



Jurnal Pengabdian Masyarakat Lentora

e-ISSN: 2809-0667

Volume 3 Nomor 1, September 2023, Halaman 23-28

DOI: 10.33860/jpml.v3i1.3319

Website: <https://jurnal.poltekkespalu.ac.id/index.php/jpml/>

Edukasi Kesehatan tentang Manajemen Nyeri di Kota Jayapura

Health Education About Pain Management in Jayapura City

Fitriani^{1*}, Titi Iswanti Afelya²

1. Program Studi Profesi Ners, Fakultas Kedokteran, Universitas Cenderawasih
2. Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Cenderawasih

*Email: fitriany2512@gmail.com



Received: 2 September 2023

Accepted: 25 September 2023

Published: 31
September 2023

ABSTRAK

Latar Belakang : Nyeri merupakan hasil sensasi yang penting bagi tubuh yaitu pengalaman sensorik dan emosional yang tidak menyenangkan berkaitan dengan kerusakan jaringan atau dijelaskan dalam istilah seperti kerusakan. Meskipun nyeri biasanya dialami sebagai ketidaknyaman dan ketidak inginan, nyeri juga memberikan peran perlindungan, memberi peringatan terhadap kemungkinan kondisi yang mengancam kesehatan. Salah satu pelayanan yang dapat diberikan untuk mengatasi permasalahan nyeri yang dialami oleh seseorang adalah dengan manajemen nyeri. Hal ini menjadi dasar dirancangnya kegiatan pengabdian ini melalui edukasi terkait manajemen nyeri di Kota Jayapura. **Tujuan :** Kegiatan Pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan peserta tentang manajemen nyeri dalam mengurangi respon nyeri yang dialami. **Metode :** Kegiatan Pengabdian dilaksanakan dengan metode edukasi menggunakan media serta diskusi dengan peserta. Kegiatan dilakukan dengan *pre test* dan *post test* untuk menilai tingkat keberhasilan kegiatan. **Hasil :** Pengetahuan peserta tentang manajemen nyeri setelah dilaksanakan edukasi semakin meningkat dimana kategori pengetahuan baik sebelum intervensi berjumlah 40 orang dan setelah diberikan edukasi menjadi 52 orang. **Kesimpulan :** Kegiatan edukasi kesehatan tentang manajemen nyeri untuk membantu peserta dalam mengelola nyeri berhasil, dimana pengetahuan peserta tentang manajemen nyeri meningkat. kegiatan tentang edukasi dapat dilanjutkan bukan hanya terbatas pada penyuluhan namun dilengkapi dengan pelatihan yang dapat memberikan keterampilan mandiri kepada masyarakat dalam menerapkan manajemen nyeri secara non farmakologi

Kata Kunci: Edukasi kesehatan, Manajemen Nyeri, Jayapura

ABSTRACT

Background: Pain is an important sensory and emotional experience associated with tissue damage or described in damage-like terms. Although pain is usually experienced as discomfort and unwillingness, pain also provides a protective role, warning of possible conditions that threaten health. One of the services that can be provided to overcome pain problems experienced by a person is pain management. This is the basis for designing this service activity through education related to pain management in Jayapura City. **Objective:** This service activity aims to increase participants' knowledge about pain management in reducing the pain response experienced. **Methods:** Service activities are carried out using educational methods using media

and discussions with participants. Activities are carried out with pre tests and post tests to assess the success rate of activities. **Results:** Participants' knowledge about pain management after education has increased. **Conclusion:** Health education activities on pain management to assist participants in managing pain were successful, where participants' knowledge of pain management increased. educational activities can be continued not only limited to counseling but equipped with training that can provide independent skills to the community in implementing non-pharmacological pain management.

Key words: Health Education, Pain Manajemen, Jayapura



© 2023 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY SA) license (<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0/>).

