
Sosialisasi dan pelaksanaan layanan Fisioterapi di Puskesmas Wonosalam 1 Demak

Restu Tama Febriany^{1*}, Rahayu Astuti², Ratih Sari Wardani³, Munarto Tri Cabana⁴

^{1,2,3} Universitas Muhammadiyah Semarang, Semarang, Indonesia

⁴ Puskesmas Wonosalam 1, Demak, Indonesia

E-mail: restubabulu@gmail.com

Dikirim : 2 Feb 2026

Direvisi : 10 Feb 2026

Diterima : 15 Feb 2026

Abstrak: Fisioterapi di Puskesmas Wonosalam 1 sudah berjalan selama 1 tahun sesuai dengan peraturan yang telah di tetapkan yaitu setiap puskesmas wajib menyediakan pelayanan fisioterapi. Akan tetapi fisioterapi di Puskesmas Wonosalam 1 kurang berjalan secara efektif, karena banyak masyarakat belum mengetahui tentang fisioterapi. Tujuan : (1) Mensosialisasikan layanan fisioterapi di Puskesmas Wonosalam 1 Demak, (2) Melakukan pemeriksaan dengan keluhan awal (skor pretest) sebelum dilakukan fisioterapi pada peserta kegiatan, (3) Melakukan pemeriksaan dengan keluhan akhir (skor postest) setelah dilakukan fisioterapi pada peserta kegiatan, (4) Menganalisis keberhasilan kegiatan pengabdian masyarakat dengan menganalisis perubahan skor setelah dilakukan fisioterapi. Metode: Pelaksanaan kegiatan layanan fisioterapi dengan tahapan pemeriksaan pretest dan postest. Hasil: Berdasarkan dari pengabdian masyarakat dilakukan selama 4 minggu didapatkan penurunan skor nyeri dari 8 (nyeri sangat hebat) ke skor nyeri 6 (nyeri ringan).

Kata Kunci:

Pengertian Fisioterapi, Standar Pelayanan Fisioterapi, Intervensi Fisioterapi

Pendahuluan

Pelayanan kesehatan kini menjadi prioritas utama masyarakat, sehingga jelas bahwa layanan ini memberikan perbedaan yang besar. Semakin banyak fisioterapis yang bekerja di praktik swasta, pusat komunitas, dan rumah sakit seiring dengan meningkatnya jumlah fisioterapis secara keseluruhan (Rizal dkk., 2021). Mengingat variabel ini berkaitan dengan penyediaan layanan fisioterapi mandiri, kualitas layanan dianggap sangat penting (Upadhyai et al., 2019). Organisasi layanan kesehatan publik dan swasta di seluruh dunia semakin memperhatikan kualitas layanan, menurut (Manurung, 2017). Layanan yang mematuhi standar etika profesional dan memenuhi tingkat kepuasan publik rata-rata dianggap sebagai layanan kesehatan berkualitas. (Hutagalung & Wau, 2019)

Menjaga dan meningkatkan kesehatan masyarakat sekaligus mengobati penyakit merupakan fokus pelayanan kesehatan, yang didefinisikan oleh Undang-Undang Nomor 32 Tahun 2009 sebagai kombinasi tindakan berkelanjutan dan terintegrasi. Beberapa pelayanan

ini ditawarkan kepada masyarakat atau negara (Varadina, 2016). Menormalisasi atau menetralkan masalah, isu, atau gangguan adalah salah satu cara pelayanan kesehatan bertujuan untuk memenuhi kebutuhan individu atau masyarakat (Nopiani, 2019).

Metrik kunci yang digunakan di sektor kesehatan, termasuk fisioterapi, untuk menilai kualitas pelayanan adalah kepuasan pasien (Rizal dkk., 2021). Hadiyati dkk. (2017) menyatakan bahwa ketika pasien menerima perawatan berkualitas tinggi dan mencapai hasil yang diinginkan, tingkat kepuasan mereka meningkat. Di dataran rendah, sekitar sebelas desa membentuk wilayah operasional Puskesmas Wonosalam 1, sebuah pusat kesehatan rawat jalan. Desa-desa ini meliputi (a) Pilangrejo, (b) Bunderan, (c) Getas, (d) Mojodemak, (e) Kuncir, (f) Trengguli, (g) Mrisen, (h) Kerangkulon, (i) Sidomulyo, (j) Botorejo, dan (k) Mranak.

