthfiyahputri2001@gmail.com¹⁾

alimultazam@umm.a.id²⁾

Tridewifransiska52@gmail.com^{3*)}

Kata Kunci: [Punggung,
Remaja, Skoliosis]

Abstrak: Skoliosis merupakan kelainan berupa kelengkungan pada tulang belakang disertai dengan pembengkokan tulang yang berbentuk huruf S atau C. Skoliosis juga menyebabkan nyeri pada punggung. Hal yang menjadi tanda umum pada penderita skoliosis ialah badan condong pada satu sisi, tulang belikat yang menonjol, lengkungan tulang belakang yang nyata, tinggi pinggang yang tidak sama. **Tujuan:** Bertujuan untuk memberikan edukasi kepada siswa-siswi SD Miss Elementary School pentingnya pencegahan skoliosis secara dini. **Metode:** Kegiatan penyuluhan dilaksanakan pada tanggal 12 Oktober 2023 yang bertempat di SD Miss Elementary School. Populasi dalam kegiatan ini sebanyak 9 siswa. Media penyuluhan berupa poster. Indikator penilaian menggunakan kuisioner pre-test dan post-test. **Hasil:** Terdapat peningkatan pemahaman siswa-siswi tentang pentingnya pencegahan scoliosis secara dini.

Published by:



Copyright © 2024 The Author(s)

This article is licensed under CC BY 4.0 License



Pendahuluan

Masa anak-anak merupakan masa keemasan, dimana mereka mengalami tumbuh dan kembang yang luar biasa. Tumbuh kembang tersebut meliputi dari segi emosi, kognitif, psikososial, maupun dari segi fisik. Dari segi tumbuh kembang anak yang sering dialami oleh anak adalah masalah postur pada anak, seperti skoliosis, lordosis, dan kifosis (Schreiber et al., 2019). Masalah postur tersebut bila tidak diatasi sejak dini, maka akan terbawa sampai usia dewasa. Oleh karena itu diperlukan adanya pengetahuan dan pemahaman sejak dini masalah postur yang dialami oleh anak-anak. Kebiasaan duduk yang salah pada anak-anak dapat menyebabkan nyeri pada pinggang, hal ini menyebabkan otot pada punggung menjadi tegang. Duduk dengan posisi miring atau menyandarkan tubuh pada salah satu sisi tubuh yang menyebabkan ketidakseimbangan tonus otot dapat menyebabkan skoliosis (Yagci & Yakut, 2019).

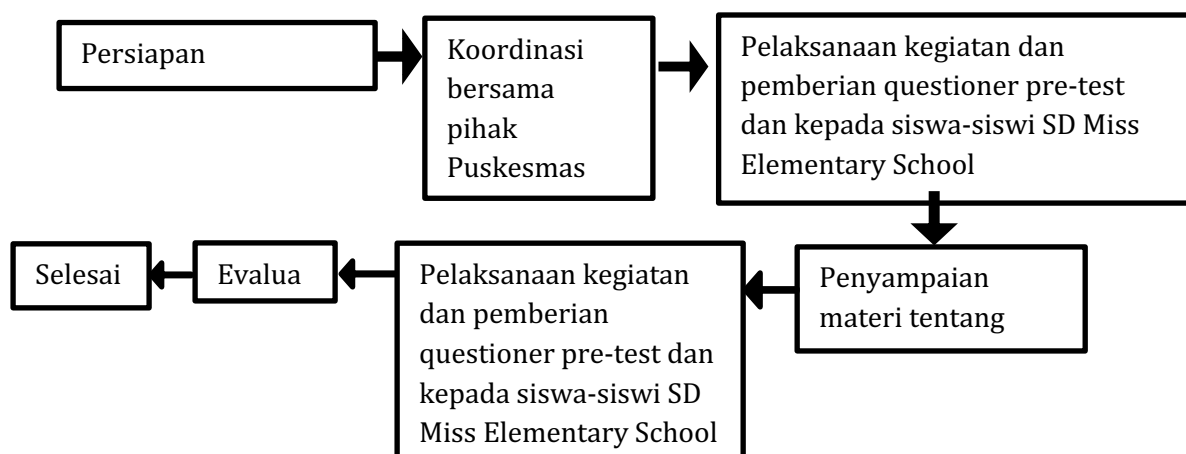
Skoliosis merupakan kelainan berupa kelengkungan pada tulang belakang disertai dengan pembengkokan tulang yang berbentuk huruf S atau C. Skoliosis juga menyebabkan nyeri pada punggung. Hal yang menjadi tanda umum pada penderita skoliosis ialah badan condong pada satu sisi, tulang belikat yang menonjol, lengkungan tulang belakang yang nyata, tinggi pinggang yang tidak sama (Yagci & Yakut, 2019).

