

## **Edukasi Penerapan Swedish Massage Dengan Essential Oil Jahe Terhadap Pengetahuan Nelayan Untuk Mencegah Low Back Pain (LBP) Di Desa Laha**

**Lia Erisna Afria Tahapary<sup>1\*</sup>, Nurfitriyana Tunny<sup>2</sup>, Mirdhat Hitiyaut<sup>3</sup>, Muhammad Taufan Umasugi<sup>4</sup>**

<sup>1,2,3,4</sup>Program Studi Profesi Ners, STIKes Maluku Husada, Kairatu, Indonesia

\*Email: liatahapary10@gmail.com

### **Kata Kunci:**

*Pengetahuan,  
Swedish Massage,  
Jahe, Edukasi  
Audiovisual dan  
Praktik*

### **Abstrak**

*Latar Belakang : Low Back Pain (LBP) merupakan masalah kesehatan masyarakat yang utama dan kontributor utama terhadap disabilitas secara global. Salah satu posisi kerja terburuk yang digunakan nelayan saat bekerja adalah membungkuk, yang dapat menyebabkan keluhan ketidaknyamanan pada punggung bagian bawah. Pendekatan penanganan secara nonfarmakologi berupa penerapan Swedish massage dengan essential oil Jahe secara efektif dapat mencegah adanya keluhan tersebut. Agar teknik tersebut dapat diterapkan diperlukan adanya pengetahuan dari nelayan perihal teknik tersebut. Melalui metode edukasi audiovisual dan praktik diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan nelayan. Tujuan : Penelitian ini bertujuan sebagai upaya dalam mengedukasikan nelayan sekaligus mengukur tingkat pengetahuan nelayan sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan audiovisual dan praktik. Penelitian ini menggunakan metode deskripsi dengan case study. Sampel dari penelitian ini sebanyak 4 Nelayan, diambil secara accidental dengan menggunakan instrument kuesioner evaluasi tingkat pengetahuan nelayan sebelum dan sesudah edukasi baik audiovisual maupun praktik. Hasil: Pada Evaluasi Post Test hari pertama Tingkat pengetahuan responden kelompok audiovisual dalam kategori cukup dan meningkat pada hari kedua menjadi kategori baik dan konsisten sampai hari ketiga. Sedangkan pada kelompok praktik tingkat pengetahuan dalam kategori baik dengan konsisten sampai hari ketiga evaluasi pertemuan. Sehingga dapat disimpulkan penyuluhan dengan metode praktik lebih efektif dibandingkan dengan metode audiovisual.*

## **Educational Implementation of Swedish Massage with Ginger Essential Oil to Fishermen's Knowledge to Prevent Low Back Pain (LBP) in Laha Village**

### **Keyword:**

*Knowledge, Swedish  
Massage, Ginger,  
Audiovisual  
Education and  
Practice*

### **Abstract**

*Background: Low Back Pain (LBP) is a major public health problem and a major contributor to disability globally. One of the worst working positions used by fishermen while working is bending, which can cause complaints of discomfort in the lower back. A non-pharmacological treatment approach in the form of Swedish massage with ginger essential oil can effectively prevent these complaints. In order to this technique to be implemented, it is necessary for fishermen to have knowledge about the technique. Through audiovisual and practical education methods, it is hoped that it can increase fishermen's knowledge. Objective: This study aims to educate fishermen while*

*measuring the level of fishermen's knowledge before and after being given audiovisual and practical counseling. This study uses a descriptive method with a case study. The sample of this study was 4 fishermen, taken accidentally using a questionnaire instrument to evaluate the level of fishermen's knowledge before and after both audiovisual and practical education. Results: On the first day of the post test evaluation, the level of respondents knowledge in the audiovisual group was in the sufficient category. It increased on the second day to the good category and was consistent until the third day. While in the practical group, the level of knowledge was in the good category and was consistent until the third day of the evaluation meeting. So it can be concluded that counseling with practical methods is more effective than the audiovisual method.*