Dengan 15.101 rumah dan komposisi gender 24.444 laki-laki dan 24.623 perempuan, wilayah Puskesmas Wonosalam I memiliki total populasi 49.067 jiwa pada tahun 2022. Dengan rata-rata 3,25 orang per rumah tangga dan kepadatan penduduk 1.481 jiwa/km², wilayah Puskesmas memiliki penduduk yang padat.

Berdasarkan dari Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 65 Tahun 2015 pasal 1 ayat 2 *“Fisioterapi adalah jenis perawatan kesehatan yang menggunakan kerja manual, peningkatan gerakan, peralatan, pelatihan fungsional, dan komunikasi untuk membantu orang mengembangkan, mempertahankan, dan memulihkan gerakan dan fungsi tubuh sepanjang hidup.”*

Selain itu menurut PMK RI Nomor 65 2015 pasal 1 ayat 1 *“Standar Pelayanan Fisioterapi adalah pedoman yang diikuti oleh fisioterapis dalam melakukan pelayanan fisioterapi”*. Pasal 1 ayat 3 *“Fisioterapis adalah setiap orang yang telah lulus pendidikan fisioterapi sesuai dengan ketentuan peraturan perundang-undangan”*. Pasal 1 ayat 4 *“Fasilitas Pelayanan Kesehatan adalah tempat atau sumber daya yang digunakan pemerintah atau organisasi lain untuk mempromosikan, mencegah, menyembuhkan, atau merehabilitasi layanan kesehatan. Layanan ini dapat berupa promosi, pencegahan, pengobatan, atau rehabilitasi”*. Hal ini mencakup pemberian bantuan dalam kasus-kasus di mana mobilitas terhambat karena usia, cedera, ketidaknyamanan, penyakit, gangguan kesehatan, atau variabel lingkungan. Dalam fisioterapi, gerakan fungsional sangat penting untuk kesehatan (Pengantar, 2015)

Fisioterapi Puskesmas Wonosalam 1 telah beroperasi selama satu tahun sesuai dengan protokol yang telah ditetapkan: semua puskesmas diwajibkan untuk menawarkan layanan fisioterapi. Fisioterapis diberikan otonomi profesional dalam menjalankan tugas mereka, yang memungkinkan mereka untuk membuat keputusan berdasarkan pengetahuan dan minat mereka di bidang tersebut. Namun, layanan fisioterapi di Puskesmas Wonosalam 1 belum efektif karena kurangnya kesadaran masyarakat tentang program tersebut. Ketika seseorang mengeluh sakit punggung, fisioterapi adalah tindakan terbaik, tetapi banyak orang lebih memilih solusi cepat.

Meningkatkan jumlah anggota masyarakat yang mengunjungi puskesmas dalam upaya untuk meningkatkan kesehatan mereka melayani tujuan-tujuan berikut dan berkontribusi pada kepuasan pasien: (1) Mengambil bagian dalam kegiatan penyuluhan di Puskesmas Wonosalam 1, (2) mengevaluasi pasien sebelum mereka menerima perawatan fisioterapi berdasarkan keluhan awal mereka (skor pre test), (3) mengevaluasi pasien setelah perawatan berdasarkan keluhan akhir mereka (skor post test), dan (4) menganalisis perubahan skor untuk menentukan efektivitas layanan masyarakat.

