

Skema PkM: Skim: Pkm Internal

**LAPORAN  
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT INTERNAL**



**SOSIALISASI GANGGUAN MUSKULOSKELETAL YANG  
BERDAMPAK PADA EKONOMI MASYARAKAT**

**PENGUSUL**

**Ketua : Dr. Kartika Agung Kurniawan, Amd.FT., SKM., MM (NIDK. 8961190024)  
Anggota : Nurul Halimah, S.Ft., Physio., M.Biomed (NIDN. 0711019302)**

**Dilaksanakan Berdasarkan Surat Tugas Rektor ITSK RS. Dr. Soepraoen  
Nomor: Sgas/LPPM/99/XI/2023**

**LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT  
INSTITUT TEKNOLOGI SAINS DAN KESEHATAN RS Dr. SOEPRAOEN  
MALANG TA. 2023/2024**

## HALAMAN PENGESAHAN

1. **Judul PkM** : Sosialisasi Gangguan Muskuloskeletal yang Berdampak Pada Ekonomi Masyarakat
2. **Kode/Rumpun Ilmu\*)** : 378
3. **Ketua PkM**
  - a. Nama Lengkap : Dr. Kartika Agung Kurniawan, Amd.FT., SKM., MM
  - b. NIDN/NIDK : 8961190024
  - c. Jabatan Fungsional : -
  - d. Program Studi : S1 Fisioterapi
  - e. Nomor HP : 0813403933336
  - f. e-mail : kartikaagung@itsk-soepraoen.ac.id
4. **Anggota PkM (1)**
  - a. Nama Lengkap : Nurul Halimah, S.Ft., Physio., M.Biomed
  - b. NIDN/NIDK : 0711019302
  - c. Perguruan Tinggi : ITSK RS dr. Soepraoen
5. **Anggota PkM (2)**
  - a. Nama Lengkap : Adrian Rifaldi
  - b. NIM : 218075
  - c. Perguruan Tinggi : ITSK RS dr. Soepraoen
6. **Anggota PkM (3)**
  - a. Nama Lengkap : Hendrianto
  - b. NIM : 218002
  - c. Perguruan Tinggi : ITSK RS dr. Soepraoen
7. **Anggota PkM (4)**
  - a. Nama Lengkap : Gordianus Oki
  - b. NIM : 218022
  - c. Perguruan Tinggi : ITSK RS dr. Soepraoen
8. **Lama PkM Keseluruhan:** 1 tahun
9. **Pembiayaan PkM Keseluruhan:** Rp. 10.000.000,00
10. **Sumber Dana** : RAPB ITSK RS dr. Soepraoen Malang

Mengetahui,  
Ketua Program Studi



Malang, 27 Desember 2023  
Ketua Peneliti

Dr. Kartika Agung Kurniawan, Amd.FT., SKM., MM  
NIDK. 8961190024

Menyetujui,  
Kepala LPPM

Tien Aminah, S.Kep.,Ners.,M.Kep  
NIDK. 8827501019

## 1. JUDUL PPM

Sosialisasi Gangguan Muskuloskeletal yang Berdampak Pada Ekonomi Masyarakat

Bidang Fokus	Kategori (Kompetitif Internal/Nasional/Desentralisasi/ Penugasan)	Skema	Lama Kegiatan (Tahun), Jumlah keterlibatan mahasiswa (Orang)
Fisioterapi	Kompetitif Internal ITSK RSDS	Pkm Internal	1 Tahun, 3 Mahasiswa

## 2. IDENTITAS PENGUSUL

Nama, Peran	Perguruan Tinggi/Institusi	Program Studi/Bagian	Bidang Tugas	ID Sinta	H-Index
Dr. Kartika Agung Kurniawan, Amd.FT., SKM., MM (Ketua Penelitian)	Institut Teknologi Sains dan Kesehatan RS. dr. Soepraoen Kesdam V/Brawijaya	Fisioterapi	<ul style="list-style-type: none"><li>• Mengkoordinir semua anggota</li><li>• Memberikan materi</li></ul>		
Nurul Halimah, S.Ft., Physio., M.Biomed (Anggota Penelitian)	Institut Teknologi Sains dan Kesehatan RS. dr. Soepraoen Kesdam V/Brawijaya	Fisioterapi	<ul style="list-style-type: none"><li>• Membantu mengumpulkan materi</li></ul>	6768205	1
Andrian Rifaldi (Anggota Penelitian)	Institut Teknologi Sains dan Kesehatan RS. dr. Soepraoen Kesdam V/Brawijaya	Fisioterapi	<ul style="list-style-type: none"><li>• Membantu mengkoordinir peserta</li><li>• Membantu perizinan</li></ul>		
Hendrianto (Anggota Penelitian)	Institut Teknologi Sains dan Kesehatan RS. dr. Soepraoen	Fisioterapi	<ul style="list-style-type: none"><li>• Membantu mempersiapkan peralatan</li></ul>		

	Kesdam V/Brawijaya				
Gordianus Oki (Anggota Penelitian)	Institut Teknologi Sains dan Kesehatan RS. dr. Soepraoen Kesdam V/Brawijaya	Fisoterapi	• Membantu konsumsi		

### 3. MITRA PPM

Pelaksanaan PPM melibatkan mitra kerjasama, yaitu mitra kerjasama dalam melaksanakan PPM dan mitra sebagai sasaran PPM

Kategori Mitra, Tipe Mitra	Mitra	Dana
Mitra Lapangan	Aparatur Dusun Jatisari Kecamatan Ngajum	-