PENDAHULUAN

Nyeri merupakan kejadian yang tidak menyenangkan yang terjadi pada seseorang yang berkaitan dengan kerusakan jaringan atau berpotensi menimbulkan kerusakan jaringan sehingga menimbulkan rasa sakit (Rusminah & Siswanto, 2019) (Sugianti & Joeliatin, 2019). Meskipun nyeri biasanya dialami sebagai ketidaknyaman dan tidak inginan, nyeri juga memberikan peran perlindungan, memberi peringatan terhadap kemungkinan kondisi yang mengancam kesehatan (Evans, 2012 ; Yudiyanta, Khoirunnisa, & Novitasari, 2015; LeMone, Burke, & Bauldoff, 2016). Nyeri yang dirasakan dapat menunda proses pemulihan, sehingga diperlukan manajemen nyeri untuk mengatasi hal tersebut.

Manajemen nyeri yang dapat diterapkan kepada seseorang yang mengalami nyeri dapat berupa farmakologi dan non farmakologi (Muzaenah & Hidayati, 2021) Manajemen nyeri bertujuan untuk mengurangi respon nyeri yang dirasakan oleh seseorang. Untuk mengurangi respon nyeri dapat dilakukan dengan menghambat pengaktifan reseptor nyeri dengan mekanisme penghambatan nyeri endogen (Silbernagl & Lang, 2013). Berbagai penelitian terkait penanganan nyeri telah dilakukan. Penelitian oleh (Khasanah & Astuti, 2017) mengemukakan bahwa *guided imagery* menjadi salah satu metode untuk mengurangi nyeri, demikian pula penelitian oleh (Nurmalisa, 2020) menyimpulkan bahwa terapi massage, *guided imagery* dan akupuntur berpengaruh terhadap pengurangan nyeri pada pasien paliative kanker. Bukan hanya pada pasien, namun manajemen nyeri dapat pula diterapkan pada remaja putri seperti pada penelitian (Khoirunnisa et al., 2023) menyimpulkan bahwa intervensi manajemen nyeri non-farmakologi efektif dalam penurunan skala nyeri haid pada remaja. Selain itu pemberian dosis obat dan kombinasi yang tepat dapat mengatasi nyeri akut pasca kraniotomi dan meminimalkan komplikasi (Pratama et al., 2020). Manajemen nyeri dengan relaksasi merupakan tindakan keperawatan untuk mengurangi nyeri dengan merilekskan ketegangan otot yang menunjang nyeri (Widianti, 2022).

Berdasarkan hasil dari pengamatan setiap orang yang datang berobat ke rumah sakit mengalami nyeri, demikian pula pada beberapa remaja putri di lingkungan program studi keperawatan sering mengalami nyeri, namun dengan karakteristik yang berbeda. Hal ini perlu menjadi perhatian agar pasien atau orang yang mengalami nyeri dapat mengelola nyeri yang dirasakan sehingga dapat mengoptimalkan proses pemulihan. Berdasarkan urgensi permasalahan ini, maka rumusan permasalahan bagaimana meningkatkan pengetahuan seseorang tentang manajemen nyeri di kota Jayapura.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di SMA Negeri 1 Jayapura pada 24 Agustus 2023. Sasaran pada kegiatan ini adalah siswa yang diharapkan nantinya akan mampu menerapkan manajemen nyeri secara nonfarmakologi.

Tahap pertama yang dilakukan dengan melaksanakan koordinasi untuk ijin pelaksanaan kegiatan di SMA Negeri 1 Jayapura. Kemudian selanjutnya melakukan persiapan dengan menyiapkan sarana dan prasarana yang akan digunakan dalam kegiatan pengabdian. Tahap pelaksanaan kegiatan dimuali dengan (1) tahap *pre test*, (2) Tahap kegiatan, (3) tahap *post test*.