Metode

UPTD Puskesmas Wonosalam 1 beralamatkan di Jl. Raya Dempet-Demak-Purwodadi, Jetak, Pilangrejo, Kecamatan Wonosalam, Kabupaten Demak, Jawa Tengah 59571. Letak secara geografis nya Puskesmas Wonosalam yang terletak di kecamatan Wonosalam dengan Luas Wilayah 3.527,5 km² memiliki batas-batas wilayah sebagai berikut :

- a. Sebelah Utara berbatasan dengan Wilayah Kecamatan Gajah
- b. Sebelah Selatan berbatasan dengan wilayah Kecamatan Dempet
- c. Sebelah Barat berbatasan dengan wilayah Puskesmas Wonosalam II
- d. Sebelah Timur berbatasan dengan wilayah Kecamatan Demak



Gambar 1. Pemetaan Lokasi Puskesmas Wonosalam 1

Pada metode selain tempat pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat meliputi:

1. Merancang dan mempersiapkan sosialisasi terkait fisioterapi pada pimpinan Puskesmas Wonosalam 1 Demak terkait rencana kegiatan pengabdian masyarakat
2. Sosialisasi kegiatan pada sasaran kegiatan Puskesmas Wonosalam 1 Demak
3. Pelaksanaan kegiatan layanan fisioterapi : dengan tahapan pemeriksaan awal (skor pre test) sebelum dilakukan fisioterapi dan tahapan pemeriksaan akhir (skor post test) setelah dilakukan fisioterapi pada peserta kegiatan
4. Menganalisis perubahan keluhan (skor) setelah dilakukan fisioterapi

Hasil

Aktivitas pengabdian masyarakat dilakukan bersamaan dengan kegiatan magang selama 4 minggu dibagian promosi kesehatan Puskesmas Wonosalam 1. Sebelum dilakukan magang dilakukan masa orientasi pada tanggal 03 November 2025 yang mana diberikan Gambaran mengenai kegiatan yang akan dilakukan baik di puskesmas maupun di luar puskesmas serta pengenalan petugas.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini merupakan salah satu kegiatannya. Kegiatan lain adalah penyuluhan pada seluruh karyawan Puskesmas Wonosalam 1 dilaksanakan Kamis, 06

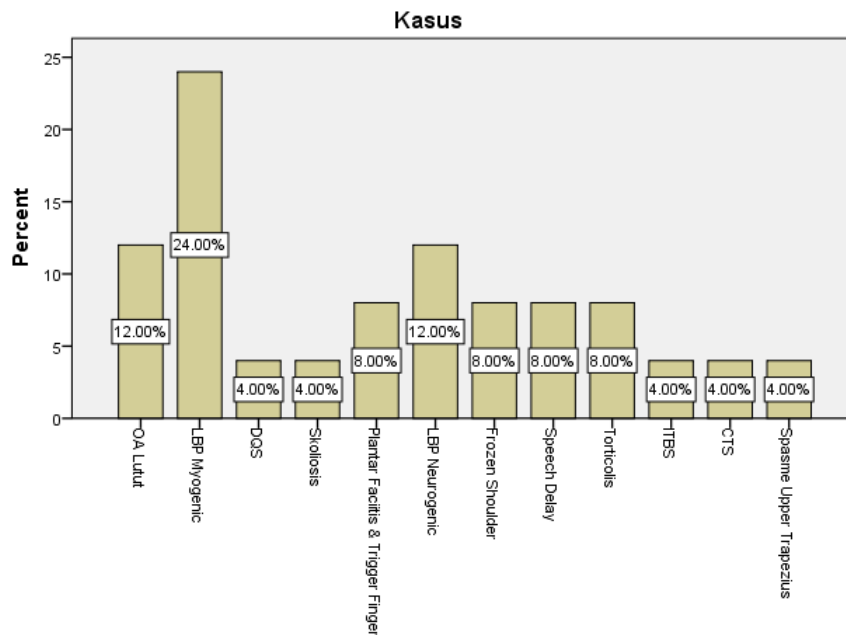
November 2025 pukul 07.00-08.00 WIB ruang aula, pada penyuluhan ini membahas terkait cara pandang tentang fisioterapi yang ada di Puskesmas Wonosalam 1. Hal ini dikarenakan, fisioterapi yang terdapat di puskesmas masih perlu ditingkatkan. Sehingga, untuk kedepannya akan diaktifkan kembali sesuai dengan PERDA yang telah ditetapkan dan tidak ditanggung oleh BPJS. Peserta kegiatan pengabdian masyarakat adalah karyawan Puskesmas Wonosalam 1. Terdapat 25 orang karyawan yang melakukan pengobatan ke fisioterapi