Penyebab yang paling sering dapat mengakibatkan skoliosis adalah kebiasaan kita sehari-hari dalam melakukan kegiatan setiap harinya seperti posisi duduk dan juga beban tas yang kita bawa. Posisi duduk dapat mempengaruhi terjadinya skoliosis karena dengan kita duduk di kursi tetapi posisi kita itu tidak tegak dan agak miring ke kanan atau ke kiri itu mengakibatkan tulang belakang kita akan di bebankan pada salah satu titik saja tidak seperti seharusnya, sama halnya dengan penggunaan tas yang membawa beban yang terlalu berat (Zara Sugiyarti, & Adnan Faris Naufal. 2024).

Dalam kasus skoliosis ini, fisioterapi juga memiliki peran penting dalam penatalaksanaan masalah skoliosis. Fisioterapi berperan dalam memberikan perawatan dan bimbingan untuk pengobatan yang dibutuhkan setiap individu penderita skoliosis (Schreiber et al., 2019). Fisioterapi dapat melatih fleksibilitas dan menguatkan otot, serta memperbaiki ketidakseimbangan otot dan faktor yang menyebabkan kelengkungan tulang belakang yang berlebihan (A. Pristianto, F. D et al., 2023).

Metode Pelaksanaan

Kerangka Kegiatan Penyuluhan



Gambar 1. Kerangka Kegiatan Penyuluhan

Metode yang dilakukan saat kegiatan Fisioterapi Komunitas adalah memberikan pengetahuan tentang definisi, gejala, faktor, dan tata penatalaksanaan fisioterapi yang dilakukan secara mandiri oleh anak dan remaja. Media yang diberikan untuk kegiatan penyuluhan tersebut kepada siswa-siswi di Sekolah berupa leaflet. Sebelum kegiatan penyuluhan pada siswa-siswi diberikan questioner pre-test yang bertujuan untuk mengukur pengetahuan siswa-siswi tentang skoliosis. Setelah diberikan materi dilanjutkan dengan sesi tanya jawab, kemudian disesi terakhir diberikan questioner post-test pada siswa-siswi. Questioner/ pre & post test yang diberikan nantinya akan dibandingkan untuk mengetahui apakah penyuluhan yang dilakukan efektif atau tidak.

Sasaran dan Tempat

Sasaran penyuluhan ini terdiri dari siswa kelas 4,5,dan 6 di SD Miss Elementary School yang bertempat di Jl. Mayjen M. Wiyono. No. 11, Polehan, Kec. Blimbing, Kota Malang. Tempat pengambilan data berada di ruang kelas 5 dengan jumlah 9 siswa.

Pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan penyuluhan ini tepat pada hari Selasa, 12 Oktober 2023 bertempat di SD Miss Elementary School. Siswa-siswa yang mengikuti kegiatan sosialisasi ini berusia 11 dan 12 tahun. Populasi dalam kegiatan ini yang terdiri dari kelas 4,5, dan 6 dengan total 9 siswa. Kegiatan diawali dengan memberikan questioner berupa pre-test untuk mengukur pengetahuan awal mereka tentang skoliosis. Selanjutnya siswa-siswa diberikan pengetahuan mengenai skoliosis yang berupa definisi, faktor utama, tanda dan gejala, dan cara pencegahannya. Dan dilanjutkan sesi tanya jawab untuk mengukur kembali pengetahuan siswa-siswa setelah diberikan pengetahuan tentang skoliosis.