(1) Pre test : peserta menerima kuisisioner singkat untuk mengetahui pengetahuan mereka tentang manajemen nyeri

(2) Kegiatan : melakukan edukasi tentang manajemen nyeri serta simulasi menejemen nyeri

(3) Post test : peserta menerima kuisisioner singkat untuk mengetahui pengetahuan setelah diberikan edukasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan di SMA Negeri 1 Jayapura diikuti oleh 52 peserta yaitu siswi dari kelas X, kelas XI dan kelas XII. Adapun narasumber dari kegiatan ini adalah Tim Pengabdian Kepada Masyarakat yaitu dosen Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Cederawasih. Topik yang dipaparkan yaitu tentang manajemen nyeri relaksasi dan distraksi. Dimana kita ketahui bahwa manajemen nyeri merupakan bagian dari disiplin pain relief ([Ismoyowati et al., 2021](#)).

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan secara tatap muka dengan pemberian edukasi kepada peserta terkait manajemen nyeri. kegiatan diawali dengan *pre test*, dimana peserta mengisi kuisisioner singkat tentang manajemen nyeri. hal ini dilakukan untuk mengukur pengetahuan peserta tentang manajemen nyeri sebelum diberikan edukasi. Dari hasil *pre test* didapatkan bahwa, 40 (76,9%) peserta dengan pengetahuan baik, dan 12 (23,1%) dengan pengetahuan cukup.

Tahap selanjutnya yaitu melakukan edukasi kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan peserta tentang manajemen nyeri. Dimana pendidikan merupakan cara yang paling mudah dalam meningkatkan pengetahuan seseorang

Materi yang dibawakan dalam kegiatan ini meliputi pengertian nyeri, klasifikasi nyeri, penyebab nyeri serta teknik manajemen nyeri non-farmakologi relaksasi dan distraksi. Selain dengan pemaparan materi, dalam pelaksanaan kegiatan selanjutnya dilakukan demonstrasi dan simulasi pelaksanaan manajemen nyeri dengan teknik relaksasi. Setelah pemberian edukasi dilakukan tanya jawab atau diskusi. Secara umum peserta aktif dan antusias dalam mengikuti kegiatan dengan bertanya terkait hal yang masih belum diketahui tentang manajemen nyeri.

Pelaksanaan kegiatan dapat terlihat pada gambar berikut :



Gambar 1 : Pelaksanaan Edukasi Tentang Manajemen Nyeri



Gambar 2 : Pelaksanaan Pre test

Pada tahap akhir yang dilakukan adalah *post test* diaman peserta kembali diberikan kuisisioner untuk mengukur pengetahuan tentang manajemen nyeri setelah diberikan edukasi. Dari hasil *post test* didapatkan bahwa 52 (100%) memiliki pengetahuan yang baik tentang manajemen nyeri. hal menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan peserta setelah diberikan edukasi kesehatan. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Kholisotin et al., 2021) yang mengemukakan pengetahuan siswa meningkat tentang manajemen nyeri non farmakologi setelah diberikan edukasi kesehatan. Informasi dan edukasi terkait masalah kesehatan memang perlu untuk dilakukan demi peningkatan pengetahuan karena masih banyak remaja yang belum mendapatkan informasi khususnya tentang kesehatan reproduksi (Umbaro et al., 2022). Adapun beberapa manajemen nyeri yang dapat dilakukan selain rileksasi dan distraksi yaitu terapi musik (Nurmalisa, 2020), akupresure (Sudjarwo & Solikhah, 2023), massage (Rindriani & Adriani, 2022), akupuntur (Sholihah, Widyastari, & Hastuti, 2021) dan guided imagery (Khasanah, & Astuti, 2017; Neli & Ismansyah, 2023) Adapun pemilihan jenis terapi disesuaikan dengan pilihan pasien dengan mempertimbangkan berbagai aspek seperti budaya, durasi pemberian, teknik pemberian terapi, dan aspek lainnya (Nurmalisa, 2020).

Tabel : Pengetahuan Peserta Tentang Manajemen Nyeri

Pengetahuan Manajemen Nyeri	Edukasi	
	<i>Pre</i>	<i>Post</i>
Baik	40	52
Cukup	12	0

SIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan edukasi kesehatan tentang manajemen nyeri di SMA Negeri 1 Jayapura berhasil meningkatkan pengetahuan peserta. Diharapkan setelah pemberian edukasi kesehatan, peserta dalam hal ini adalah siswa dapat menerapkan manajemen nyeri secara non farmakologi untuk mengatasi masalah nyeri yang dialami.

