



Deteksi Dini Gangguan Postur Melalui Peningkatan *Life Skill Education* Dokter Kecil

Arief Hendrawan¹, Dwi Setiyawati²

^{1,2}STIKES Al Irsyad Al Islamiyyah Cilacap

Email : hendrarie@gmail.com, chyara.ara@gmail.com

²Penulis korespondensi

ABSTRAK

Pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan berfokus pada peningkatan *life skill education* dokter kecil untuk melakukan deteksi dini pencegahan gangguan postur. Kegiatan dilaksanakan di SDN Jangrana Kecamatan Kesugihan Kabupaten Cilacap pada bulan Maret – April 2019. Metode pelaksanaan kegiatan adalah pemaparan materi dan pemberian pelatihan tentang gangguan postur tubuh serta deteksi dini gangguan postur tubuh. Peserta kegiatan adalah 10 orang dokter kecil yang ditunjuk oleh pihak sekolah sebagai perwakilan. Hasil dari kegiatan ini didapatkan peningkatan pengetahuan dan peningkatan kemampuan deteksi dini gangguan postur oleh peserta kegiatan.

Kata Kunci: deteksi; postur; anak

Early Detection of Posture Disorders through Increased Life Skill Education of Little Doctors

ABSTRACT

The activities carried out focus on improving the life skills of small doctors to detect early prevention of posture disorders. The activity was carried out at SDN Jangrana Kesugihan District, Cilacap Regency in March - April 2019. The method of implementing the activity was the presentation of material and the provision of training on postural disorders and early detection of postural disorders. The participants were 10 small doctors who were appointed by the school as representatives. The results of this activity obtained an increase in knowledge and increased ability to detect postural disorders early by the activity participants.

Keyword: detection; postur; child

PENDAHULUAN

Pembangunan kesehatan merupakan investasi utama dalam pembangunan sumberdaya manusia. Peningkatan derajat kesehatan masyarakat yang optimal merupakan salah satu tujuan pembangunan masyarakat Indonesia dalam bidang kesehatan. Guna tercapai

derajat kesehatan masyarakat yang optimal diperlukan peningkatan derajat kesehatan keluarga terutama kesehatan anggota keluarga. Salah satu upaya mencapai hal tersebut adalah peningkatan kesehatan ibu dan anak.

Pemerintah Kabupaten Cilacap dalam rangka mensukseskan program

peningkatan derajat kesehatan masyarakat, sejak tanggal 31 Juli 2017 telah mencanangkan Program Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (Germas) (Anonim, 2017). Satu dari tujuh sasaran program Germas adalah peningkatan aktifitas fisik. Peningkatan aktifitas fisik harus dimulai sejak dari usia dini.

Aktifitas fisik anak sejak dini memegang peran penting dalam proses pertumbuhan dan perkembangannya. Aktifitas fisik yang dilakukan anak membawa pengaruh terhadap perkembangan otot, tulang dan postur tubuhnya (Bustan, Aprilo, & Anwar, 2018; Samiadi, 2018).

Di era modern seperti ini, pola aktifitas anak sudah mengalami pergeseran. Anak lebih sering untuk cenderung melakukan aktifitas dalam posisi statis dibandingkan melakukan aktifitas dinamis. Aktifitas fisik anak usia enam sampai dengan dua belas tahun adalah 60 menit per hari (Fajar, 2017). Kurangnya aktifitas fisik membawa dampak buruk bagi anak, mengakibatkan berkurangnya kemampuan koordinasi motoric dan mengakibatkan gangguan postur atau bentuk tulang belakang (Pelealu, Angliadi, & Angliadi, 2014; Puri, 2015)

Gangguan postur tubuh yang sering dikeluhkan pada anak usia sekolah adalah telapak kaki datar dan punggung bengkok / *scoliosis* (Anonim, 2018). Telapak kaki datar adalah posisi dimana talapak kaki menyentuh permukaan tanah (tanpa ada lengkung telapak kaki) sedangkan *scoliosis* adalah keadaan dimana tubuh

/ tulang belakang tidak simetris atau condong kesalahsatu sisi. Baik kondisi telapak kaki datar maupun punggung bengkok akan menyebabkan adanya nyeridan rasa tidak nyaman pada anak.

