

EDUKASI MANAJEMEN NYERI KOMPLEMENTER DISTRAKSI AUDIOVISUAL PADA PASIEN RHEUMATOID ARTHRITIS DI DESA LIDAH TANAH PERBAUNGAN

Mulidan¹, Anggi Hanafiah Syarif², Angenia Itoniat Zega³

^{1,2,3}Program Studi Sarjana Keperawatan, Institut Kesehatan Medistra, Indonesia

Informasi Artikel

Sejarah Artikel:

Diterima, Des 12, 2025

Revisi, Des 26, 2025

Disetujui, Des 31, 2025

Kata kunci:

Distraksi

Audiovisual,

Nyeri

Komplementer,

Arthritis

Rheumatoid

ABSTRAK

Penyakit Rheumatoid Arthritis yang tidak segera ditangani bisa membuat anggota tubuh berfungsi tidak normal. Gangguan pada penyakit rheumatoid arthritis berlangsung kronis yaitu sembuh dan kambuh kembali secara berulang-ulang sehingga menyebabkan kerusakan sendi secara menetap. Nyeri yang dirasakan oleh pasien membuat pasien tidak nyaman dan cemas. Nyeri yang sering dialami pasien dan dapat berdampak pada kondisi fisik maupun psikologis. Manajemen nyeri tidak hanya dilakukan secara farmakologis, tetapi juga melalui pendekatan nonfarmakologis atau komplementer. Salah satu metode yang digunakan dalam praktik keperawatan adalah distraksi audiovisual. Tujuan tim Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) bekerjasama dengan mitra, yaitu Desa Lidah Tanah Perbaungan untuk memberi edukasi cara melakukan manajemen nyeri komplementer distraksi untuk menurunkan nyeri dan meningkatkan kenyamanan bagi pasien tanpa obat. Metode yang di terapkan dalam kegiatan ini yaitu ceramah dan tanya jawab. Pelaksanaan pengabdian masyarakat berlangsung selama 1 hari yaitu pada tanggal 22 Januari 2026. Hasil dari kegiatan ini cukup baik, seluruh peserta sangat antusias yang dibuktikan dengan keaktifan peserta pada sesi tanya jawab dan mengikuti kegiatan sampai dengan selesai. Capaian pemahaman peserta terhadap materi yang disampaikan narasumber diperoleh 85% terjadi peningkatan Pengetahuan, Sikap dan Tindakan masyarakat dalam mencoba melakukan distraksi audiovisual secara langsung dengan bimbingan oleh tim pengabdian. Diharapkan kegiatan PKM dapat dilakukan secara berkelanjutan sehingga terbentuknya pengetahuan dan sikap masyarakat terutama yang mengalami penyakit arthritis rheumatoid untuk melakukan untuk terus melakukan tindakan tersebut untuk menurunkan rasa nyeri disaat kambuh dan meningkatkan kualitas hidup masyarakat lingkungan desa Lidah Tanah

This is an open access article under the [CC BY](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/) license.



Korespondensi Penulis :

Mulidan,

Program Studi Sarjana Keperawatan

dan Profesi Ners,

Institut Kesehatan Helvetia, Indonesia,

Jl. Kapten Sumarsono No 107 Kp. Lalang, Sumatera Utara, Indonesia.

Email: mulidanzakaria@helvetia.ac.id

1. PENDAHULUAN

Masalah pada nyeri reumatoid arthritis berpotensi meningkatkan ketidaknyamanan pada pasien dengan skala nyeri yang menahun. Rheumatoid Arthritis (RA) merupakan salah satu penyakit autoimun yang berupa inflamasi arthritis pada pasien dewasa, sehingga penderita penyakit rheumatoid arthritis akan mengalami gejala berupa rasa nyeri pada bagian sinovial sendi, sarung tendon, dan akan mengalami penebalan akibat radang yang diikuti oleh erosi tulang dan destruksi tulang disekitar sendi. Dampak lain yang dialami pasien dengan Rheumatoid arthritis,

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>

yaitu timbulnya gejala pembengkakan dan kekakuan sendi-sendi kecil pada tangan.² Dan Rheumatoid Arthritis (RA) dapat mengakibatkan perubahan otot, hingga fungsinya dapat menurun. Pada gejala awal bagian persendian yang paling sering terkena yaitu sendi tangan, pergelangan tangan, sendi lutut, sendi siku, pergelangan kaki, sendi bahu dan kadang-kadang terjadi pada satu sendi disebut RA mono-artikuler.⁽¹⁾