### 4. LUARAN DAN TARGET CAPAIAN

Pada bagian ini, pengusul wajib mengisi luaran wajib dan tambahan, tahun capaian, dan status pencapaiannya. Luaran PPM berupa artikel diwajibkan menyebutkan nama jurnal yang dituju dan untuk luaran berupa buku harus mencantumkan nama penerbit yang dituju

**Tabel 1. Jenis Luaran dan Indikator PkM IuM**

Luaran wajib\* minimal 1 buah. Untuk Podi Vokasi \*\* (Jika memungkinkan)

No	Target Luaran	Indikator Capaian
	Jenis Luaran Wajib* (pilih minimal 1)	
1	a. Publikasi di jurnal nasional terakreditasi ber-ISSN.	Published
	b. Publikasi di prosiding seminar nasional ber-ISBN..	-
	c. Publikasi di media cetak/elektronik.	Published
	d. Video	-
	e. Peningkatan pemberdayaan mitra.	Ada
	<b>Jenis Luaran Tambahan** (boleh ada/boleh tidak)</b>	<b>Indikator Capaian</b>
2	a. Publikasi di jurnal nasional terakreditasi peringkat 1 – 6.	Published
	b. Publikasi di prosiding seminar internasional di dalam negeri ber-ISBN.	-
	c. Menghasilkan wirausaha baru	-

**Luaran Wajib (isi di tabel ini Luaran Wajib yang dijanjikan)**

Tahun Luaran	Jenis Luaran	Status Target Capaian ( <i>accepted, published, terdaftar atau granted, atau status lainnya</i> )	Keterangan ( <i>url dan nama jurnal, penerbit, url paten, keterangan sejenis lainnya</i> )
2023/2024	Jurnal Nasional Terakreditasi Sinta 4	Accepted/ published	<a href="http://jurnal.um-tapsel.ac.id/index.php/martabe">http://jurnal.um-tapsel.ac.id/index.php/martabe</a>

**Luaran Tambahan (isi di tabel ini Luaran Tambahan yang dijanjikan)**

Tahun Luaran	Jenis Luaran	Status Target Capaian ( <i>accepted, published, terdaftar atau granted, atau status lainnya</i> )	Keterangan ( <i>url dan nama jurnal, penerbit, url paten, keterangan sejenis lainnya</i> )
2023/2024	Jurnal Nasional Terakreditasi Sinta	Accepted/ published	<a href="https://journal.stikespemkabjombang.ac.id/index.php/jpm/about">https://journal.stikespemkabjombang.ac.id/index.php/jpm/about</a>

**5. ANGGARAN**

Rencana anggaran biaya penelitian mengacu pada PMK yang berlaku dengan besaran minimum dan maksimum sebagaimana diatur pada buku Panduan Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat Edisi 12.

Total RAB 1 Tahun Rp. 10.000.000,00

Tahun I Total Rp. 10.000.000,00

<b>1. Bahan</b>				
Material	Justifikasi Pemakaian	Kuantitas	Harga Satuan (Rp)	Total Biaya Bahan
Perijinan				2.000.000
Sub Total (Rp)				2.000.000
<b>2. Persiapan</b>				
Material	Justifikasi	Kuantitas	Harga Satuan (Rp)	Total Biaya Pengumpulan Data
Akomodasi	Transportasi			2.000.000
Sub Total (Rp)				2.000.000
<b>3. Pelaksanaan</b>				
Material	Justifikasi	Kuantitas	Harga Satuan (Rp)	Total Biaya Sewa
Snack				500.000

Makanan				2.500.000
Sub Total (Rp)				3.000.000
<b>4. Sewa Alat</b>				
Material	Justifikasi Pemakaian	Kuantitas	Harga Satuan (Rp)	Total Biaya Analisis Data
Sound System				500.000
Sub Total (Rp)				500.000
<b>5. Pelaporan, Luaran Wajib, dan Luaran Tambahan</b>				
Material	Justifikasi	Kuantitas	Harga Satuan (Rp)	Total Biaya Pelaporan, dll
Modul				2.500.000
Sub Total (Rp)				2.500.000
<b>Total Anggaran yang Diperlukan (Rp)</b>				<b>10.000.000,00</b>

Ringkasan usulan maksimal 500 kata yang memuat permasalahan, solusi dan target luaran yang akan dicapai sesuai dengan masing-masing skema pengabdian kepada masyarakat. Ringkasan juga memuat uraian secara cermat dan singkat rencana kegiatan yang diusulkan.

## **RINGKASAN**

Gangguan muskuloskeletal adalah masalah kesehatan kerja global yang mempengaruhi pekerja di sektor formal dan informal yang dapat mengakibatkan kerugian finansial yang signifikan bagi pemberi kerja dan karyawan (Ramdan & Azahra, 2020). Menurut Golinko penyakit yang banyak terjadi akibat kerja ialah gangguan muskuloskeletal, penyakit kardiovaskular, gangguan pencernaan, dan gangguan yang disebabkan oleh ketidakaktifan (Golinko et al., 2020). Prevalensi gangguan muskuloskeletal akibat pekerjaan atau work-related musculoskeletal disorders di Asia berkontribusi terhadap beban keseluruhan kondisi ini pada populasi. Khususnya di Indonesia, prevalensi gangguan muskuloskeletal menjadi perhatian yang berpengaruh mempengaruhi sebagian besar populasi. Daerah-daerah seperti Jawa Timur mungkin juga mengalami prevalensi gangguan muskuloskeletal yang cukup besar, menyoroti pentingnya mengatasi masalah ini di tingkat lokal untuk meningkatkan hasil kesehatan masyarakat (Bradley, 2022).