Gambar 2. Karyawan Puskesmas Wonosalam 1

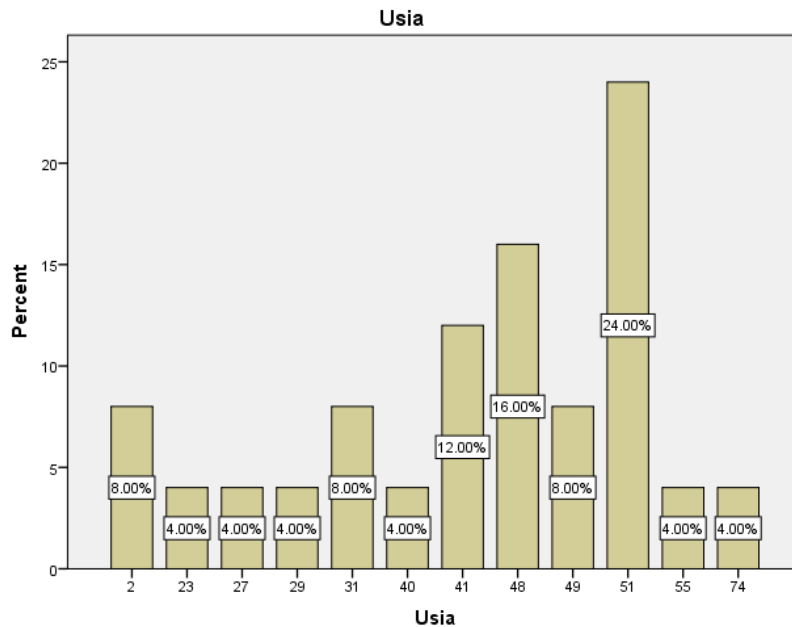
Diskusi

Berdasarkan dari penanganan yang telah dilakukan selama 1 bulan didapatkan adanya penurunan keluhan dilihat dari penurunan skor dari skor 8 (sangat nyeri) hingga ke skor 6 (nyeri ringan).



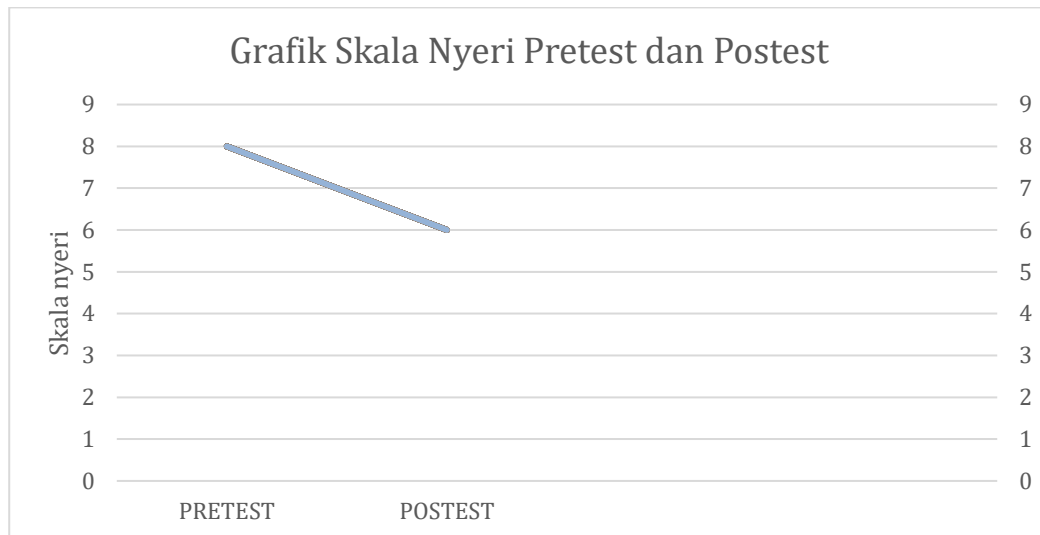
Grafik 1. Distribusi kasus yang dialami peserta kegiatan