Berdasarkan World Health Organization (WHO) pada tahun 2021 menunjukkan Pada tahun 2021 (dasar epidemiologi terbaru dari studi global), jumlah *kasus baru* rheumatoid arthritis untuk kelompok usia tertentu (20–54 tahun) adalah sekitar 508.185 kasus baru secara global. Angka ini menunjukkan bahwa kejadian terus meningkat sejak 1990. Menurut data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Kementerian Kesehatan, angka penyakit reumatoid arthritis semakin meningkat dengan kasus yang sama dipengaruhi beberapa faktor seperti obesitas dan gaya hidup yang tidak sehat. Menurut data salah satu dinas kesehatan mengumumkan dari 10 penyakit terbanyak tahun 2023, rheumatoid arthritis menduduki peringkat ke 5 sebesar 6700 (6,3%).⁽²⁾

Angka kejadian rheumatoid arthritis yang dilaporkan oleh WHO tahun (2023) adalah mencapai 20% dari penduduk dunia, dimana 5-10% adalah mereka yang berusia 55 tahun keatas. Di Indonesia tahun 2020 jumlah lanjut usia (lansia) 28,8 juta jiwa mengalami berbagai macam penyakit diantaranya yaitu rematik sebanyak 49,%.⁽³⁾ Di Indonesia angka kejadian penyakit rheumatoid arthritis pada penduduk dewasa (umur diatas 18 tahun) berkisar 0,1% sampai 0,3%, pada anak dan remaja dengan prevalensinya satu per 100.000 orang. Diprediksi jumlah penyakit rheumatoid arthritis di Indonesia mencapai angka 360.000 orang dengan prevalensi kasus penyakit rheumatoid arthritis di Indonesia berkisar 0,1% sampai 0,3% sedangkan di Amerika mencapai 3%⁽⁴⁾

Salah satu tindakan yang dapat dilakukan oleh pasien reumatoid arthritis adalah dengan teknik distraksi audio visual seperti mengalihkan nyeri dengan mendengar murotal quran, musik sambil menonton atau memandang halaman rumah, sehingga pasien tidak berfokus pada nyeri yang dirasakan. Terapi non farmakologi hanya sebagai pendukung dalam penyembuhan atau menurunkan nyeri atau pengalaman nyeri yang dirasakan pasien.^(5,6)

Berdasarkan Survei Awal mayoritas masyarakat setempat memiliki keluhan persendian dan sudah melakukan pengobatan secara rutin, namun kadang nyeri tidak bisa dikontrol akibat putus obat. Dari data tersebut tim pengabdian ingin memberikan sosialisasi tentang tindakan manajemen nyeri non farmakologi yaitu teknik pengalihan atau distraksi dengan jenis penggunaan audiovisual seperti mendengar musik dan menonton atau memandang sesuatu yang indah yang dapat mengalihkan nyeri yang dirasakan pasien.

Desa Lidah panah kec. Perbauangan kab. Serdang berdagai yang dilaksanakan pada tanggal 22 Januari 2026. Sosialisasi yang bersama para stakeholder ini bertujuan untuk mendampingi pasien lansia dengan penyakit reumatik untuk ikut dan aktif dalam mengikuti yang ada di wilayah perbauangan. Dalam Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini yang dilakukan adalah Kegiatan Pendidikan Kesehatan tentang bagaimana mengatasi nyeri tanpa bergantung pada obat tapi ada terapi pendukung yang sebut distraksi audiovisual dimana kegiatan ini akan diberikan kepada masyarakat setempat dimana tujuan kegiatan ini yaitu Memberikan Kegiatan Pendidikan Kesehatan.

2. METODE

yang di terapkan dalam kegiatan ini yaitu ceramah, tanya jawab (CTJ), implementasi/ diskusi tentang tindakan manajemen nyeri dengan menggunakan metode distraksi audiovisual sedangkan media yang digunakan LCD, alat peraga dan leaflet modul kegiatan. Kegiatan Pendidikan Kesehatan yang dilakukan pada masyarakat selama 1 hari yang akan dilaksanakan di lingkungan desa lidah tanah. Kegiatan pengabdian masyarakat ini berlangsung pada bulan 22 Januari 2026. Tahapan pelaksanaan kegiatan PKM yang dilaksanakan terdiri dari tahapan persiapan, pelaksanaan dan evaluasi.

a. Tahap Persiapan

Tim bertemu dengan Mitra yaitu lurah desa lidah tanah kec. perbauangan untuk bekerjasama terkait pelaksanaan pengabdian dengan menyusun rencana kegiatan dan penentuan jadwal. Serta mempersiapkan alat dan materi.

b. Tahap Pelaksanaan

Hari pertama: Perkenalan oleh Tim, dilanjutkan menyampaikan tujuan kegiatan. Tim menyampaikan menyampaikan tujuan dan manfaat pengabdian ini dilaksanakan bagi masyarakat sebelumnya melaksanakan pengabdian tentang mengatasi nyeri dengan menggunakan non farmakologi atau komplementer dengan metode teknik distraksi audiovisual pada masyarakat yang mengalami nyeri akibat reumatoid arthritis.



