J. A. I : Jurnal Abdimas Indonesia ISSN: 2797-2887

PENYULUHAN PEMBERIAN INTERVENSI SWD TERHADAP PENDERITA *ISCHIALGIA* DIPUSKESMAS NOGOSARI

Aldani May Anjani[1]
Annisa Leryarta Wahyudhi Putri[2]
Anggy Nur Apriwiliyanti[3]
Firnadia Septika Rahajeng[4]
Amelia Dwi Putika Sari[5]
Taufik Eko Susilo[6]*
Arif Pristianto[7]

[1,2,3,4,5,6,7]Program Studi S1 Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta, Indonesia

tes325@ums.ac.id[6*)]

Kata Kunci: *[Ischislgia, Lansia, intervensi SWD]*

Ischialgia merupakan rasa sakit yang dimulai dari punggung bawah dan menjalar ketungkai, terkadang menjalar sampai kaki. Ischialgia merupakan keluhan berupa nyeri menjalar di sepanjang nervus ischiadicus, dimulai dari L4-S3. 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 (Laroche & Perrot, 2013). **Tujuan:** Untuk memberikan informasi kepada lansia apa yang dimaksud dengan ischialgia dan bagaimana cara menangani ischialgia secara mandiri dirumah maupun dengan bantuan fisioterapi dipuskesmas dengan bantuan alat SWD. **Metode:** Jenis Penelitian yang dilakukan adalah metode menjelaskan dengan menggunakan brosur. Serta membagikan lembaran brosur tersebut kepada lansia selama penjelasan berlangsung sehingga dapat memberikan edukasi kepada lansia. **Hasil:** pengaplikasikan exercise yang diberikan kepada lansia. Mahasiswa menjelaskan bagaimana Teknik exercise yang dapat dilakukan secara mandiri oleh lansia saat dirumah.

Published by:

Copyright © 2022 The Author(s)
This article is licensed under CC BY 4.0 License

Pendahuluan

Ischialgia adalah kelainan yang ditandai dengan memancarnya rasa nyeri kaki yang mengikuti pola dermatomal, kadang disertai dengan gejala sensoris (Emary, 2015). Ischialgia juga mengacu pada rasa sakit yang memancar ke samping pada jalur saraf skiatik yang bercabang dari punggung bawah melalui pinggul dan bokong dan turun ke setiap kaki (Venugopal et al., 2014). Ischialgia merupakan rasa sakit yang dimulai dari punggung bawah dan menjalar ketungkai, terkadang menjalar sampai kaki. Keadaan ini terjadi ketika terdapat penekanan pada saraf ischiadicus, misalnya saja karena adanya sebuah discus yang mengalami herniasi atau bisa juga karena adanya tonjolan tulang. 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 (Laroche & Perrot, 2013).

Ischialgia timbul akibat perangsangan serabut sensorik yag berasal dari radiks posterior L4-S3, dan dapat terjadi pada setiap bagian nervus ischiadicus sebelum sampai pada permukaan belakang tungkai (Stafford, 2017). Trauma (jatuh) dapat menyebabkan cedera pada tulang belakang dan terjadinya kompresi pada serabut nervus ischiadicus sehingga memberikan perangsangan yang dapat menimbulkan nyeri yang bertolak dari punggung bawah dan menjalar sampai dengan tungkai (Wicaksono, 2015). Menurut sanjaya (2014) trauma terjadi baik trauma langsung maupun tidak langsung. Trauma langsung (direct) yang disebabkan oleh adanya benturan langsung pada jaringan tulang seperti pada kecelakaan lalu lintas, jatuh dengan posisi duduk, dan benturan benda keras oleh kekuatan langsung. Sedangkan trauma tidak langsung (indirect) yang bukan disebabkan oleh benturan langsung, tapi lebih disebabkan oleh adanya beban yang berlebihan pada jaringan tulang atau otot, contohnya kelebihan berat badan, dan posisi yang salah ketika duduk dan dilakukan secara berulang dalam waktu lama (Ostelo, 2020; Davis, 2019).

Tanda dan Gejala dari Ischialgia ada Nyeri karena ischialgia konstan atau intermiten. Rasa sakit biasanya digambarkan sebagai sensasi terbakar atau rasa sakit yang tajam. Rasa sakit biasanya lebih parah di kaki dibandingkan dengan punggung. Nyeri kaki umumnya lebih banyak terjadi di daerah betis di bawah lutut dibandingkan dengan bagian kaki lainnya (Alatawi, 2019). Selain nyeri ada juga sensasi Mati rasa, kesemutan, dan/atau seperti tertusuk jarum dapat dirasakan di bagian belakang kaki (Ostelo, 2020). Kelemahan dapat dirasakan pada tungkai dan kaki. Perasaan berat pada kaki yang terkena dapat membuat kaki sulit untuk diangkat dari lantai (Anikhwe, 2015). Modalitas yang diberikan kepada penderita ischialgia yaitu SWD. Shortwave diathermy adalah arus frekuensi tinggi yang diperoleh oleh kondensor pemakaian melalui induktansi resistansi ohmik rendah. Ketika arus frekuensi tinggi ini masuk ke jaringan, itu menghasilkan panas ke jaringan. SWD memiliki beberapa manfat yang salah satunya adalah mengurangi rasa sakit dengan menyelesaikan peradangan (Sutariya & Shukla, 2020).

Berdasarkan Penjelasan diatas Kasus yang didapatkan yaitu Ischialgia yang dialami oleh lansia di daerah Nogosari yang disebabkan karena kebiasaan bekerja angkat junjung yang mengakibatkan para lansia mengalami ischialgia. Penelitian ini bertujuan untuk memberikan intervensi SWD terhadap lansia yang mengalami ischialgia di daerah Nogosari agar dapat mengurangi rasa sakit dan juga peradangan akibat Ischialgia.