## Pendahuluan

Suatu kelompok masyarakat yang tinggal di sekitar pesisir dan bekerja dengan cara menangkap ikan disebut sebagai nelayan. Para nelayan akan menggantungkan dirinya pada hasil laut (Sumampouw and Joseph, 2022). Adapun tahapan pekerjaan dalam menangkap ikan bagi nelayan, diantaranya adalah tahap persiapan, langkah langkah penurunan jaring, langkah-langkah penaikan jaring, dan langkah-langkah pengangkutan hasil tangkapan. Umumnya, nelayan akan melakukan aktivitasnya saat malam hari sampai pagi hari dengan proses kerja menggunakan gerakan berulang, sehingga gerakan yang berat dan berulang disertai durasi kerja yang panjang lebih mudah menyebabkan keluhan LBP. Keluhan yang dialami nelayan berasal dari gerakan berat berulang, yang menyebabkan mereka harus bekerja dalam posisi dinamis yang menyebabkan masalah otot (*skeletal*) (Ita and Chabib, 2020). Istilah *Low Back Pain* (LBP) mengacu pada rasa tidak nyaman antara punggung bawah dan gluteus, atau bokong. Kondisi ini dapat bermanifestasi dengan cepat (akut), agak lebih lambat (sub-akut), atau perlahan (kronis). Menurut (Trisna, C. *et al.*, 2020) *Low Back Pain* (LBP) dapat menyebabkan pergerakan dan berdampak negatif pada kesehatan mental dan kualitas hidup. Hal ini dapat memengaruhi aktivitas yang berhubungan dengan pekerjaan dan interaksi sosial dengan lingkungan sekitar (Rahayu *et al.*, 2024).

LBP merupakan masalah kesehatan masyarakat yang utama dan kontributor utama

terhadap disabilitas secara global. Selain itu, LBP sering dikaitkan dengan produktivitas yang lebih rendah di tempat kerja, yang memiliki dampak finansial yang substansial bagi orang-orang dan masyarakat secara keseluruhan (Mallow *et al.*, 2022). Menurut data yang dikumpulkan oleh Organisasi Kesehatan Dunia pada tahun 2022, terdapat 1,71 miliar gangguan MSD secara global, dengan LBP berada di urutan ketiga sebagai masalah kesehatan yang paling umum dengan 17,3 juta kasus, termasuk 335 juta kasus rematik dan 528 juta kasus osteoarthritis. Dengan perkiraan 619 juta penderita (Rahayu *et al.*, 2024). WHO menyatakan bahwa kasus LBP secara global terdiri dari 619 juta pada tahun 2020, dan diperkirakan akan meningkat menjadi 843 juta pada tahun 2050. Prevalensi LBP meningkat seiring bertambahnya usia hingga 80 tahun, dengan usia tertinggi lebih dari 50 tahun (Zheng *et al.*, 2023). Menurut RISKESDAS (2021) penderita *low back pain* di Indonesia sebanyak 12.914 orang atau 3,71 %, dan menduduki peringkat ke 2 setelah influenza, di dukung oleh perhimpunan dokter spesialis saraf Indonesia (PERDOSSIS) pada tahun 2021, 819 orang dari 4.456 penderita nyeri yang dilaporkan mengalami LBP di 14 rumah sakit Pendidikan (Annisah Wulandari, Fifi Nirmala and Indah Ade Prianti, 2024).

Maluku adalah sebuah provinsi di Indonesia Timur yang luasnya mencapai 712.480 km<sup>2</sup>, dengan 7,6% wilayahnya berupa daratan dan 92,4% berupa perairan. Mayoritas masyarakat yang bermukim di wilayah pesisir di