Gambar 1. Penjelasan pengabdian dan pre-test

Pelaksanaan pengabdian masyarakat berlangsung selama 1 hari yaitu pada tanggal 22 Januari 2026. Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini diawali dengan melakukan penjelasan terkait pengabdian dan apa saja yang didapatkan oleh masyarakat, kemudian Pre test tentang pengetahuan teknik manajemen nyeri non farmakologi dengan metode distraksi, dilanjutkan dengan memberikan simulasi teknik distraksi audivisual bagi pasien nyeri akibat rematoid arthritis, kemudian diakhir dilakukan evaluasi dengan melakukan Post test. Kegiatan PKM berlangsung dengan penuh keakraban karena antusias masyarakat terutama ibu PKK dalam tanya jawab dan mengikuti semua kegiatan yang dilakukan oleh tim dosen pelaksana pengabdian Masyarakat.



Gambar 2. Pemberian materi distraksi dan foto bersama

Kegiatan ini dilakukan pada tanggal 22 Januari 2026 dengan jumlah peserta 25 orang yang terdiri dari ibu pkk dan wiritan, kepala lingkungan. Materi ini disampaikan oleh Dosen Prodi Keperawatan Institut Kesehatan Helvetia Ns. Mulidan.,S.Kep.,M.Kep. Dalam penyampaian materi diawali dengan pembukaan menyampaikan materi awal dan selanjutnya simulasi distraksi, kemudian selanjutnya peserta diminta untuk menjawab kuisioner dalam bentuk Pretest yang dibuat oleh narasumber yang berguna untuk mengukur pengetahuan dan sikap masyarakat yang hadir dan kepala lingkungan sebelum penyampaian materi.



Gambar 3. Media leaflet

Setelah penyampaian materi dan juga pengisian kuesioner Pretest dan Posttest para peserta juga diberikan media Leaflet sebagai media tambahan untuk penyampaian materi teknik distraksi audiovisual. Pengukuran pengetahuan dan sikap peserta dilakukan dua kali yaitu dalam bentuk Pretest dan Posttest sesuai materi yang dipaparkan oleh tim pemateri dimana diperoleh 80% terjadi peningkatan Pengetahuan, Sikap tentang manajemen nyeri non farmakologi teknik distraksi audiovisual.

c. Tahap evaluasi

Untuk mengukur pencapaian kegiatan PKM yang sudah dilakukan melalui post-test. Sebelum kegiatan post-test dilakukan, terlebih dahulu dilakukan pre-test diawal kegiatan. Selain itu, untuk mengukur pencapaian pelaksanaan pengabdian selanjutnya akan dikoordinasikan dengan kepala lingkungan untuk pelaksanaan pengabdian di tahun 2026.

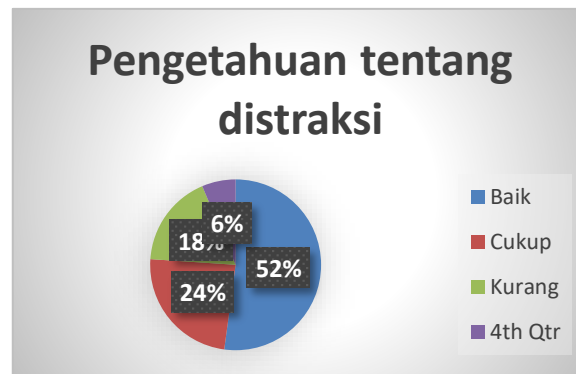
3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berikut adalah data hasil edukasi tentang distraksi kepada 25 peserta. Hasil edukasi dapat diketahui melalui 2 bagian yaitu pengetahuan sebelum edukasi dan pengetahuan sesudah edukasi. Tingkat pengetahuan peserta sebelum mendapatkan simulasi distraksi dapat dilihat pada gambar 3 di bawah ini :



Gambar 3. Pengetahuan masyarakat (Pre-Test)