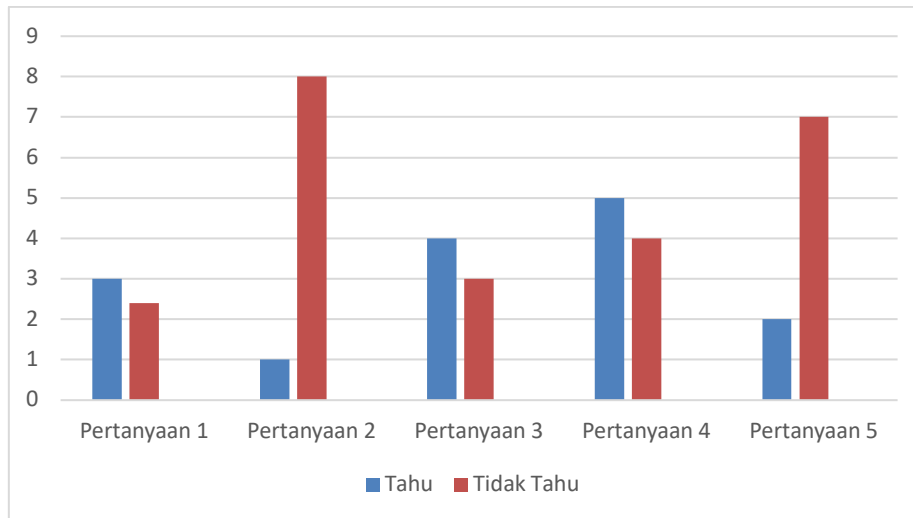


Gambar 2. Pelaksanaan Kegiatan PkM

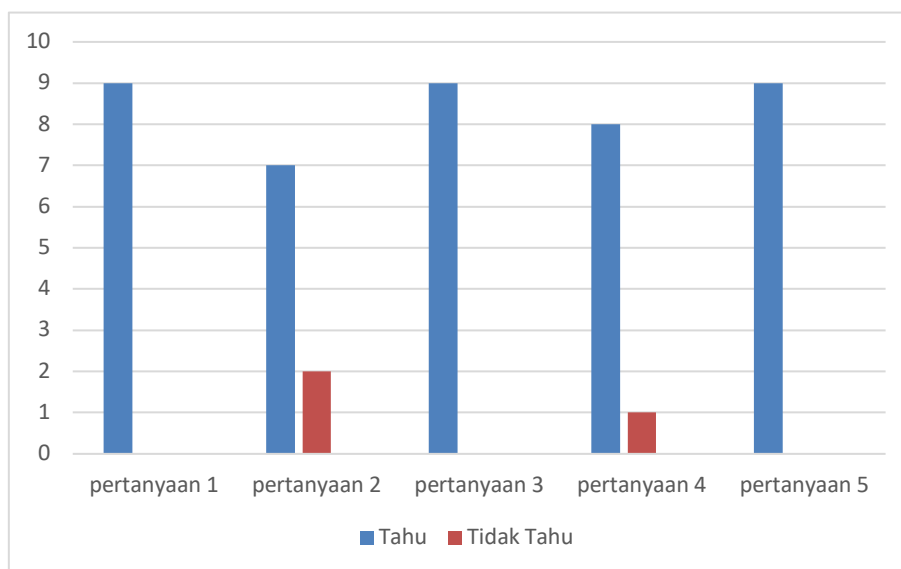
Hasil dan Pembahasan

Kegiatan ini dilakukan penyuluhan tentang skoliosis pada anak remaja di SD Miss Elementary School. Dilakukan pre-test dan post-test dengan tujuan mengukur pemahaman siswa-siswa tentang skoliosis, dan post-test untuk evaluasi tingkat pengetahuan peserta. Proses penyuluhan mendapatkan respon yang baik dan penuh semangat dari siswa-siswa kelas 4, 5, dan 6. Anak-anak mendengarkan dan memperhatikan dengan saksama terhadap materi penyuluhan yang disampaikan antara lain, definisi, faktor utama, tanda dan gejala, dan cara pencegahannya. Dari data yang telah di dapat setelah dilakukan kegiatan penyuluhan ini, berikut hasil questioner yang

menunjukkan peningkatan sebelum dan sesudah penyuluhan melalui gambar Grafik Pre Test dan Grafik Post Test.