Maluku bermata pencaharian dengan memanfaatkan sumber daya alam yang tersedia dengan bekerja sebagai nelayan karena pulau ini memiliki wilayah perairan yang luas dengan sumber daya alam yang unik, termasuk perikanan. Tepi pantai sering kali menjadi rumah bagi pemukiman nelayan. Adapun risiko yang harus diterima dalam pekerjaan apapun termasuk yang melibatkan penangkapan ikan seperti yang dilakukan oleh nelayan. Bahaya yang ditemukan seringkali berupa gangguan kesehatan yang berkembang akibat kecelakaan kerja (N *et al.*, 2022). Pada kejadian ini berdasarkan hasil survey awal yang diambil dengan wawancara 10 nelayan di Desa Laha bahwa 7 dari 10 nelayan merasakan atau mengalami rasa nyeri pada punggung bawah. Pekerjaan para nelayan di Desa Laha untuk mencari ikan di laut dengan posisi membungkuk dan dengan peralatan seadanya yaitu jaring ikan. Salah satu posisi kerja terburuk yang digunakan saat bekerja adalah membungkuk, yang dapat menyebabkan keluhan ketidaknyamanan pada punggung bagian bawah. Penatalaksanaan yang digunakan untuk mengatasi nyeri pada pasien dengan *low back pain* ada berbagai pendekatan yang dapat digunakan meliputi penatalaksanaan farmakologi dan nonfarmakologi (Ulfaturrohman and Sukraeny, 2024).

Tindakan farmakologi yang bisa digunakan adalah melalui pemberian obat pereda nyeri baik herbal maupun kimia. Namun, untuk obat analgesik atau obat antinyeri merupakan salah satu obat yang sering digunakan oleh nelayan secara mandiri tanpa resep dokter. Hal ini dapat menyebabkan timbulnya beberapa efek samping dari obat tersebut berupa hipersensitivitas, gangguan lambung dan usus, kerusakan pada ginjal, dan dapat menyebabkan kerusakan pada hati apabila dikonsumsi dengan dosis berlebihan (Arfania *et al.*, 2023). Terapi farmakologis seperti obat-obatan analgetik atau pereda nyeri memiliki efek samping seperti depresi, sedasi, mual muntah dan konstipasi, sedangkan pendekatan nonfarmakologi merupakan pendekatan untuk menghilangkan nyeri dengan menggunakan teknik manajemen nyeri meliputi stimulasi dan masase kutaneus, terapi es dan panas, distraksi, imajinasi terbimbing, teknik relaksasi nafas dalam dan

sebagainya. Pendekatan nyeri nonfarmakologis memiliki resiko atau efek samping yang sangat rendah meskipun metode tersebut bukan untuk penggantian obat-obatan, namun tindakan tersebut diperlukan atau sesuai untuk mempersingkat episode nyeri (Setyaningsih and Suyanto, 2024). Sehingga perlu dilakukan pendekatan tindakan nonfarmakologi untuk mencegah penggunaan obat pereda nyeri yang berulang dan dalam jangka waktu panjang.

Salah satu tindakan non farmakologi yang aman dan bisa dilaksanakan secara mandiri dengan bantuan keluarga yaitu terapi pijat. Penelitian (Ulfaturrohman and Sukraeny, 2024) mengatakan bahwa pijat *swedia* dengan *essential oil* jahe terbukti efektif dapat menurunkan intensitas skala nyeri pada pasien *low back pain* dengan penurunan skala nyeri yang signifikan. Salah satu pijat yang dapat diterapkan untuk menangani nyeri yaitu *swedish massage*. Pijat *swedia* biasanya dikombinasikan dengan *essential oil* yang dapat memperpanjang efek pijatan. Salah satu contoh yang dapat digunakan yaitu *essential oil* jahe yang merupakan agen analgesik dan anti-inflamasi. *Essential oil* jahe dapat digunakan sebagai bahan kombinasi dalam pemijatan karena dapat memberikan efek hangat pada kulit dan sebagai anti inflamasi. Terapi pijat mampu menurunkan nyeri dan meningkatkan kenyamanan pasien (Komala and Sianturi, 2024). Berdasarkan hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa diperlukannya pemahaman dari nelayan terkait dengan melakukan penerapan teknik *swedish massage* dengan *Essential oil* jahe untuk mencegah keluhan LBP.