Petani dusun jatisari desa ngajum berisiko untuk terjadi gangguan muskuloskeletal yang dapat berdampak pada penurunan ekonomi pada masyarakat desa setempat. Gangguan muskuloskeletal memiliki dampak signifikan terhadap penurunan ekonomi di Desa Jatisari, Kecamatan Ngajum. Ketika anggota masyarakat menderita gangguan muskuloskeletal, kemampuan mereka untuk melakukan pekerjaan fisik menurun drastis, menyebabkan penurunan produktivitas di sektor pertanian dan pekerjaan manual lainnya yang menjadi tulang punggung ekonomi

desa. Kondisi ini meningkatkan biaya kesehatan dan perawatan, serta menyebabkan absensi kerja yang lebih tinggi. Selain itu, keluarga yang terdampak mungkin mengalami penurunan pendapatan dan kesulitan ekonomi, karena waktu dan uang yang harus dialokasikan untuk pengobatan dan rehabilitasi. Akumulasi dari faktor-faktor ini dapat memperlambat pertumbuhan ekonomi lokal, menghambat pembangunan, dan menurunkan kualitas hidup masyarakat di desa tersebut.

Luaran yang akan dihasilkan melalui program ini adalah artikel ilmiah terpublikasi. Langkah kegiatan yang ditempuh sebagai berikut; survey kondisi lapangan, analisis kebutuhan masyarakat terkait gerak dan fungsi, sosialisasi dan pengenalan program pengabdian masyarakat pada masyarakat dusun Jatisari, pelaksanaan program pengabdian masyarakat dan evaluasi kegiatan.

Kata kunci maksimal 5 kata.

Kata kunci: Gangguan Muskuloskeletal, Dampak Gangguan Muskuloskeletal, Penurunan Ekonomi

## PENDAHULUAN

### 1.1 Analisis Situasi

Bagian pendahuluan maksimum 2000 kata yang berisi uraian analisis situasi dan permasalahan mitra. Deskripsi lengkap bagian pendahuluan memuat hal-hal berikut:

#### 1. ANALISIS SITUASI

Pada bagian ini diuraikan analisis situasi focus kepada kondisi terkini mitra yang mencakup hal-hal berikut:

##### a. Untuk Mitra yang bergerak di bidang ekonomi produktif

- Tampilkan profil mitra yang dilengkapi dengan data dan gambar/foto situasi mitra.
- Uraikan segi produksi dan manajemen usaha mitra.
- Ungkapkan selengkap mungkin persoalan yang dihadapi mitra.

##### b. Untuk Mitra yang mengarah ke ekonomi produktif

- Tampilkan profil mitra yang dilengkapi dengan data dan gambar/foto situasi mitra.
- Jelaskan potensi dan peluang usaha mitra.
- Uraikan dan kelompokkan dari segi produksi dan manajemen usaha.
- Ungkapkan seluruh persoalan kondisi sumber daya yang dihadapi mitra.

##### c. Untuk Mitra yang tidak produktif secara ekonomi/sosial

- Uraikan lokasi mitra dan kasus yang terjadi/pernah terjadi dan didukung dengan data dan gambar/foto.

- Ungkapkan seluruh persoalan yang dihadapi saat ini misalnya terkait dengan layanan kesehatan, pendidikan, keamanan, konflik social, kepemilikan lahan, kebutuhan air bersih, premanisme, buta aksara, dan lain-lain.

Proyek pengabdian masyarakat ini berlokasi di Kecamatan Ngajum, yang merupakan bagian dari Kabupaten Malang. Sembilan desa yang membentuk Kecamatan Ngajum adalah Ngajum, Maguan, Palaan, Ngasem, Kranggan, Kesamben, Banjarsari, Babadan, dan Balesari. Terdapat pula 34 dusun, 92 RW, dan 329 RT. Karena kecamatan ini dekat dengan Gunung Kawi, siapa pun yang berkunjung ke Gunung Kawi pasti akan melewati wilayah Ngajum sebelum mencapai Gunung Kawi. Kecamatan Ngajum dengan luas wilayah 6.006,70 km<sup>2</sup> merupakan rumah bagi sekitar 61.073 jiwa. Kecamatan Ngajum terletak di antara batas utara Kecamatan Wagir dan batas timur Kecamatan Wagir, serta di antara batas timur Pakisaji dan Kepanjen, batas selatan Kromengan dan Wagir; batas timur Pakisaji dan Kepanjen; batas selatan Kromengan dan Wonosari; dan batas barat Wonosari dan Sumber Pucung. Iklim di Ngajum beriklim sedang, dengan suhu tertinggi dan terendah rata-rata 13 hingga 23 derajat Celcius. Kecamatan Ngajum memiliki 61.073 penduduk pada tahun 2022, dimana 30.702 penduduk laki-laki dan 30.371 penduduk perempuan. Hal ini menjadikan kecamatan ini sangat padat penduduknya. Daerah Ngajum memiliki sejumlah industri, termasuk Pabrik Susu Greenfield di Palaan dan Balesari, industri pembuatan tape di Banjarsari, industri peternakan lele di Maguan, dan beberapa perusahaan makanan kecil di Kecamatan Ngajum. Penduduk Dusun Jatisari, Kecamatan Ngajum, Kabupaten Malang, terdiri dari sekitar 2.040 buruh tani dan kurang lebih 1000 petani. Dusun ini terbagi menjadi 4 RW dan 19 RT. Keterbatasan sumber daya keuangan mereka juga menghalangi mereka untuk mengunjungi fasilitas pelayanan kesehatan terdekat.