Kondisi telapak kaki datar dan punggung bengkok dapat di deteksi sejak dini. Deteksi dini terhadap kondisi ini dapat dilaksanakan oleh siapa saja secara mudah dan sederhana (Anonim, 2017).

Kesadaran anak usia sekolah terhadap kondisi kesehatannya perlu dididik sejak usia dini (Hidayati dkk, 2009). Peningkatan kesadaran anak tentang kesehatan dapat dilakukan melalui usaha kesehatan sekolah (UKS). UKS merupakan bagian dari substansi manajemen layanan khusus yang bergerak dalam bidang kesehatan sekolah (Rahmawati, Soetopo, & Maisyaroh, 2015; Simbolon & Simorangkir, 2018). Di dalam pelaksanaannya UKS melibatkan peran dokter kecil. Upaya pembinaan kesehatan anak sejak dini adalah melalui peran dokter kecil. Diharapkan dokter kecil akan memberikan baik sebagai promotor maupun sebagai motivator bagi terselenggaranya hidup sehat bagi teman-teman sekolah dan lingkungannya (Istiarti, 2003; Maqfiroh, 2016; Purba, 2002) sehingga tercipta siswa sekolah dasar yang sehat (Sriawan, 2002).

Sekolah Dasar Negeri (SDN) Jangrana merupakan sekolah dasar yang terletak di desa Jangrana Kecamatan Kesugihan Kabupaten Cilacap. Sekolah ini belum mempunyai dokter kecil. Berdasarkan informasi

dari guru wali kelas, beberapa murid kelas 4, 5, 6 sering mengikuti pembelajaran di kelas dengan posisi tubuh yang tidak baik. Kebanyakan dari murid-murid tersebut sering membungkuk saat menulis di meja kelas. Di SDN Jangrana juga belum mempunyai kader kesehatan (dokter kecil), yang mampu berperan untuk mengajak murid-murid berperilaku sehat.

Berdasarkan hal tersebut di atas dimana diperlukan peningkatan *life skill education* bagi dokter kecil serta peningkatan pengetahuan terhadap gangguan postur maka tim menyusun program pengabdian masyarakat.

METODE PENELITIAN

Tabel 1 : Target Luaran dan Strategi Pencapaian Pengabdian

No.	Target dan luaran	Strategi Pencapaian
1.	Peningkatan pengetahuan dokter kecil	- Pemberian pengetahuan tentang gangguan postur kaki datar - Pemberian pengetahuan tentang gangguan postur punggung bengkok
2.	Peningkatan <i>life skill education</i> dokter kecil	Pelatihan pemeriksaan dan pengukuran gangguan kaki datar dan gangguan punggung bengkok

HASIL DAN PEMBAHASAN

Adapun hasil observasi *pre-test* dan *post-test* terhadap tingkat pengetahuan dokter kecil adalah sebagai berikut :

Tabel 2. Karakteristik Responden

No.	Karakteristik	Frekuensi	Persen
A	Usia (tahun)		
1	10	4	40
2	11	5	50
3	12	1	10
B	Kelas		
1	4	5	50
2	5	5	50
C	Jenis Kelamin		
1	Laki-laki	5	50
2	Perempuan	5	50

Sumber : Data Primer, 2019

Tabel 3. Karakteristik Responden Terkait Dokter Kecil, Gangguan Postur dan Deteksi Dini Gangguan Postur

No.	Karakteristik	Frekuensi	Persen
A	Dokter Kecil		
1	Mengikuti	2	20
2	Tidak Mengikuti	8	80
B	Pengetahuan Gangguan Postur		
1	Mengetahui	0	0
2	Tidak Mengetahui	10	100
C	Pengetahuan Deteksi Dini		
1	Mengetahui	0	0
2	Tidak Mengetahui	10	100
D	Pelatihan Deteksi Dini		
1	Sudah Mengikuti	0	0
2	Belum Mengikuti	10	100

Sumber : Data Primer, 2019

Tabel 4. Nilai Pre Test – Post Test

No.	Karakteristik	Sebelum	Sesudah
A	Pengetahuan Gangguan Postur dan Deteksi Dini		
	n = 10	19	60
B	Pelatihan Deteksi Dini Gangguan Postur		
	n = 10	50	86