Berdasarkan dari persentasi yang di dapatkannya jumlah yang persentasi paling tinggi dan yang paling banyak di keluhkan adalah LBP Myogenic (nyeri punggung bawah yang di akibatkan karena ketegangan otot) dengan jumlah 24%



Grafik 2. Distribusi usia peserta kegiatan

Berdasarkan dari persentasi yang di dapatkannya jumlah yang persentasi paling tinggi dan usia yang paling banyak di dapat adalah usia 51 tahun dengan jumlah 24%



Grafik 3. Skor skala nyeri peserta kegiatan sebelum dan sesudah dilakukan fisioterapi

Pada grafik 3 menunjukkan skor skala nyeri lebih tinggi sebelum diberi penanganan fisioterapi yaitu skor 8 (nyeri sangat hebat), dan rasa nyeri sesudah diberi penanganan menjadi

skor 6 (nyeri ringan). Hal ini dikarenakan pada penanganan fisioterapi diberikan beberapa intervensi seperti *infrared*, TENS, *myofascial release technique* dan terapi. Sebagai salah satu jenis terapi fisik, terapi cahaya inframerah menggunakan *microwave* untuk memancarkan cahaya dengan panjang gelombang yang lebih panjang daripada cahaya tampak. Ketika kulit menyerap cahaya inframerah, suhu tubuh akan meningkat. Rentang frekuensi cahaya *infrared* adalah 4,1 Hz hingga 7,5 Hz. Penelitian telah menunjukkan bahwa efek pemanasan *infrared* dapat mempercepat pemulihan cedera jaringan lunak, mengurangi rasa sakit, meregangkan jaringan lesions dan melebarkan persendian. (Ojeniwih dkk, 2015).

Selain itu, terapi infra merah akan memberikan pemanasan superfisial pada daerah kulit yang diterapi sehingga menimbulkan beberapa efek fisiologis yang diperlukan untuk penyembuhan. Di antara efek fisiologis ini adalah penurunan rasa sakit yang disebabkan oleh perubahan transmisi atau konduksi sinyal dari saraf yang biasanya menyebabkannya, sebagai akibat dari aktivasi reseptor penginderaan panas kulit. Manfaat tambahan dari pemanasan ini adalah melebarkan pembuluh darah, yang meningkatkan aliran darah dan memastikan bahwa area yang dirawat mendapatkan cukup oksigen. Selain itu, enzim tertentu yang membantu metabolisme jaringan dan pembuangan limbah menjadi lebih aktif ketika dipanaskan, yang mempercepat proses penyembuhan. Menurut penelitian (Fitrocha, 2015), pasien yang secara teratur menerima perawatan cahaya inframerah melaporkan rasa sakit yang lebih sedikit karena cahaya tersebut merelaksasi otot, meningkatkan aliran darah, dan menghilangkan limbah metabolik. Menurut Fitrocha (2015)

Salah satu jenis terapi fisik untuk nyeri jangka pendek dan jangka panjang adalah stimulasi saraf listrik transkutan, atau TENS. Melalui aktivasi jaringan yang rumit, *Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation* (TENS) berupaya memodulasi rasa sakit. Dalam beberapa kasus nyeri hebat, TENS telah terbukti lebih efektif, menurut penelitian sistematis. Penggunaan *Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation* (TENS) pada intensitas stimulasi yang dapat ditoleransi pasien menyebabkan hipotermia, yang pada gilirannya mengurangi rasa sakit. Dalam kebanyakan kasus, nyeri akut tidak berkurang dengan intensitas rendah. Toleransi terhadap TENS berulang, intensitas stimulasi, dan penempatan elektroda adalah tiga komponen penting dalam pengurangan nyeri dengan *Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation* (TENS). Faktor-faktor yang memengaruhi penerapan praktis TENS telah menjadi subjek investigasi menyeluruh (Vance dkk., 2014).

