

Tingkat Pengetahuan Pendidikan Akupresure untuk Meningkatkan Kesehatan di Desa Sawit Jaya RT 009 Kecamatan Long Ikis

Islami Rantika Sari¹, Husnul Hotimah², Ninik Christiani³

¹Universitas Ngudi Waluyo, Islamirantika0512@gmail.com

²Universitas Ngudi Waluyo, husnulms0711@gmail.com

³Universitas Ngudi Waluyo, christianininik@gmail.com

Korespondensi Email : Islamirantika0512@gmail.com

Article Info

Article History

Submitted, 2023-06-22

Accepted, 2023-07-02

Published, 2023-07-24

Keywords: Knowledge Level, Education, Akupresure

Kata Kunci : Tingkat Pengetahuan, Pendidikan, Akupresure

Abstract

Ordinary acupresure with full-blooded therapy or needling is a form of physiotherapy by providing massage and stimulation at certain points on the body. Acupresure therapy is a development of the science of acupuncture, so that in principle the method of acupresure therapy is the same as acupuncture, the difference is that acupresure therapy does not use needles in the treatment process. Acupresure is useful for various ailments and relieves tension, fatigue and pain. method using a questionnaire as well as analysis to determine the significance value of the pre test and post test after education about acupresure. After educating the residents of the Kelapa Jaya village, a pro-test was carried out to find out the level of knowledge about acupresure. Weaknesses in writing and dedication are still found in this article. Suggestions are needed in the contents of this article for the future in determining future programs and activities to be better.

Abstrak

Akupresur biasa dengan terapi totok atau tusuk jarum adalah salah satu bentuk fisioterapi dengan memberikan pijatan dan stimulasi pada titik-titik tertentu pada tubuh. Terapi akupresur merupakan pengembangan dari ilmu akupunktur, sehingga pada prinsipnya metode terapi akupresur sama dengan akupunktur yang membedakannya terapi akupresur tidak menggunakan jarum dalam proses pengobatannya. Akupresur berguna untuk berbagai penyakit dan mengurangi ketegangan, kelelahan serta nyeri. method menggunakan kuisioner pada pre test dan post test setelah dilakukan pendidikan tentang akupresure. Setelah dilakukan edukasi kepada warga desa sawit jaya kemudian dilakukan pro test guna mengetahui tingkat pengetahuan tentang akupresure setelah dilakukan edukasi kepada warga desa sawit jaya dari hasil post test didapatkan peningkatan dari segi nilai post test yang berarti ada peningkatan pengetahuan setelah dilakukan edukasi, yang arti nya didapatkan hasil bahwa

ada peningkatan pengetahuan setelah dilakukan edukasi kepada warga desa sawit jaya, Dari hasil pengabdian post dan pre test di dapatkan ada nilai signifikansi atau peningkatan setelah dilakukan perilaku terhadap kelompok sampel, pengabdian masih terdapat dalam artikel ini, Saran sangat dibutuhkan dalam isi artikel ini guna kedepannya dalam menentukan program dan kegiatan kedepannya menjadi baik.

Pendahuluan

RT 009 dan lainnya, tapi masih kurangnya kesadaran masyarakat akan pentingnya kesehatan untuk diri sendiri di karenakan malasnya warga untuk berobat ke fasilitas kesehatan dan memilih membeli obat ke warung terdekat. Desa/Kelurahan Sawit Jaya dipimpin oleh seorang kepalaRT bernama Ibu Erna Mawanti (43 Tahun), wawancara yang dilakukan bersama ibu RT tentang permasalahan warga yang sering membeli obat di warung untuk sakit-sakit tertentu,ibu RT sendiri kadang sering mengalami gejala seperti sakit kepala dan sakit punggung,mayoritas warga Sawit Jaya yang kebanyakan lansia mengalami sakit kepala,sakit punggung,sakit pinggang dan susah tidur. Warga RT 009 Desa/Kelurahan Sawit Jaya sendiri sudah mempunyai beberapa aktivitas yg sering di lakukan seperti posyandu, Kegiatan kelompok Asman TOGA

Masalah pengobatan untuk berbagai macam penyakit dapat ditempuh dengan pengobatan secara farmakologis dan non farmakologis. Pengobatan secara farmakologis yaitu dengan mengkonsumsi obat-obatan yang mengandung berbagai bahan kimia. Pengobatan ini menjadi pilihan utama di kalangan masyarakat karena dianggap lebih cepat menyembuhkan, namun bahan kimia yang terkandung di dalamnya juga memberikan efek negatif bagi tubuh penggunanya. Untuk itu ada beberapa orang yang lebih berminat ke pengobatan farmakologis. Salah satu contoh pengobatan non farmakologis adalah terapi komplementer atau terapi pengganti. Salah satu jenis terapi komplementer yang di sering digunakan adalah akupresur.

Akupresur atau yang biasa dikenal dengan terapi totok atau tusuk jarum adalah salah satu bentuk fisioterapi dengan memberikan pijatan dan stimulasi pada titik- titik tertentu pada tubuh. Terapi akupresur merupakan pengembangan dari ilmu akupunktur, sehingga pada prinsipnya metode terapi akupresur sama dengan akupunktur yang membedakannya terapi akupresur tidak menggunakan jarum dalam proses pengobatannya. Akupresur berguna untuk berbagai penyakit dan mengurangi ketegangan, kelelahan serta nyeri. Proses pengobatan dengan teknik akupresur menitikberatkan pada titik-titik saraf di tubuh. Titik-titik akupresur terletak pada kedua telapak tangan dan kedua telapak kaki. Di kedua telapak tangandan telapak kaki terdapat akupresur untuk jantung, paru-paru, ginjal, mata, kelenjar tiroid, pankreas, sinus dan otak (Fengge, 2012).