Sumber : Data Primer, 2019

Berdasarkan tabel 4 tentang nilai *pre-test* dan *post-test* dapat diketahui bahwa terjadi peningkatan tingkat pengetahuan siswa terhadap gangguan postur tubuh dan pengetahuan tentang deteksi dini gangguan postur tubuh dari nilai awal 19 menjadi 60. Disamping itu, diketahui juga terdapat peningkatan kemampuan *life skill* dari peserta untuk kemampuan deteksi dini gangguan postur dari nilai awal 50 menjadi 86.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dapat dinyatakan

berhasil. Hal ini dapat dilihat dari meningkatnya pengetahuan peserta kegiatan baik dari segi kognitif maupun dari segi psikomotor (kemampuan *life skill*). Keberhasilan ini tidak terlepas dari beberapa strategi penyampaian materi yang dilakukan oleh tim pengabdian. Tim pengabdian menggunakan media visual berupa penayangan materi melalui LCD yang disertai dengan gambar-gambar yang menarik. Selain itu dalam kegiatan pelatihan *life skill* dokter kecil, tim mengajak semua peserta untuk mempraktikkan kegiatan satu per satu. Sehingga tidak ada peserta yang hanya berperan sebagai penonton saja.

SIMPULAN

Simpulan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah bahwa kegiatan yang dilaksanakan bermanfaat dan meningkatkan *life skill education* dokter kecil dalam deteksi dini gangguan postur.

DAFTAR PUSTAKA

- Anonim. (2017). *Bupati Cilacap Canangkan Germas*. Retrieved from <https://jatengprov.go.id/beritadieraah/bupati-cilacap-canangkan-germas/>
- Anonim. (2018). *Cara Sederhana Deteksi Skoliosis Pada Anak*. Retrieved from <http://www.parenting.co.id/usia-sekolah/cara-sederhana-deteksi-skoliosis-pada-anak>
- Bustan, M. N., Aprilo, I., & Anwar, K. (2018). Derajat Kesehatan Jasmani dan Postur Siswa Sekolah di Makassar. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*. <https://doi.org/10.30597/mkmi.v14i1.3781>
- Istiarti, T. ; E. R. ; P. N. (2003). *Pemberdayaan Masyarakat Semarang*. Semarang: Bagian Pendidikan Kesehatan dan Ilmu Perilaku Fakultas Kesehatan Masyarakat UNDIP.
- Maqfiroh, E. (2016). *Pelaksanaan Program Dokter Kecil Dalam Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) Di Sekolah Dasar Se-Kecamatan Pundong Kabupaten Bantul Tahun 2016*. Retrieved from http://eprints.uny.ac.id/37372/1/SKRIPSI_Efi_Maqfiroh.pdf
- Pelealu, J., Angliadi, L. S., & Angliadi, E. (2014). REHABILITASI MEDIK PADA SKOLIOSIS. *JURNAL BIOMEDIK (JBM)*. <https://doi.org/10.35790/jbm.6.1.2014.4157>
- Purba, J. (2002). *Pengelolaan Lingkungan Sosial kantor Menteri Negara Lingkungan Hidup*. Jakarta: Yayasan Obor Indonesia.
- Puri. (2015). *Inilah Dampak Jika Ana Kurang Bergerak*. Retrieved from <https://nakita.grid.id/read/026484/inilah-dampak-jika-anak-jarang-bergerak>
- Rahmawati, E. I., Soetopo, H., & Maisyaroh. (2015). *Manajemen Usaha Kesehatan Sekolah. Manajemen Pendidikan*.
- Samiadi, L. . (2018). *Memilih Aktifitas Fisik Yang Tepat Untuk Anak Anda*. Retrieved from <https://hellosehat.com/parenting/tips-parenting/memilih-aktivitas-fisik-yang-tepat-untuk-anak-anda>
- Simbolon, P., & Simorangkir, L. (2018). Penerapan UKS dengan PHBS di Wilayah Kerja Puskesmas Pancur Batu Kabupaten Deli Serdang. *JURNAL KESEHATAN LINGKUNGAN INDONESIA*. <https://doi.org/10.14710/jkli.17.1.16-25>
- Sriawan. (2002). *Siswa Sekolah Dasar Sehat. Bahasa Dan Seni*.