## 1.2 Permasalahan Mitra

### 2. PERMASALAHAN MITRA

Mengacu kepada butir Analisis Situasi, uraikan permasalahan prioritas mitra yang mencakup hal-hal berikut ini:

- a. **Untuk Mitra yang bergerak di bidang ekonomi produktif:** penentuan permasalahan prioritas mitra baik produksi maupun manajemen yang telah disepakati bersama mitra.
- b. **Untuk Mitra yang mengarah ke ekonomi produktif:** penentuan permasalahan prioritas mitra baik produksi maupun manajemen untuk berwirausaha yang disepakati bersama.
- c. **Untuk Mitra yang tidak produktif secara ekonomi/social:** nyatakan persoalan prioritas mitra dalam layanan kesehatan, pendidikan, keamanan, konflik social, kepemilikan lahan, kebutuhan air bersih, premanisme, buta aksara, dan lain-lain.
- d. Tuliskan secara jelas justifikasi pengusul bersama mitra dalam menentukan persoalan prioritas yang disepakati untuk diselesaikan selama pelaksanaan program PKM.

## **Perumusan Masalah**

Dari analisis situasi tersebut, penulis tertarik melakukan pengabdian masyarakat tentang Sosialisasi Gangguan Muskuloskeletal yang Berdampak Pada Ekonomi Masyarakat Dusun Jatisari Desa Ngajum.

Berdasarkan pengamatan dan survei langsung yang dilakukan di lokasi, masyarakat desa Ngajum di dusun Jatisari menghadapi masalah dalam menjaga kesehatan diri, yang dapat menyebabkan gangguan gerak dan fungsi akibat kesibukan bekerja di ladang. Selain itu, masyarakat kurang memiliki pengetahuan tentang gangguan gerak dan fungsi, terutama pada lansia, sehingga sulit bagi mereka untuk mewujudkan kualitas hidup di usia lanjut. Menurut salah satu warga Desa Ngajum, tepatnya di Dusun Jatisari, yang berhasil diwawancarai, masyarakat Ngajum banyak yang bekerja di ladang hingga usia lanjut. Namun sering kali keluhan yang muncul adalah keluhan nyeri saat beraktivitas, terutama di daerah lutut dan punggung. Masalah-masalah ini sering kali tidak diobati. Karena masyarakat masih mempercayai pengobatan tradisional dan tidak mengetahui adanya pusat layanan kesehatan masyarakat, gejala-gejala tersebut sering kali tidak ditangani.

## **SOLUSI PERMASALAHAN**

### **2.1 Solusi yang Ditawarkan**

- a. Solusi permasalahan maksimum terdiri atas 1500 kata yang berisi uraian semua solusi yang ditawarkan untuk menyelesaikan permasalahan yang dihadapi. Deskripsi lengkap bagian solusi permasalahan memuat hal-hal berikut:
- b. Tuliskan semua solusi yang ditawarkan untuk menyelesaikan permasalahan yang dihadapi mitra secara sistematis sesuai dengan prioritas permasalahan. Solusi harus terkait betul dengan permasalahan prioritas mitra.
- c. Tuliskan jenis luaran yang akan dihasilkan dari masing-masing solusi tersebut baik dalam segi produksi maupun manajemen usaha (untuk mitra ekonomi produktif/mengarah ke ekonomi produktif) atau sesuai dengan solusi spesifik atas permasalahan yang dihadapi mitra dari kelompok masyarakat yang tidak produktif secara ekonomi/social.
- d. Setiap solusi mempunyai luaran tersendiri dan sedapat mungkin terukur atau dapat dikuantitatifkan.
- e. Uraikan hasil riset tim pengusul yang berkaitan dengan kegiatan yang akan dilaksanakan.

Solusi yang ditawarkan pada masyarakat adalah Sosialisasi Gangguan Muskuloskeletal yang Berdampak Pada Ekonomi Masyarakat. Program ini akan dilakukan di Desa Jatisari untuk memberikan pemahaman yang lebih baik mengenai gangguan muskuloskeletal dan dampaknya terhadap ekonomi keluarga. Selain itu, dilaksanakan juga sosialisasi mengenai pentingnya peran fisioterapi dalam menangani gangguan muskuloskeletal, serta intervensi yang bisa dilakukan untuk mengurangi risiko dan dampak dari gangguan ini. Kegiatan yang akan dilakukan mencakup edukasi mengenai postur tubuh yang benar, teknik ergonomi yang baik, serta latihan fisik sederhana yang dapat dilakukan di rumah untuk menjaga kesehatan muskuloskeletal.

## **METODE PELAKSANAAN**

### **3.1 Metode Pelaksanaan**

Metode pelaksanaan maksimal terdiri atas 2000 kata yang menjelaskan tahapan atau langkah-langkah dalam melaksanakan solusi yang ditawarkan untuk mengatasi permasalahan mitra. Deskripsi lengkap bagian metode pelaksanaan untuk mengatasi permasalahan sesuai tahapan berikut:

1. Untuk Mitra yang bergerak di bidang ekonomi produktif dan mengarah ke ekonomi produktif, maka metode pelaksanaan kegiatan terkait dengan tahapan pada minimal 2 (dua) bidang permasalahan yang berbeda yang ditangani pada mitra, seperti:
  - a. Permasalahan dalam bidang produksi.
  - b. Permasalahan dalam bidang manajemen.
  - c. Permasalahan dalam bidang pemasaran, dan lain-lain.
2. Untuk Mitra yang tidak produktif secara ekonomi/sosial, nyatakan tahapan atau langkah-langkah yang ditempuh guna melaksanakan solusi atas permasalahan spesifik yang dihadapi oleh mitra. Pelaksanaan solusi tersebut dibuat secara sistematis yang meliputi layanan kesehatan, pendidikan, keamanan, konflik social, kepemilikan lahan, kebutuhan air bersih, premanisme, buta aksara dan lain-lain.
3. Uraikan bagaimana partisipasi mitra dalam pelaksanaan program.
4. Uraikan bagaimana evaluasi pelaksanaan program dan keberlanjutan program di lapangan setelah kegiatan PKM selesai dilaksanakan.