Dalam melakukan penerapan teknik *swedish massage* dengan *Essential oil* jahe untuk mencegah keluhan LBP, Diperlukan adanya pengetahuan dari nelayan. Pengetahuan adalah hasil dari proses mencari tahu, dari yang tadinya tidak tahu menjadi tahu, dari tidak dapat menjadi dapat (Ridwan, Syukri and Badarussyamsi, 2021). Salah satu upaya dalam meningkatkan pengetahuan nelayan dalam menerapkan teknik *swedish massage* dengan *Essential oil* jahe yaitu melalui Penyuluhan kesehatan. Penyuluhan merupakan suatu cara yang diperlukan untuk menyampaikan pesan kesehatan kepada kelompok/individu, dengan

harapan dapat memperoleh pengetahuan tentang kesehatan dan kesehatan Adapun metode Pendidikan kesehatan yang dapat diberikan yaitu dengan metode audiovisual dan praktik.

Metode audiovisual merupakan metode pengajaran yang dapat memberikan pengalaman secara nyata kepada peserta didik karena dapat melihat, mendengar, meraba, mengamati secara langsung tentang hal-hal yang sedang dipelajari. Sedangkan metode praktik merupakan suatu cara untuk menunjukkan pengertian, ide dan prosedur tentang sesuatu hal yang telah dipersiapkan dengan teliti untuk memperlihatkan bagaimana cara melaksanakan tindakan, adegan dengan menggunakan alat peraga untuk mengembangkan keterampilan peserta belajar (keterampilan mental maupun fisik atau teknis) kelebihan dari metode demonstrasi adalah peserta dapat mengingat 60% materi dan lebih percaya atas kebenaran demonstrasi yang sudah dilakukan. Kelebihan dari metode audiovisual adalah peserta dapat menyaksikan, mengamati, serta mengucapkan langsung sekaligus dan sangat menarik minat dan perhatian peserta didik karena disampaikan menggunakan media (Sinurat, Sipayung and Simajuntak, 2022).

Berdasarkan uraian diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terkait “Edukasi Penerapan *Swedish Massage* Dengan *Essential Oil* Jahe Terhadap Tingkat Pengetahuan Nelayan Untuk Mencegah *Low Back Pain* (LBP) Di Desa Laha”.

### Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode deskripsi dengan case study. Sampel dari penelitian ini sebanyak 4 Nelayan, diambil secara acidental. Setelah dilakukan Tindakan Keperawatan yang telah ditentukan oleh peneliti selama 3 hari dengan kriteria hasil yaitu Tingkat pengetahuan Meningkat (L.1211) dengan kriteria hasil Kemampuan sampel menjelaskan dan menerapkan teknik *Swedish massage* dengan *essential oil* untuk mencegah keluhan LBP meningkat (Tim Pokja SLKI DPP PPNI, 2019). Untuk mengukur Tingkat Pengetahuan responden, peneliti menggunakan kuesioner yang terdiri dari 25 pertanyaan dengan bobot/skor kategori Pengetahuan Baik (Skor 20-25), Pengetahuan Cukup (Skor 14-19) dan

Pengetahuan Kurang (Skor <13). Dimana sebelumnya instrument tersebut telah dilakukan uji validitas dan reliabilitas di nelayan yang ada di Desa Waiheru, dengan hasil pengujian. Kuesioner dibagikan sebelum kegiatan dan setelah kegiatan (*Pre-Post Test*).

Berikutnya responden dibagikan menjadi 2 kelompok, audiovisual dan praktik. Pada kelompok audiovisual mulai menonton tutorial penerapan *Swedish massage* dengan *essential oil* jahe selama 30 menit dimana dilakukan pengulangan video selama 2x menggunakan media laptop dan infocus, sementara kelompok praktik melakukan praktik penerapan *swedish massage* dengan *essential oil* jahe dengan terlebih dahulu praktik oleh peneliti dengan probandus setelah itu diikuti praktik oleh kelompok Pratik secara bergantian sambil dipandu oleh peneliti dengan durasi selama 30 menit dan bahan yang dipakai yakni minyak jahe