Dari gambar 3 dapat diketahui bahwa tingkat pengetahuan responden sebelum diberikan edukasi, mayoritas tingkat pengetahuan peserta kurang yaitu sebanyak 17 orang (40%) belum mengetahui tentang manajemen nyeri nonfarmakologi distraksi untuk menurunkan nyeri. Tingkat pengetahuan peserta sesudah pendidikan kesehatan pelaksanaan ceramah dan simulasi dapat dilihat pada gambar 4 di bawah ini :



Gambar 4. Pengetahuan masyarakat (Post test)

Dari gambar 4 dapat diketahui bahwa tingkat pengetahuan masyarakat sesudah diberikan edukasi mengalami peningkatan, mayoritas tingkat pengetahuan peserta baik sebanyak 23 orang (52%). Artinya peserta secara garis besar sudah mengalami peningkatan pengetahuan tentang manajemen nyeri secara non farmakologi dengan metode dsitraksi.

Materi ini disampaikan oleh Dosen Keperawatan Institut Kesehatan Helvetia Mulidan, S.Kep.,Ns.,M.Kep, Dalam penyampaian materi diawali dengan pembukaan dengan peserta diminta untuk menjawab kuis dalam bentuk Pretest yang dibuat oleh narasumber yang berguna untuk mengukur pengetahuan dan sikap masyarakat, kader posyandu dan kepala lingkungan sebelum penyampaian materi.

Setelah penyampaian materi dan juga pengisian kuesioner Pretest dan Posttest para peserta juga diberikan media Leaflet sebagai media tambahan untuk penyampaian materi Pendidikan kesehatan tentang manajemen nyeri non farmakologi. Pengukuran pengetahuan dan sikap peserta dilakukan dua kali yaitu dalam bentuk Pretest dan Posttest sesuai materi yang dipaparkan oleh tim pemateri dimana diperoleh 52% terjadi peningkatan Pengetahuan, Sikap dan Tindakan masyarakat di Desa lidah panah Kecamatan perbaungan. Berdasarkan peran aktif para kader kesehatan dalam membantu masyarakat untuk melakukan teknik non farmakologi dalam mengatasi nyeri timbul terutama pada pasien reumatoid arthritis di lokasi mitra diperoleh 100%.

4. KESIMPULAN

Kegiatan PKM berupa edukasi manajemen nyeri non farmakologi dengan metode distraksi audiovisual berjalan lancar dan baik. Hasil dari kegiatan ini sangat baik, seluruh peserta sangat antusias yang dibuktikan dengan keaktifan peserta pada sesi tanya jawab dan mengikuti kegiatan sampai dengan selesai. Evaluasi capaian pemahaman peserta terhadap materi diperoleh 100% terjadi peningkatan Pengetahuan, Sikap dan Tindakan masyarakat di Desa Lidah Tanah Kecamatan Perbaungan, kegiatan PKM dapat dilakukan secara berkelanjutan sehingga terbentuknya pengetahuan, sikap dan perilaku masyarakat dalam mengatisipasi nyeri dnegan teknik non farmakologi metode distraksi.

REFERENSI

1. Supiawati E, Purnama A, Sumedi S. Efektifitas Kombinasi Kompres Jahe dan Senam Rematik untuk mengurangi Intensitas Nyeri pada Rheumatoid Arthritis. *J Manag Nurs*. 2023;3(1):305–13.
2. Arianita D, Nurman M, Lestari RR. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Rheumatoid Arthritis Pada Lansia Di Desa Kampa Kecamatan Kampa. *Excell Heal J*.

3. Asmara MR, Damayanti Y, Andriani D. Hubungan Pola Makan dan Obesitas dengan Resiko Kejadian Rematik pada Lansia. *MAHESA Malahayati Heal Student J.* 2023;3(1):193–202.
4. Nadia R, Hengky HK, Sari RW, Usman U, Umar F. Risiko Arthritis Rheumatoid Pada Nelayan Di Pusat Pelelangan Ikan (PPI) Cempae. *J Ilm Mns Dan Kesehat.* 2023;6(2):370–81.
5. Pratama YW, Suryadi B, Koto Y. Pengaruh Teknik Distraksi Mendengarkan Musik Klasik Mozart Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Ruang Cendana 1 Rsud Kota Tangerang. *J Intelek Insa Cendikia.* 2025;2(3):5259–75.
6. Purwanza SW, Diah AW, Nengrum LS. Faktor Penyebab Kekambuhan Rheumatoid Arthritis pada Lansia (55–85 Tahun). *Nurs Inf J.* 2022;1(2):61–6.