Secara umum masyarakat masih membutuhkan pemahaman tentang manajemen nyeri secara non farmakologi. Dengan demikian, kegiatan tentang edukasi dapat dilanjutkan bukan hanya terbatas pada penyuluhan namun dilengkapi dengan pelatihan yang dapat memberikan keterampilan mandiri kepada masyarakat dalam menerapkan manajemen nyeri secara non farmakologi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih penulis ucapkan kepada seluruh pihak yang telah mendukung pelaksanaan kegiatan kepada masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Evans, M. R. (2012). Pathophysiology of Pain and Pain Assessment Module 1 Pain Management: Pathophysiology of Pain and Pain Assessment American Academy of Orthopaedic Surgeons. *American Medical Association.*, 7, 1–12.
- Ismoyowati, T. W., Teku, I. S. D., Banik, J. C., & Sativa, R. A. O. (2021). Manajemen Nyeri untuk Congestive Heart Failure. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 12(3), 107–112. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.33846/sf12126>. <http://forikes-ejournal.com/index.php/SF/article/view/1156>
- Khasanah, N. N., & Astuti, I. T. (2017). Teknik Distraksi Guided Imagery sebagai Alternatif Manajemen Nyeri pada Anak saat Pemasangan Infus. *Jurnal Kesehatan*, 8(3), 326. <https://doi.org/10.26630/jk.v8i3.555>. <https://www.ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php/JK/article/view/555>
- Khoirunnisa, Sinti, Y., Nurhafifah, S., Jati, B. I. M., Rahmawati, S., & Kurniawan. (2023). Intervensi Non-Farmakologi Untuk Mengurangi Nyeri Haid Pada Remaja: Narrative Review. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 13(Juli), 917–926. <https://doi.org/10.32583/pskm.v13i3.954> <http://journal2.stikeskendal.ac.id/index.php/PSKM/article/view/954>
- Kholisotin, Helmawati, Jennah, M., & Siami, H. (2021). Pagaruh Terapi Edukasi Manajemen Nyeri Non Farmakologi Desminore Terhadap Pengetahuan Remaja putri. *Jurnal Trilogi*, 2(3), 207–213. <https://doi.org/10.33650/trilogi.v2i3.2769>. <https://www.ejournal.unuja.ac.id/index.php/trilogi/article/view/2769>
- Muzaenah, T., & Hidayati, A. B. S. (2021). Manajemen Nyeri Non Farmakologi Post Operasi Dengan Terapi Spiritual “Doa dan Dzikir”: A Literature Review. *Herb-Medicine Journal*, 4(3), 1. <https://doi.org/10.30595/hmj.v4i3.8022>. <https://jurnalnasional.ump.ac.id/index.php/HMJ/article/view/8022>
- Neli, S., & Ismansyah, I. (2023). PENGARUH GUIDED IMAGERY TERHADAP NYERI AKIBAT PENUSUKAN AKSES VASKULER PASIEN HEMODIALISIS DI UNIT HEMODIALISIS RUMAH SAKIT UMUM DAERAH HARAPAN INSAN SENDAWAR. *MNJ (Mahakam Nursing Journal)*, 3(1), 10-21. <https://ejournalperawat.poltekkes-kaltim.ac.id/ojs/index.php/nursing/article/view/214>
- Nurmalisa, B. E. (2020). Managemen Nyeri pada Pasien Kanker. *Lentora Nursing Journal*, 1(1), 20–26. <https://jurnal.poltekkespalu.ac.id/index.php/LNJ/article/view/287>
- Pratama, R. A., Laksono, B. H., & Fatoni, A. Z. (2020). Manajemen Nyeri Akut Pasca-Kraniotomi. *Journal of Anasthesia and Pain*, 1(3), 28–38.