Studi kasus ini berfokus pada edukasi kesehatan berupa pendekatan penanganan secara nonfarmakologi terhadap kasus LBP dengan melakukan Pijat *swedia* dengan *essential oil* jahe merupakan salah satu alternatif dari tindakan terapeutik, dikarenakan Penelitian (Ulfaturrohmah and Sukraeny, 2024) telah membuktikan bahwa pijat *swedia* dengan *essential oil* jahe terbukti efektif dapat menurunkan intensitas skala nyeri pada pasien *low back pain* dengan penurunan skala nyeri yang signifikan. Dalam melakukan penerapan teknik *swedish massage* dengan *Essential oil* jahe untuk mencegah keluhan LBP, Diperlukan adanya pengetahuan dari nelayan. Melalui edukasi dengan metode audiovisual dan praktik diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan nelayan terhadap penerapan *Swedish massage* dengan *essential oil* serta dapat meminimalisir penggunaan obat pereda nyeri yang berulang dan berkepanjangan. Selain itu melalui hasil dari intervensi ini nelayan dapat diberdayakan sehingga didapatkan adanya edukasi berkelanjutan terkait topik ini, baik antara nelayan dengan keluarga maupun antara nelayan dengan nelayan lainnya yang dimana belum mengetahui topik tersebut.

## Hasil

Hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti terhadap 4 responden baik yang ada dikelompok audiovisual maupun praktik. Implementasi keperawatan merupakan bentuk realisasi dari intervensi keperawatan yang mencakup perawatan langsung dan tidak langsung. Perawatan langsung adalah tindakan yang diberikan secara langsung kepada pasien. Pada perawatan langsung perawat harus berinteraksi langsung dengan pasien (Ekaputri *et al.*, 2024).

Tabel 1. Evaluasi Tingkat Pengetahuan Responden Sebelum (*Pre*) Pemberian Edukasi Audiovisual dan Praktik

Insial Responden	Skor	Kategori
Kelompok Audiovisual		
Tn. L	3	Kurang
Tn. D	2	Kurang
Kelompok Praktik		
Tn. A	3	Kurang
Tn.R	4	Kurang

Hasil pertemuan pertama yang dilakukan pada tanggal 08 juni 2025 didapatkan bahwa sebelum pengimplementasian tindakan berdasarkan hasil pretest pengukuran tingkat pengetahuan nelayan terkait penerapan *swedish massage* dengan *essential oil* jahe sebagai pencegahan LBP ditemukan keseluruhan responden mendapatkan (Skor <13) yang menandakan tingkat pengetahuan dengan kategori kurang. Setelah itu kegiatan dimulai dengan pamaran konsep LBP, *Swedish massage*, manfaat jahe, dan cara pembuatan *Essential oil* jahe oleh peneliti.

Tabel 2. Evaluasi Hari Pertama Tingkat Pengetahuan Responden

Insial Responden	Skor	Kategori
Kelompok Audiovisual		
Tn. L	14	Cukup
Tn. D	16	Cukup
Kelompok Praktik		
Tn. A	23	Baik
Tn.R	20	Baik

Setelah dilakukan implementasi tindakan berupa edukasi kesehatan melalui metode audiovisual dan praktik tingkat pengetahuan nelayan pada kelompok praktik meningkat menjadi kategori cukup (Skor 14-19), dimana Tn. L (Skor 14) dan Tn. D (Skor 16), sedangkan untuk kelompok praktik meningkat menjadi Baik (20-25) dimana Tn. A (Skor 23) dan Tn. R (Skor 20).