#### **3.1.1 Sasaran Pengabdian**

Sasaran program pengabdian masyarakat adalah Masyarakat yang berada di desa Ngajum dusun Jatisari dengan bekerjasama dengan Puskesmas Desa Ngajum. Masyarakat yang menjadi sasaran adalah para pekerja yang memiliki gangguan

muskuloskeletal. Masyarakat disana belum pernah mendapatkan program pengabdian masyarakat dari hasil situasi disana dimana kami memutuskan untuk melakukan program pengabdian masyarakat dengan tindak lanjut sebagai posyandu binaan.

### **3.1.2 Metode Pelaksanaan**

Program pengabdian masyarakat ini menggunakan pendekatan sebagai berikut:

1. Pendekatan edukatif, yaitu pendekatan yang dalam program maupun pelaksanaan pengabdian mengandung unsur pendidikan yang dapat mendinamisasikan masyarakat menuju kualitas hidup yang lebih baik.
2. Pendekatan partisipatif, yaitu pendekatan yang berorientasi kepada upaya peningkatan peran serta masyarakat secara langsung dengan mengadakan kelompok gerak hidup sehat.
3. Pelayanan yang berorientasi pada kebutuhan masyarakat. Proses dimana masyarakat mengidentifikasi kebutuhan dan menentukan prioritas kebutuhan dalam bidang kesehatan.
4. Pengembangan kelompok senam sehat dengan pembenahan beberapa aspek berfokus pada aspek preventif guna mewujudkan kualitas hidup lebih baik sehingga mampu menuju lansia sehat dan produktif.

Pendekatan yang dilakukan adalah Sosialisasi Gangguan Muskuloskeletal yang Berdampak Pada Ekonomi Masyarakat.

### **3.1.3 Rencana Kegiatan**

Langkah kegiatan yang ditempuh sebagai berikut:

1. Survey kondisi masyarakat di desa Ngajum
2. Analisis kebutuhan masyarakat terkait masalah gerak dan fungsi. Pelaksanaan Pengabdian Masyarakat Memberikan pengetahuan dan pelatihan tentang kondisi Kesehatan gerak dan fungsi serta menjaga kesehatan guna mewujudkan kualitas hidup lebih baik.
3. Sosialisasi dan pengenalan program pengabdian masyarakat pada masyarakat Desa Ngajum.
4. Pelaksanaan program pengabdian masyarakat pada masyarakat.
5. Evaluasi kegiatan

## **3.2 Partisipasi Mitra**

Program ini dilaksanakan oleh tim gabungan antara tim mitra dan pengusul untuk mempermudah koordinasi dalam pelaksanaannya. Ketua tim pelaksana, yang aktif dalam kegiatan Tri Dharma Perguruan Tinggi di ITSK RS. dr. Soepraoen, bertanggung jawab mengatur jalannya kegiatan pengabdian masyarakat dan berkoordinasi dengan tim mitra. Tim mitra bekerja sama dengan pemuka masyarakat dalam setiap kegiatan yang dilakukan dan membentuk kader-kader untuk melaksanakan senam rutin bagi masyarakat. Anggota tim pengusul juga saling berkoordinasi dan membantu kelancaran kegiatan pengabdian masyarakat.

### 3.3 Evaluasi

Monitoring dan evaluasi dilakukan untuk melihat sejauh mana perkembangan hasil dari pengabdian masyarakat kepada masyarakat Desa Ngajum.

Jadwal pelaksanaan PkM disusun dengan mengisi langsung tabel berikut dengan memperbolehkan penambahan baris sesuai banyaknya kegiatan.

#### JADWAL

Pengisian poin C sampai dengan poin H mengikuti template berikut dan tidak dibatasi jumlah kata atau halaman namun disarankan ringkas mungkin. Dilarang menghapus/modifikasi template ataupun menghapus penjelasan di setiap poin.

#### **C. HASIL PELAKSANAAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT:**

Tuliskan secara ringkas hasil pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat yang telah dicapai sesuai tahun pelaksanaan pengabdian. Penyajian meliputi data, hasil analisis, dan capaian luaran (wajib dan atau tambahan). Seluruh hasil atau capaian yang dilaporkan harus berkaitan dengan tahapan pelaksanaan pengabdian sebagaimana direncanakan pada proposal. Penyajian dan dapat berupa gambar, tabel, grafik, dan sejenisnya, serta analisis didukung dengan sumber Pustaka primer yang relevan dan terkini.

##### 1. Metode pelaksanaan pengabdian masyarakat

Pengabdian masyarakat yang berbasis program kemitraan masyarakat dengan fokus pada sosialisasi gangguan muskuloskeletal yang berdampak pada ekonomi masyarakat di Dusun Jatisari, Desa Ngajum,

Malang adalah sebuah inisiatif yang menggabungkan upaya akademis atau praktik medis dan partisipasi masyarakat dalam rangka meningkatkan kualitas hidup dan kesehatan masyarakat setempat. Kegiatan ini meliputi sosialisasi mengenai pencegahan gangguan muskuloskeletal di Dusun Jatisari, Desa Ngajum agar tidak terjadi penurunan ekonomi pada masyarakat.