Myofascial release technique diberikan sebanyak 3 kali seminggu dengan metode pelaksanaan yaitu memberikan penekanan pada area trigger point selama 1-3 menit. Setelah intervensi, terjadi penurunan nyeri yang signifikan dan peningkatan kapasitas fungsional. Teknik pelepasan miofasial meningkatkan fleksibilitas dan mengurangi kejang jaringan dengan memberikan tekanan pada otot dan tendon, yang merelaksasi miofibril dan meningkatkan gerakan longitudinal fascia (Yuniar, 2021). Pasien yang menderita *lateral epicondylitis* dapat meningkatkan kapasitas fungsional mereka melalui latihan eksentrik yang menargetkan sisi kiri siku. Latihan-latihan ini meliputi pronasi-supinasi dan palmar-dorsifleksi. Untuk membuat sel tendon lebih kuat dan lebih tahan terhadap tekanan, dapat diberikan Latihan yang dapat sangat mengaktifkan sel-sel tendon yang dapat menghasilkan kolagen (Faradila, 2021).

Kontraksi otot selalu diikuti selama adanya gerakan tubuh, otot yang kuat dapat ditingkatkan melalui praktik terapi olahraga aktif. Semakin banyak unit motorik yang distimulasi menghasilkan tegangan yang lebih tinggi pada otot. Kekuatan dan daya

ditingkatkan seiring dengan peningkatan resistensi karena semakin banyak motorik yang terlibat. Sedangkan pada terapi olahraga pasif, gerakan tidak dipicu oleh kontraksi otot internal melainkan oleh gaya eksternal. (Fitrocha, 2015)

Kesimpulan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini telah tersosialisasi tentang lingkup kegiatan yang dapat dilakukan oleh fisioterapis. Hasilnya ada penurunan skor skala nyeri peserta kegiatan. Penurunan skor nyeri dari 8 (nyeri sangat hebat) ke skor nyeri 6 (nyeri ringan) dimana penanganan nyeri yang dilakukan dengan terapi infrared, TENS, *myofacial release* dan terapi latihan sebanyak seminggu 3x penanganan. Sehingga, terdapat penurunan yang signifikan dari keluhan yang dirasakan. Dengan adanya sosialisasi dan pelaksanaan fisioterapi di lingkungan karyawan Puskesmas diharapkan dapat meningkatkan layanan fisioterapi di Puskesmas Wonosalam 1 Demak kepada Masyarakat umum, karena di Puskesmas tersebut juga sudah ada tenaga fisioterapis.

Pengakuan/Acknowledgements

Terima kasih saya ucapkan kepada seluruh karyawan dan staf Puskesmas Wonosalam 1 beserta jajarannya, harapan kedepannya semoga fisioterapi semakin dikenal oleh masyarakat umum dan bisa berkembang dimana saja