- <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.21776/ub.jap.2020.001.03.04>.
<https://jap.ub.ac.id/index.php/jap/article/view/29>
- Rindriani, D., & Adriani, P. (2022). PEMBERIAN TERAPI MASSAGE KAKI DALAM MENURUNKAN SKALA NYERI PADA LANSIA RHEUMATOID ARTHRITIS. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 3(3), 5473-5480. <https://stp-mataram.e-journal.id/JIP/article/view/1878>
- Rusminah, & Siswanto. (2019). Penerapan Distraksi Mendengarkan Musik Klasik Untuk Mengurangi Nyeri Fraktur. *Jurnal Keperawatan Karya Bhakti*, 5(2), 48–53. <http://www.ejournal.akperkbn.ac.id/index.php/jkbb/article/view/36>.
- Sholihah, I. A., Widyastari, S., & Hastuti, W. E. (2021). Pengaruh Terapi Akupunktur dan Akupresur terhadap Penurunan Tingkat Nyeri pada Penderita Nyeri Tungkai Bawah di Dukuh Duwetan. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Dan Aplikasinya*, 9(2).
<https://pdfs.semanticscholar.org/5f1f/f44f8c2152dd26e3b1d74af449dea2c47ce6.pdf>
- Silbernagl, S., & Lang, F. (2013). *Teks dan Atlas Berwarna Patofisiologi* (T. Resmisari & Liena (eds.); Edisi Baha). Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Sudjarwo, E., & Solikhah, F. K. (2023). Pemberian Terapi Akupresur terhadap Tingkat Nyeri pada Pasien Post Operasi Sectio Caesarea (SC). *Jurnal Manajemen Kesehatan Yayasan RS. Dr. Soetomo*, 9(1), 1-9.
<https://jurnal.stikes-yrsds.ac.id/index.php/JMK/article/view/1065>
- Sugianti, T., & Joeliatin. (2019). Efektifitas Manajemen Nyeri dengan Kompres dan Relaksasi Genggam Jari. *Jurnal Kesehatan*, 7(2), 64–68.
<https://doi.org/10.25047/j-kes.v7i2.91>.
<https://jurkes.poliije.ac.id/index.php/journal/article/view/91>
- Umboro, R. O., Apriliany, F., & Yunika, R. P. (2022). Konseling, Informasi, dan Edukasi Penggunaan Obat Antinyeri pada Manajemen Penanganan Nyeri Dismenore Remaja. *Jurnal Abdidas*, 3(1), 23–33.
<https://doi.org/10.31004/abdidas.v3i1.525>.
<https://www.abdidas.org/index.php/abdidas/article/view/525>
- Widianti, S. (2022). Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Operasi Fraktur (Studi Literatur). *Jurnal Kesehatan Dan Pembangunan*, 12(23), 92–99.
<https://doi.org/https://doi.org/10.52047/jkp.v12i23.139>.
<https://stikesmitraadiguna.ac.id/e-jurnal/index.php/jkp/article/view/139>
- Yudiyanta, Khoirunnisa, N., & Novitasari, R. W. (2015). *Assessment Nyeri*. 42(3), 214–234. https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/54872538/19_226Teknik-Assessment_Nyeri-libre.pdf?1509449991=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DTeknik_Assessment_Nyeri.pdf&Expires=1698982791&Signature=NDuRPtV9EtSNoXCZvdrfH1dnfHtL3roHx59HNTPpbja~Pw8uXNZSbxYklg84R0G5BqW4uc86YiH8ZwW39Z79BERmvhV-n9zDdBGUGH~oOQqKoKJmIEyIMzI~egEzrHNMwC5yzi8HdfHm54IRs60VYrRNMW-FH2e06Jd3eZEgQ2DkbD2FUgUnabYapG2IOi7SB1oXvpmuNq4uCqPCFHS tTpYUtQPA2X1byYu6XJQR6pjzGL6eWqf113h0PaXIVU-L4bxVW-48YepKq317BO8wPEfPbTmM8Z5FyzjILTIZ2kOluFu7ld4pRmplWVq6QY5qLPfaMUW8KewJdALOojQ_&Key-Pair-Id=APKAJLOHF5GGSLRBV4ZA