Pada awal acara, kami memberikan penyambutan kepada masyarakat Dusun Jatisari dengan ramah dan berusaha untuk menjalin komunikasi yang baik agar mendapatkan kepercayaan dari masyarakat sekitar. Dalam hal ini kami mendapatkan wawasan yang berharga mengenai gangguan muskuloskeletal yang berdampak pada ekonomi masyarakat di dusun ini melalui dialog secara langsung.

Kami memahami bahwa kurangnya kesadaran masyarakat dalam menjaga kualitas hidup dan kesehatan menjadi penyebab dari masalah tersebut. Pada tahap dasar ini kami mendapatkan informasi yang cukup dalam merancang program sosialisasi gangguan muskuloskeletal yang berdampak pada ekonomi dan memberikan edukasi yang tepat kepada masyarakat Dusun Jatisari. Kami berkomitmen untuk bekerja sama dengan masyarakat dalam upaya meningkatkan pemahaman mereka tentang pentingnya perawatan diri dan pencegahan yang benar dalam gangguan muskuloskeletal agar dapat menjaga ekonomi masyarakat serta meningkatkan kualitas hidup mereka secara keseluruhan.

## 2. Hasil pelaksanaan pengabdian masyarakat

Kegiatan pengabdian masyarakat yang kami selenggarakan pada tanggal 04 April 2024 di Dusun Jatisari, Desa Ngajum, Kecamatan Ngajum, Kabupaten Malang telah menghasilkan pencapaian yang sangat signifikan. Kegiatan ini berlangsung dari pukul 08.00 WIB hingga 13.00 WIB, dengan partisipan aktif dari sekitar 60 warga masyarakat Dusun Jatisari. Kami sangat bersyukur karena kegiatan ini mendapatkan

perhatian positif dan dukungan dari kepala Dusun Desa Ngajum serta masyarakat sekitar.

Pembahasan yang dilakukan selama sosialisai diawali dengan tanya-jawab antar ketua tim pelaksana pengabdian dengan masyarakat sebagai bentuk tolak ukur wawasan masyarakat sekitar tentang pemahaman gangguan muskuloskeletal yang dapat berdampak pada ekonomi masyarakat. Setelah data terkumpul maka dapat disimpulkan bahwa mayoritas mata pencaharian masyarakat Dusun Jatisari adalah petani dimana hal tersebut dapat menjadi faktor utama dalam munculnya gangguan muskuloskeletal yang bisa berdampak pada penurunan kualitas ekonomi masyarakat. Dalam hal ini ketua pelaksana pengabdian dan akademis lainnya menjelaskan bagaimana mencegah munculnya gangguan muskuloskeletal agar tidak mengalami penurunan kualitas hidup dan ekonomi masyarakat.

Gangguan muskuloskeletal muncul dari penyakit yang sangat ringan hingga yang menyakitkan dan merupakan gangguan yang dirasakan pada otot-otot rangka (Bausad & Allo, 2023). ketika otot mengalami beban yang sama secara berulang dan dalam jangka waktu yang lama dapat mengakibatkan terjadinya kerusakan pada sendi, ligamen, tendon dan tulang rawan. Menurut Organisasi Buruh Internasional (ILO, 2018) dalam (Bausad & Allo, 2023), penyakit dan kecelakaan yang berkaitan dengan pekerjaan merenggut nyawa hingga 2,78 juta pekerja di seluruh dunia setiap tahunnya. Selain itu, gangguan akibat kerja menyumbang hingga 86,3% dari kasus-kasus tersebut. Industri pertanian, kehutanan, perikanan, pertambangan, dan konstruksi menyumbang sebagian besar kasus di negara-negara berkembang.

Keluhan terhadap muskuloskeletal telah banyak terjadi para pekerja yang didapatkan menjadi cedera yang sering terjadi di kalangan petani. Tingginya prevalensi masalah muskuloskeletal yang berhubungan dengan pekerjaan di bidang pertanian telah diakui dan dilaporkan oleh berbagai penelitian yang dilakukan dalam beberapa tahun terakhir

(Kumaraveloo & Lunner Kolstrup, 2018). Masalah muskuloskeletal dapat berdampak signifikan pada ekonomi masyarakat desa yang sebagian besar warganya bekerja sebagai petani karena gangguan ini mengurangi kemampuan fisik mereka untuk bekerja secara efektif, yang pada akhirnya mengurangi produktivitas pertanian dan pendapatan keluarga.

Adapun serangkaian acara dalam melaksanakan pengabdian kepada masyarakat Dusun Jatisari:

1. Kegiatan diawali oleh sambutan-sambutan dari beberapa akademis yang meliputi ketua tim pelaksana pengabdian dan dosen yang merupakan praktisi sesuai bidang keahlian. Setelah sambutan dari akademis dilanjutkan oleh sambutan dari kepala Dusun Jatisari desa ngajum serta doa yang dibawa oleh beliau untuk kelancaran dalam kegiatan penyuluhan yang diadakan hari tersebut.
2. Lalu dilanjutkan dengan komunikasi antar pemateri dan audiens demi tercapainya suasana yang nyaman dan aman sehingga dapat menghasilkan capaian yang dituju.
3. Setelah itu dilanjutkan oleh materi-materi yang disiapkan oleh pemateri yang mana menjelaskan tentang pengenalan gangguan muskuloskeletal, faktor risiko yang menyebabkannya, teknik pencegahan melalui ergonomi yang baik, latihan fisik yang tepat, serta strategi manajemen nyeri untuk memastikan para petani dapat bekerja secara efektif dan mempertahankan produktivitas serta kesejahteraan ekonomi mereka. Pemateri menjelaskan dengan bahasa yang umum dan menggunakan pendekatan analogi sebagai media permudah dalam penyampaian informasi.
4. Acara berikutnya adalah pemeriksaan tanda-tanda vital dan tes spesifik muskuloskeletal, intervasi terhadap tes spesifik, dan home program seperti strengthening ataupun sebagainya yang berkaitan dengan kondisi kesehatan masyarakat Dusun Jatisari.