Tabel 3. Evaluasi Hari Kedua Tingkat Pengetahuan Responden

Insial Responden	Skor	Kategori
Kelompok Audiovisual		
Tn. L	23	Baik
Tn. D	22	Baik
Kelompok Praktik		
Tn. A	25	Baik
Tn.R	25	Baik

Pada pertemuan kedua yang dilakukan pada tanggal 13 juni 2025 kegiatan langsung dimulai dengan melakukan penerapan *Swedish massage* dengan *essential oil* jahe, baik kelompok audiovisual dengan media laptop dan infokus maupun kelompok praktik secara langsung praktik bersama dengan penggunaan minyak jahe. Masing-masing kelompok dengan durasi waktu yang sama yakni 30 menit. Selanjutnya dilakukan *post test* untuk mengetahui tingkat pengetahuan dari hasil tindakan tersebut. Dimana pada kelompok audiovisual meningkat tingkat kategori menjadi baik (Skor 20-25) Tn. L (Skor 23) dan Tn.D (Skor 22) sedangkan kelompok praktik tetap pada kategori baik (Skor 20-25) Tn.A (Skor 25) dan Tn.R (Skor 25).

Tabel 4. Evaluasi Hari Ketiga Tingkat Pengetahuan Responden

Insial Responden	Skor	Kategori
Kelompok Audiovisual		
Tn. L	24	Baik
Tn. D	23	Baik
Kelompok Praktik		
Tn. A	25	Baik
Tn.L	25	Baik

Pertemuan ketiga dilakukan pada tanggal 14 juni 2025, dimana kegiatan yang dilakukan masih sama dengan pertemuan hari kedua. Dan dari hasil tindakan skor *post test* tingkat pengetahuan baik dari kelompok audiovisual maupun praktik mendapatkan skor tingkat pengetahuan kategori baik (Skor 20-25), dimana Tn. L (Skor 24) , Tn.D (Skor 23), Tn.A (Skor 25) dan Tn.R (Skor 25).

### Pembahasan

Berdasarkan hasil Pengukuran tingkat pengetahuan responden sebelum dilakukan kegiatan tersebut baik kelompok audiovisual maupun praktik menunjukkan keseluruhan responden dengan kategori tingkat pengetahuan kurang. Kondisi ini terjadi karena kurangnya informasi perihal penerapan teknik tersebut, sehingga tingkat pengetahuan menjadi kurang. Penyuluhan merupakan suatu cara yang diperlukan untuk menyampaikan pesan kesehatan kepada kelompok/individu, dengan harapan dapat memperoleh pengetahuan tentang kesehatan (Prasko, Santoso and Sutomo, 2020). Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Sulistiyani, Suhandinata and Rezi, 2020) yang menunjukan hasil tingkat pengetahuan sebelum dilakukan edukasi kesehatan rendah apabila dibandingkan pengetahuan setelah diberikan edukasi. Pengetahuan seseorang akan meningkat jika banyak menerima informasi (Wulandari and Ba, 2024).

Dalam penelitian ini peneliti melakukan 3 kali evaluasi sesuai dengan 3 kali dilakukan pertemuan/ kegiatan bersama responden. Dalam mengevaluasi tingkat pengetahuan dari hasil intervensi yang dilakukan peneliti menggunakan kuesioner *post test* yang diisi oleh seluruh responden setelah kegiatan berlangsung. Dari hasil evaluasi diketahui pada hari pertama tingkat pengetahuan responden kelompok audiovisual dalam kategori cukup dan meningkat pada hari kedua menjadi kategori baik dan konsisten sampai hari ketiga. Media audiovisual cenderung bersifat satu arah, sehingga kurang memberikan kesempatan bagi responden untuk berinteraksi dan bertanya secara langsung. Sesuai dengan hasil penelitian (Serungke *et al.*, 2023) mengatakan bahwa

media audiovisual efektif meningkatkan pengetahuan, namun efektivitas tersebut dapat meningkat jika materi audiovisual diulang beberapa kali. Terkadang responden merasa pasif dalam proses pembelajaran karena kurangnya interaksi.

Sedangkan pada kelompok praktik tingkat pengetahuan pada penerapan *Swedish massage* dengan *essential oil* jahe dalam kategori baik dengan konsisten sampai hari ketiga evaluasi pertemuan. Pemberian edukasi dengan metode praktik dapat meningkatkan pengetahuan dengan memberikan pengalaman belajar yang lebih konkret dan mudah diingat, selain itu manfaat metode ini dirasakan karena adanya umpan balik atau interaksi dari penyaji dengan responden. Pernyataan ini sejalan dengan hasil penelitian (Febrian, Aryastuti and Fatrisia, 2021) yang menyatakan bahwa dengan edukasi kesehatan praktik efektif meningkatkan pengetahuan responden.