Metode Pelaksanaan

Berdasarkan permasalahan yang dihadapi mitra, maka solusi yang dapat diberikan seperti melakukan traksi meminimalkan spasme otot, untuk mereduksi, mensejajarkan, dan mengimobilisasi fraktur, untuk mengurangi deformitas, untuk menambah ruang diantara dua permukaan antara patahan tulang.

Selain itu dapat dilakukannya Infra Merah yang bertujuan untuk mengurangi spasme. Swd dapat diakukan yang memiliki tujuan untuk mengurangi nyeri, meningkatkan metabolisme sel, merileksasi otot dan mempercepat proses resspon inflamasi serta merangsang penyembuhan jaringan.

Setelah adanya pemberian intervensi SWD, kami berharap dengan adanya pemberian intervensi tersebut dapat membantu lansia untuk mengurangi nyeri. Target yang akan dicapai dari diadakannya [emberian intervensi ini yaitu adanya bukti nyata dari pemberian intervensi SWD yang dapat membantu para lansia dalam mengatasi nyeri yang diakibatkan oleh ischialgia. Diharapkan setelah adanya pemberian intervensi ini, para lansia dapat mengurangi aktivitas yang berat yang dapat mengakibatkan resiko terjadinya ischialgia serta dapat memberikan informasi bagaimana cara agar dapat mengurangi rasa nyeri.

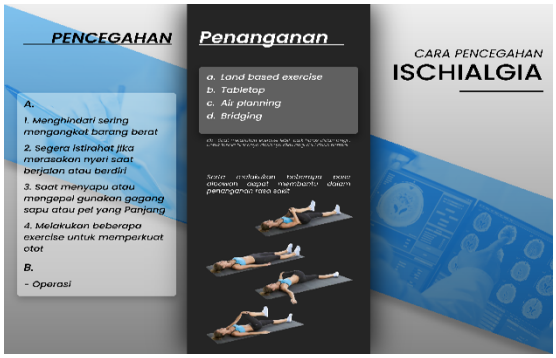


Gambar 1. Alur Kegiatan

Hasil dan Pembahasan

Pada penyuluhan yang kami lakukan di Puskesmas Nogosari untuk mensosialisaikan tentang pemberian intervensi SWD pada pasien Ischialgia dikomunitas Prolanis yang dilaksanakan pada tanggal 10 juni 2022. Kegiatan penyuluhan ini bertujuan untuk menambah pengetahuan kepada masyarakat terutama anggota prolanis seperti pengertian ischialgia, gejala ischialgia, cara mengatasi ischialgia.

Kendala yang dihadapi pada komunitas prolanis ini adalah banyak anggota prolanis yang tidak mengetahui apa itu ischialgia dan menganggap sama dengan low back pain dan vertigo. Setelah di berikan pengetahuan, banyak anggota prolanis yang mengetahui bahwa beliau memiliki penyakit ischialgia.



Gambar 2: Cara pencegahan ischialgia



Gambar 3: Lokasi Puskesmas Nogosari

Kesimpulan

Ischialgia merupakan rasa sakit yang dimulai dari punggung bawah dan menjalar ketungkai, terkadang menjalar sampai kaki. Keadaan ini terjadi ketika terdapat penekanan pada saraf ischiadicus, misalnya saja karena adanya sebuah discus yang mengalami herniasi atau bisa juga karena adanya tonjolan tulang. Pemberian intervensi SWD dapat mengurangi nyeri karena efek panas, SWD juga dapat meningkatkan ambang rangsang nyeri sehingga menyebabkan vasodilatasi atau melebarnya pembuluh darah, sirkulasi darah ke jaringan akan mengalami peningkatan dan diikuti dengan berkurangnya substansi yang menyebabkan rasa nyeri, sehingga akan didapatkan efek sedatif pada jaringan.

Ucapan Terimakasih

Terima kasih kepada:

1. Taufik Eko Susilo, S. Fis., M.Sc. selaku dosen pembimbing
2. Teman – teman satu kelompok yang sudah membantu dalam kegiatan ini.

Referensi

Levin O.S., Olyunin D.Y., & Golubeva L.V. (2004). Alflutop efficacy in chronic vertebrogenous lumbar ischialgia. A double blind placebo controlled study. *Rheumatology Science and Practice, 42 (4)*, 80-84.

Napitu, M. (2020). Penatalaksanaan Fisioterapi Pada Kasus Ischialgia Sinistra Akibat Spondylosis Di Klinik Fisioterapi Karya Suci Pematangsiantar Tahun 2016. *2-TRIK: TUNAS-TUNAS RISET KESEHATAN, 10(3)*, 202-205.

Parfenov V.A., Isaikin A.I., Kuzminova T.I., Chernenko O.A., Milovanova O.V., Romanova A.V., . . . Shor Yu.M. (2019). Treatment of patients with acute and subacute lumbodynia and lumbar ischialgia. *Neurology, Neuropsychiatry, Psychosomatics, 11(3)*, 57-62.

ROIS, M. (2007). *Penatalaksanaan Fisioterapi Pada Kasus Low Back Pain karena Ischialgia Di RSUD Dr Moewardi Surakarta.* Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Shirokov, V. A., Potaturko, A. V., & Terekhov, N. L. (2020). Nonsteroidal anti-inflammatory drugs, muscle relaxants, and B-group vitamins in the treatment of lumbar ischialgia. *Neurology, Neuropsychiatry, Psychosomatics, 12(6)*, 71-76.