5. Acara terakhir adalah pemberian konsumsi dan mengingatkan kembali home program.

**D. STATUS LUARAN:** Tuliskan jenis, identitas dan status ketercapaian setiap luaran wajib dan luaran tambahan (jika ada) yang dijanjikan. Jenis luaran dapat berupa publikasi, perolehan kekayaan intelektual, atau luaran lainnya yang telah dijanjikan pada proposal. Uraian status luaran harus didukung dengan bukti kemajuan ketercapaian luaran sesuai dengan luaran yang dijanjikan. Lengkapi isian jenis luaran yang dijanjikan serta mengunggah/melampirkan bukti dokumen ketercapaian luaran wajib dan luaran tambahan melalui SIM LPPM.

#### 1. Jenis Luaran Wajib

Dengan bangga kami mengumumkan keberhasilan publikasi hasil program yang diwajibkan dalam Jurnal Martabe SINTA 4, yang akan meningkatkan dampak dan reputasi ilmiah program ini. Publikasi ini terkenal dengan standar yang sangat baik dan merupakan sumber referensi akademis yang signifikan. Publikasi ini merupakan pencapaian yang membanggakan karena tidak hanya menginformasikan kepada komunitas ilmiah tentang hasil pengabdian masyarakat kami, tetapi juga menawarkan bukti keberhasilan program dalam mengurangi dampak ekonomi negatif pada masyarakat Dusun Jatisari. Dalam upaya untuk mengatasi masalah serupa di beberapa daerah lain, kami berharap para akademisi, praktisi, dan pihak-pihak terkait dapat menjadikan artikel ini sebagai sumber yang bermanfaat. Hal ini juga berfungsi sebagai motivator yang luar biasa bagi kami untuk tetap berdedikasi dalam melaksanakan proyek-proyek pengabdian masyarakat yang bermanfaat bagi masyarakat dan sivitas akademika.

#### 2. Jenis Luaran Tambahan

Selain publikasi di Jurnal Martabe SINTA 4, kami juga bersemangat untuk mengumumkan bahwa kami telah berhasil merancang sebuah jurnal yang saat ini dalam tahap proses publish atau accepted pada jurnal nasional terakreditasi SINTA. Langkah ini merupakan bagian integral dari upaya kami untuk meningkatkan pengakuan dan dampak dari pengabdian masyarakat yang telah kami lakukan. Jurnal nasional terakreditasi SINTA memiliki reputasi yang kuat dalam dunia ilmiah di Indonesia, dan publikasi

di jurnal tersebut akan memungkinkan kami untuk lebih memperluas jangkauan penyebaran hasil kami kepada komunitas ilmiah di tingkat nasional. Lebih dari itu, ini adalah sebuah prestasi yang membanggakan bagi tim kami, yang menunjukkan bahwa upaya kami dalam mengatasi masalah nyeri punggung bawah di masyarakat Dusun Jatisari telah diakui secara ilmiah. Kami berharap bahwa publikasi ini akan menjadi sumber referensi yang berharga bagi para peneliti dan praktisi kesehatan dalam menjalani penelitian lebih lanjut serta berkontribusi pada perbaikan kualitas hidup masyarakat yang lebih luas. Terus berkomitmen pada upaya pengabdian masyarakat adalah salah satu bentuk dedikasi kami untuk mendukung kemajuan ilmiah dan kesejahteraan komunitas.

**E. PERAN MITRA:** Tuliskan realisasi kerjasama dan kontribusi Mitra baik in-kind maupun in-cash. Bukti pendukung realisasi kerjasama dan realisasi kontribusi mitra dilaporkan sesuai dengan kondisi yang sebenarnya. Bukti dokumen realisasi kerjasama dengan Mitra dilampirkan/diunggah melalui SIM LPPM

Hasil positif telah dicapai sebagian besar karena keterlibatan penting para mitra dalam kegiatan layanan ini. Hal ini sangat penting untuk pencapaian hasil yang baik. Kami telah berhasil meningkatkan kesadaran warga Dusun Jatisari tentang pentingnya postur tubuh yang benar dan perawatan diri untuk mengurangi nyeri punggung bawah melalui kerja sama yang erat dengan mereka. perawatan diri untuk mengurangi nyeri punggung bawah. Kelompok pengusul dan mitra, yang terdiri dari akademisi dan profesional, berperan penting dalam memfasilitasi kegiatan sosialisasi dengan menawarkan wawasan dan bantuan teknis yang berharga. Hal ini memungkinkan kelompok ini untuk berhasil menyelenggarakan kegiatan dan mengurangi penderitaan penduduk Dusun Jatisari.

Dalam kerjasama ini, ketua tim pelaksana memberikan informasi medis yang berharga tentang efek nyeri punggung bawah terhadap kesehatan jangka panjang, khususnya potensi komplikasi lanjutan pada ekstremitas bawah. Mereka juga berperan dalam mendemonstrasikan teknik-teknik perawatan yang benar kepada masyarakat. Dengan pendekatan yang kolaboratif, tim mitra telah membantu

menciptakan lingkungan yang mendukung dan memberdayakan masyarakat Dusun Jatisari untuk mengambil tindakan dalam merawat diri mereka sendiri dan mengurangi risiko nyeri punggung bawah.