Daftar Referensi

- Faradila Nurul Rizkiani. 2021. Pengaruh Pemberian Eccentric Exercise Terhadap Penurunan Nyeri Pada Penderita Tennis Elbow: Narrative Review. Skripsi. UNISA
- Fitrocha. (2015). Penatalaksanaan Fisioterapi Pada Kondisi Post Fraktur Colles 1/3 Distal Dekstra dengan Modalitas Infra Red dan Terapi Latihan.
- Hadiyati, I., Sekarwana, N., Sunjaya, D. K., & Setiawati, E. P. (2017). Konsep Kualitas Pelayanan Kesehatan berdasar atas Ekspektasi Peserta Jaminan Kesehatan Nasional. *Majalah Kedokteran Bandung*, 49(2), 102–109
<https://doi.org/10.15395/mkb.v49n2.1054>
- Hayes, Karen W, & Kathy, Hall. 2015. Ajen Modalitas edisi 6. Jakarta: EGC
- Hutagalung, F., & Wau, H. (2019). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Mutu Pelayanan Kesehatan Pada Pasien Penderita Hipertensi Di Puskesmas Rantang Medan Petisah Tahun 2019. *Jurnal Keperawatan Dan Fisioterapi (JKF)*, 2(1), 16-25.
<https://doi.org/10.35451/jkf.v2i1.197>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022) Mengenal TENS, terapi listrik untuk atasi berbagai jenis nyeri. Diakses dari: <https://Hellosehat.Com/Kebugaran/Olahraga-Lainnya/Terapi-Tens-Adalah/>
- Kesehatan, F. I. (2021). *Study Narrative Review Pengaruh Strengthening Exercise Program Strengthening Exercise Program*.
- Prodyanatasari Arshy. (2015). Optimalisasi Energi Gelombang Elektromagnetik Melalui Terapi Infrared Pada Penderita Penyakit Paru Obstruktif Kronik. *Journal of the Wiyata*, 2(1), 60. of Health Science, 1(1), 20–30.
- Manurung, N. S. (2017). Manajemen Proses Fisioterapi Pada Satu Rumah Sakit Swasta Di Jakarta Timur. *Jurnal Ilmiah Fisioterapi*, 20, 54. <http://repository.uki.ac.id/2986/>

- Nopiani, C. S. (2019). Pelayanan Kesehatan Masyarakat Di Puskesmas Simpang Tiga Kecamatan Banyuke Hulu Kabupaten Landak. *Jurnal Ilmu Manajemen Dan Akuntansi*, 7(1), 1–7.
- Nuraeni, N., Kurniawati, A., & Gundara, G. (2020). Kapasitas Tens Dalam Mengontrol Dan Menurunkan Nyeri Kala I Persalinan (Pilot Project). *Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan Aisyiyah*, 16(1), 27-33.
- Ojeniweh, N., Ezema, C. I., Anekwu, E. M., Amaeze, A A, Olowe, O., & Okoye, G. C. (2015). Efficacy of Six Weeks Infrared Radiation Therapy on Chronic Low Back Pain and Functional Disability in National Orthopaedic Hospital, Enugu, South East *The Nigerian Health Journal*, Vol. 15, No. 4, 156.
- Pramadita, I Gede Wisnu, et al. 2020. Pemberian Massage Friction Dan Ischemic Compression Technique Lebih Efektif Dibandingkan Pemberian Myofascial release technique Untuk Menurunkan Nyeri Tension Headache Pada Staff Pengajar Di SMKN 5 Denpasar. 5(1): 39-42
- Rodrigues-Huguet, et al. 2017. Effect Of Myofascial Release On Pressure Pain Threshold In Patient With Neck Pain; A Single-Blind Randomized Controlled Trial, *American Journal Of Physical Medicine And Rehabilitation*, (00).
- Soemarjono, A (2015). *Terapi Pemanasan Infrared (IR) Flex-free Musculoskeletal Rehabilitation Clinic*. Diakses pada 06 April 2022. Available from: URL: <http://flexfreeclinic.com/>
- Trivedi, P., et al. 2014. Comparison Of Active Release Technique And Myofascial release technique On Pain, Grip Strength & Functional Performance In Patient With Chronic Lateral Epicondylitis. *International Journal Of Physiotherapy Research*. 2 (3): 488-494
- Varadina Ayu N. (2016). Model Pelayanan Kesehatan (Studi Deskriptif Tentang Model Pelayanan Program Antenatal care di Puskesmas Peterongan Kabupaten Jombang). *Kebijakan Dan Manajemen Publik*, 4. <https://doi.org/10.1016/j.midw.2020.102780>
- Wahyuningsih, Endah. 2019. Perbedaan Pengaruh Myofascial Release Dan Deep Friction Terhadap Peningkatan Kemampuan Fungsional Pada Myofascial Pain Syndrome Otot Trapezius Karyawan Administrasi Rumah Sakit. Skripsi. UNISA
- Yuniar, Chinta. 2021. Pengaruh Myofascial Release Terhadap Penurunan Nyeri Dan Peningkatan Kemampuan Fungsional Pada Lateral epicondylitis; Narrative Review. Skripsi. UNISA