Akupresur atau pijat akupuntur kini sudah dikenal luas di Indonesia. Mekanisme kerja akupresur diketahui berdasarkan teori akupuntur atau pengobatan tusuk jarum yang berasal dari Tiongkok (Sukanta, 2008). Salah satu pengobatan tradisional yang murah, mudah dan dapat dilakukan untuk pengobatan sendiri di rumah yaitu akupresur. Akupresur merupakan salah satu bentuk dari akupunktur, merupakan suatu cara penyembuhan yang dilakukan dengan cara penekanan pada ujung-ujung jari tangan pada daerah atau titik tertentu di permukaan tubuh (Maureen A, 1997).

Metode

Metode dalam pengabdian masyarakat ini menggunakan metode Pre test dan Post test terhadap sebuah kelompok yang sama yang sudah ditentukan sample dan populasi nya oleh mahasiswa. Menggunakna kuisisioner pre test dan post test setelah dilakukan perlakuan edukasi tentang akupresur.

Hasil dan Pembahasan

Pengabdian dilaksanakan di rt 009 Desa Sawit Jaya ini, telah dilakukan observasi untuk mengetahui permasalahan-permasalahan yang ada. Pengabdian masyarakat ini dilakukan pada tanggal 7 juni 2023 hari rabu pagi bertempat di posyandu desa sawit jaya, Rt 009 dengan peserta yang berjumlah 12 orang warga desa sawit jaya dengan tindakan observasi dan edukasi tentang akupresure kepada warga desa sawit jaya yang menjadi responden, pengabdian ini menggunakan metode pre dan post test guna menentukan nilai dari tingkat pengetahuan tentang akupresure sebelum dan sesudah di edukasi.

Dari hasil yang didapat pre test bahwasan warga desa sawit jaya masih banyak yang mendapatkan nilai rendah yang artinya kurangnya pengetahuan terhadap akupresure, setelah mengetahui permasalahan bahwa masyarakat kurang pahan dan kurang mengetahui apa itu akupresure ditentukan dalam pengabdian ini melakukan edukasi akupresure guna meningkatkan pengetahuan warga tentang akupresure dalam edukasi dijelaskan pengertian dan langkah-langkah akupresure serta tata cara melakukan akupresure kepada warga desa sawit jaya.

Setelah dilakukan edukasi kepada warga desa sawit jaya kemudian dilakukan post test guna mengetahui tingkat pengetahuan tentang akupresure setelah dilakukan edukasi kepada warga desa sawit jaya dari hasil post test didapatkan peningkatan dari segi nilai post test yang berarti ada peningkatan pengetahuan setelah dilakukan edukasi, yang artinya didapatkan hasil bahwa ada peningkatan pengetahuan setelah dilakukan edukasi kepada warga desa sawit jaya.

Tabel 1 hasil pre dan post test tingkat pengetahuan

AKUPRESURE	
PRE TEST	POST TEST
29	80
49	83
65	91
80	95
50	85
62	90
46	85
52	83
70	92
60	83
81	97
65	89
12 RESPONDEN	



Gambar 1 Pelaksanaan edukasi akupresur

Simpulan dan Saran

Dari hasil pengabdian post dan pre test di dapatkan adanya peningkatan tingkat pengetahuan Pendidikan tentang akupresur setelah di lakukan edukasi. Kekurangan dalam penulisan dan pengabdian masih terdapat dalam artikel ini,

Saran sangat dibutuhkan dalam isi artikel ini guna kedepannya dalam menentukan program dan kegiatan kedepannya menjadi lebih baik.

Ucapan Terima Kasih

Terima kasih kepada pihak-pihak yang sudah membantu dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat ini terima kasih kepada ibu desa sawit jaya kecamatan long ikis.

Terima kasih juga kepada pihak universitas ngudi Waluyo yang sudah memfasilitasi dalam hal surat-menyurat perijinan sehingga mempermudah kami melakukan pengabdian

Tak lupa terima kasih kepada teman dan sahabat keluarga yang sudah ikut serta dalam membantu dan mensupport kegiatan kami, kami ucapkan terima kasih yang sebesar besar nya.

Daftar Pustaka

Iwan, R., & Widya Hartono. (2012). *Akupresure Untuk Berbagai Penyakit*. Jakarta

Purwanto, B. (2013). *Herbal dan Keperawatan Komplementer* (1st ed.). Yogyakarta: *Nuha Medika*.

Arsip Ketua RT 009 Desa Sawit Jaya Kecamatan Long Ikis Kabupaten Paser Tahun 2023

Anna, L.K. (2014). *Pijat Akupresure untuk diri sendiri*. Online. Tersedia.

Hartono. R.I.W. (2012). *Akupresure untuk berbagai penyakit dilengkapi dengan Terapi Gizi Medik dan Herbal*. Yogyakarta : *Rapha/Andi Publishing*

Kemenkes.RI (2014). *Panduan akupresure mandiri bagi pekerja di tempat kerja*. Jakarta : Kemenkes.RI

Pendidikan kesehatan *terapi komplementer penerapan akupresure untuk meningkatkan kesehatan*, Volume 2 No.2 (Agustus, 2021): 130-135, *Empowering Society Journal*

Islami rantika sari dan Husnul hotimah.2023."Permasalahan tentang pentingnya akupresure bagi kesehatan untuk warga di RT 009 di Desa Sawit Kecamatan Long Ikis Kabupaten Paser". Hasil Wawancara Pribadi: 15 Mei 2023, Long ikis.