Hasilnya, terlihat melalui keberhasilan pada kegiatan sosialisasi yang telah mengurangi rasa nyeri pada masyarakat Dusun Jatisari. Kami sangat menghargai peran tim mitra dalam kesuksesan program ini, karena kerjasama mereka telah membantu mencapai tujuan utama kami dalam meningkatkan kualitas hidup dan kesehatan masyarakat Dusun Jatisari dengan mengurangi nyeri punggung bawah yang sering mereka alami.

**F. KENDALA PELAKSANAAN PENGABDIAN KEPADA**

**MASYARAKAT:** Tuliskan kesulitan atau hambatan yang dihadapi selama melakukan pengabdian kepada masyarakat dan mencapai luaran yang dijanjikan, termasuk penjelasan jika pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat dan luaran pengabdian kepada masyarakat tidak sesuai dengan yang direncanakan atau dijanjikan.

Tantangan yang kami hadapi dalam melakukan pengabdian masyarakat sangat banyak dan berdampak pada kesadaran masyarakat Desa Ngajum, khususnya di Dusun Jatisari. Hal ini disebabkan oleh berbagai faktor yang mempengaruhi pengetahuan masyarakat Desa Ngajum mengenai masalah kesehatan dan gangguan gerak dan fungsi tubuh, khususnya di Dusun Jatisari. Salah satu tantangan terbesarnya adalah mereka sering kali lalai dalam menjaga kesehatan mereka sendiri, terutama ketika mereka disibukkan dengan pekerjaan di sawah. Hal ini membuat banyak orang, terutama lansia, berisiko mengalami gangguan gerak dan fungsi tubuh yang dapat menurunkan kualitas hidup mereka seiring bertambahnya usia.

Hambatan utama lainnya adalah kurangnya pemahaman mengenai masalah mobilitas dan fungsi. Individu sering kali tidak memiliki pengetahuan yang memadai tentang berbagai kondisi kesehatan, sehingga menyulitkan mereka untuk mengenali gejala atau mencari perawatan yang tepat. Individu sering kali tidak

memiliki pengetahuan yang memadai tentang berbagai kondisi kesehatan, yang menyulitkan mereka untuk mengenali gejala atau mencari perawatan yang tepat.

Kami mendengar kekhawatiran tentang rasa sakit saat beraktivitas, terutama di bagian punggung dan lutut, dari penduduk setempat dalam sejumlah wawancara. Namun, karena terbatasnya akses ke fasilitas medis dan kepercayaan yang kuat terhadap terapi konvensional, penyakit-penyakit ini seringkali tidak diobati.

Jadwal pelaksanaan PKM disusun dengan mengisi langsung tabel berikut dengan memperbolehkan penambahan baris sesuai banyaknya kegiatan.

No	Nama Kegiatan	Bulan ke-												
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	
1	Penyusunan Proposal													
2	Seminar Proposal													
3	Koordinasi dengan tim													
4	Pengurusan ijin													
5	Pelaksanaan kegiatan													
6	Penyusunan laporan hasil													
7	Seminar hasil pengabdian													
8	Publikasi dan penyusunan luaran													

Daftar Pustaka disusun dan ditulis berdasarkan system nomor sesuai dengan urutan pengutipan. Hanya Pustaka yang disitasi pada usulan yang dicantumkan dalam Daftar Pustaka.

## DAFTAR PUSTAKA

- Bausad, A. A. P., & Allo, A. A. (2023). Analisis Pengaruh Postur Kerja Dan Beban Kerja Dengan Kejadian Musculoskeletal Disorders Petani Kecamatan Marioriawa. *Journal of Health, Education Dan Literacy (J-Healt)*, 5(2), 128–134.  
<https://ojs.unsulbar.ac.id/index.php/j-healt/article/view/1975/1207>
- Bradley, E. W. (2022). *Musculoskeletal Development and Skeletal Pathophysiology ' s*. 1–3.
- Golinko, V., Chebryachko, S., Deryugin, O., Tretyak, O., & Dusmatova, O. (2020). Assessment of the Risks of Occupational Diseases of the Passenger Bus Drivers. *Safety and Health at Work*, 11(4), 543–549.  
<https://doi.org/10.1016/j.shaw.2020.07.005>
- Kumaraveloo, K. S., & Lunner Kolstrup, C. (2018). Agriculture and musculoskeletal disorders in low- and middle-income countries. *Journal of Agromedicine*, 23(3), 227–248. <https://doi.org/10.1080/1059924X.2018.1458671>
- Ramdan, I. M., & Azahra, A. (2020). Menurunkan Keluhan Gangguan Muskuloskeletal Pada Penenun Tradisional Sarung Samarinda Melalui Pelatihan Peregangan Otot di Tempat Kerja (Reducing Complaints of Musculoskeletal Disorders in Traditional Samarinda Sarong Weavers through Workplace Muscle Stre. *Jurnal Abdimas BSI: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(2), 109–117.  
<https://doi.org/10.31294/jabdimas.v3i2.7508>

## PETA LOKASI MITRA SASARAN

Peta lokasi mitra sasaran berisikan gambar peta lokasi mitra yang dilengkapi dengan penjelasan jarak mitra sasaran dengan PT pengusul.



Jarak dari ITSK RS dr. Soepraoen ke Mitra = 11 km