Hal ini dapat disimpulkan dengan penggunaan metode penyuluhan secara audiovisual diperlukan adanya pengulangan edukasi minimal 2 hari agar tingkat pengetahuan klien terkait topik dapat benar-benar dipahami. Sedangkan untuk metode penyuluhan praktik hanya diperlukan 1 hari agar klien dapat memahami topik yang dipaparkan/dipraktikkan, hal ini dikarenakan metode praktik lebih memberikan pengalaman konkret kepada sasaran, karena dengan praktik sasaran diberikan pengalaman langsung untuk melihat langsung lebih dekat dan terdapat umpan balik antara penyaji dan sasaran selama kegiatan praktik berlangsung.

Adanya kondisi ini sesuai dengan teori Edgar dale yang mengatakan bahwa semakin konkret media maka tingkat penerimaan sasaran menjadi lebih baik, sebaliknya semakin abstrak sebuah media maka tingkat penerimaan menjadi kurang (Prasko, Santoso and Sutomo, 2020). Dari hasil kegiatan ini pada evaluasi dipertemuan ketiga keseluruhan responden sudah mengetahui dan mampu menerapkan *swedish massage* dengan *essential oil* untuk mencegah LBP yang dirasakan nelayan. Nelayan tampak antusias selama dari awal kegiatan sampai akhir kegiatan berlangsung.

## Simpulan

Berdasarkan hasil evaluasi yang dilakukan sebanyak 3 kali metode penyuluhan praktik mempunyai pengaruh terhadap peningkatan pengetahuan nelayan dalam penerapan *Swedish massage* dengan *essential oil* jahe untuk mencegah *low back pain* (LBP). Dimana dilihat dari hasil evaluasi pertemuan pada hari pertama tingkat pengetahuan responden kelompok praktik dalam kategori baik dan konsisten sampai hari ketiga.

## Pendanaan

Penelitian ini tidak didukung dan didanai oleh pihak manapun.

## Referensi

Annisah W, Fifi Nirmala and Indah Ade Prianti (2024) 'Faktor- Faktor Yang Berhubungan Dengan Keluhan Low Back Pain (LBP) Pada Nelayan Di Pelabuhan Perikanan Samudera Kota Kendari Tahun 2023', *Detector: Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, 2(1), pp. 276–290. Available at: <https://doi.org/10.55606/detector.v2i1.3354>.

Arfania, M. *et al.* (2023) 'Efek Samping Terhadap Pemakaian Analgetik Golongan Nsaid (Ibu Profen)', *Journal of Social Science Research*, 3(2), pp. 8065–8075.

Ekaputri, M. *et al.* (2024) *Proses Keperawatan: Konsep, Implementasi, dan Evaluasi, Universitas Nusantara PGRI Kediri*.

Febrian, C.A., Aryastuti, N. and Fatrisia, P. (2021) 'Efektivitas Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media Audio Visual dan Demonstrasi terhadap Pengetahuan tentang Senam Kaki Diabetik', *Jurnal Dunia Kesmas*, 10(2), pp. 158–167.

Ita, R. and Chabib, M.N. (2020) 'Karakteristik Individu Dan Lingkungan Kerja Serta Pengaruhnya Terhadap Kepuasan Kerja Karyawan', *LPPM Universitas KH.A.Wahab Hasbullah* [Preprint].

Komala, C.N. and Sianturi, S.R. (2024) 'Efektivitas Terapi Pijat Pada Lansia Dengan Low Back Pain', *Jurnal Riset*

Mallow, G.M. *et al.* (2022) 'Epidemiology, risk factors and clinical impact of juvenile Modic changes in paediatric patients with low back pain', *European Spine Journal*, 31(5), pp. 1069–1079.