Gambar 3. Hasil Pre-Test



Gambar 4. Hasil Post-Test

Berdasarkan grafik diatas, menunjukkan bahwa kegiatan penyuluhan tentang skoliosis di sekolah dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa-siswi terhadap skoliosis. Sebelum dilakukan penyuluhan terdapat sebagian besar siswa-siswi tidak mengetahui tentang skoliosis dan faktor resiko yang dapat menyebabkan skoliosis. Tidak hanya itu, penyuluhan ini juga berhasil meningkatkan kesadaran diri siswa-siswi tentang pencegahan skoliosis secara dini. Oleh karena itu, disimpulkan bahwa penyuluhan skoliosis di sekolah sangat penting untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran diri siswa-siswi terhadap pencegahan skoliosis.

Kesimpulan

Setelah pelaksanaan penyuluhan mengenai skoliosis pada siswa-siswi SD Miss Elementary School dengan hasil pre-test, ditemukan hasil bahwa peserta penyuluhan masih ada yang belum sepenuhnya memahami tentang skoliosis. Dan selanjutnya dari hasil post-test ditemukan hasil bahwa para siswa sudah mulai lebih memahami tentang skoliosis. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kegiatan penyuluhan ini dapat meningkatkan pengetahuan dan pencegahan skoliosis secara dini. Hal ini diharapkan akan terciptanya generasi yang lebih sadar akan pentingnya mencegah risiko dari skoliosis.

Ucapan Terimakasih

Dalam menyelesaikan artikel ini, penulis banyak mendapatkan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis ingin mengucapkan erima kasih kepada:

1. Bapak Safun Rahmanto, SST.Ft., M. Fis selaku Kepala Program Studi Profesi Fisioterapi Universitas Muhammadiyah Malang
2. Bapak Ali Multazam, S. Ft, Physio., M. Sc selaku dosen pembimbing
3. Ibu Tri Dewi Fransiska, A.Md. Kep selaku Clinical Instructor di Puskesmas Kendalkerep Malang

Referensi

- Afiana, N. E., Retno Wulan, R., Mei, R., & Malau, U. (n.d.). *KONSEP DIRI REMAJA PENDERITA SKOLIOSIS (STUDI FENOMENOLOGI MASYARAKAT SKOLIOSIS INDONESIA DI KOTA BANDUNG) SELF CONCEPT ADOLESCENT WITH SCOLIOSIS (PHENOMENOLOGY STUDY OF MASYARAKAT SKOLIOSIS INDONESIA IN BANDUNG)*.
- Pristianto, A., Mahendra, F. D., fauziyyah, I. nur, Irawan, N., Mulya, A., & Maharani, A. F. (2023). Edukasi Pola Duduk yang Benar untuk Mencegah Perubahan Postur Tulang Belakang Pada Siswa SD Gonilan 02. *Prosiding University Research Colloquium*, 61–66. Retrieved from <https://repository.urecol.org/index.php/proceeding/article/view/2204>
- Schreiber, S., Parent, E. C., Hill, D. L., Hedden, D. M., Moreau, M. J., & Southon, S. C. (2019). Patients with adolescent idiopathic scoliosis perceive positive improvements regardless of change in the Cobb angle - Results from a randomized controlled trial comparing a 6-month Schroth intervention added to standard care and standard care alone. SOSORT 2018 Award winner. *BMC Musculoskeletal Disorders*, 20(1). <https://doi.org/10.1186/s12891-019-2695-9>
- Simanjuntak, C. A., & Gading, P. W. (2020). *PEMERIKSAAN AWAL SKOLIOSIS PADA PELAJAR SLTP DI KOTA JAMBI*.
- Yagci, G., & Yakut, Y. (2019). Core stabilization exercises versus scoliosis-specific exercises in moderate idiopathic scoliosis treatment. *Prosthetics and Orthotics International*, 43(3), 301–308. <https://doi.org/10.1177/0309364618820144>
- Zara Sugiyarti, & Adnan Faris Naufal. (2024). Hubungan Antara Beban Tas Terhadap Risiko Skoliosis Pada Anak Usia 9-12 Tahun di SDN Gonilan 02. *OBAT: Jurnal Riset Ilmu Farmasi Dan Kesehatan*, 2 (3), 145–152. <https://doi.org/10.61132/obat.v2i3.395>