N, R. *et al.* (2022) 'Karakteristik Pola Penyakit Pada Nelayan Pesisir Pulau Ambon Di Kecamatan Nusaniwe Tahun 2022', *Pameri*, 4(2), pp. 35–52.

Prasko, P., Santoso, B. and Sutomo, B. (2020) 'Penyuluhan Metode Audio Visual Dan Demonstrasi Terhadap Pengetahuan Menyikat Gigi Pada Anak Sekolah Dasar', *Jurnal Kesehatan Gigi*, 3(2), pp. 53–57. Available at: <https://doi.org/10.31983/jkg.v3i2.1784>.

Rahayu, S. *et al.* (2024) 'Hubungan Usia , Masa Kerja dan Sikap Kerja dengan Keluhan Low Back Pain pada Nelayan', *Faletehan Health Journal*, 11(3), pp. 310–316.

Ridwan, M., Syukri, A. and Badarussyamsi, B. (2021) 'Studi Analisis Tentang Makna Pengetahuan Dan Ilmu Pengetahuan Serta Jenis Dan Sumbernya', *Jurnal Geuthèë: Penelitian Multidisiplin*, 4(1), p. 31. Available at: <https://doi.org/10.52626/jg.v4i1.96>.

Serungke, M. *et al.* (2023) 'Penggunaan Media Audio Visual dalam Pembelajaran Istima'', *Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran*, 6(4), pp. 3503–3508. Available at: <https://doi.org/10.55352/edu.v2i1.934>.

Setyaningsih, R. and Suyanto, S. (2024) 'Manajemen Nyeri Low Back Pain Pada Warga Kelompok Dawis Cempaka Mojosoongo', *Cahaya Pengabdian*, 1(2), pp. 1–8.

Sinurat, L.R.E., Sipayung, R.R. and Simajuntak, Y.T.O. (2022) 'Pengaruh Penyuluhan Metode Demonstrasi Dan Audiovisual Terhadap Keterampilan Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari) Pada Wanita Usia Subur Di Wilayah Kerja Puskesmas Paranginan', *Jurnal Surya Muda*, 4(1), pp. 50–60. Available at: <https://doi.org/10.38102/jsm.v4i1.104>.

Sulistiyani, Suhandinata, F. and Rezi, A.H.

- (2020) ‘Pengaruh Edukasi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Terhadap Tingkat Pengetahuan Pada Siswa Madrasah Ibtidaiyah Muhammadiyah Sragen’, *Proceeding Book Call for Paper Thalamus: Medical Research For Better Health In Pandemic*, pp. 111–116.
- Sumampouw, O.J. and Joseph, G. (2022) ‘Hubungan Antara Posisi Kerja dan Usia dengan Keluhan Muskuloskeletal pada Nelayan’, *Health Care: Jurnal Kesehatan*, 11(1), pp. 34–42.
- Tim Pokja SLKI DPP PPNI (2019) *Standar Luaran Keperawatan Indonesia*. Cetakan II. Jakarta Selatan: Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia.
- Trisna, C., S.S.K.M. *et al.* (2020) *Buku Ajar Ilmu Kesehatan Masyarakat*. Zahir Publishing.
- Ulfaturrohman and Sukraeny, N. (2024) ‘Penerapan Swedish Massage dengan essential oil jahe untuk menurunkan intensitas nyeri pada pasien Low Back Pain (LBP)’, *Holistic Nursing Care Approach*, 4(1), pp. 1–10. Available at: <https://doi.org/10.26714/hnca.v4i1.13064>.
- Wulandari, A. and Ba, A. (2024) ‘Pengaruh edukasi perilaku hidup bersih dan sehat terhadap tingkat pengetahuan anak usia sekolah dasar di wilayah TPST Piyungan Bantul , Yogyakarta The influence of education on healthy clean living behaviors in household order on the knowledge level of pr’, 2(September), pp. 119–126.
- Zheng, D.K.Y. *et al.* (2023) ‘Trends of low Back pain research in older and working-age adults from 1993 to 2023: a bibliometric analysis’, *Journal of Pain Research*, pp. 3325–3341.