



DARMABAKTI CENDEKIA : Journal of Community Service and Engagements

www.e-journal.unair.ac.id/index.php/DC

EDUCATION ON ACUPRESSURE TECHNIQUES TO REDUCE MSDS IN SHALLOT FARMERS' GROUPS IN NGANJUK DISTRICT

EDUKASI TEKNIK AKUPRESURE UNTUK MENGURANGI KELUHAN MSDS PADA KELOMPOK TANI BAWANG MERAH DI KABUPATEN NGANJUK

Ratnaningtyas Wahyu Kusuma Wardani^{1*}  , Dwi Setiani Sumardiko² 

¹Prodi Keselamatan dan Kesehatan Kerja, Fakultas Vokasi, Universitas Airlangga - Indonesia

²Prodi Pengobatan Tradisional, Fakultas Vokasi, Universitas Airlangga - Indonesia

Scope:
Health

A B S T R A C T

Background: Muscle discomfort can be a symptom of musculoskeletal diseases (MSDs), which can happen as a result of improper workstation positioning. One type of work that often experiences MSDs symptoms is shallot farmers. If done incorrectly, onion farming tasks including tillage and harvesting might result in MSD symptoms. One effort to reduce the symptoms of MSDs is acupressure massage. Acupressure is a traditional Chinese medicine herb that can be used to reduce pain, and can treat illness and injury by involving pressure on the body with fingers or other devices. **Purpose:** By comparing the findings from the pre-test and post-test participants, this activity seeks to develop understanding about proper working posture and improve self-acupressure skills. **Method:** The method of activities carried out in this community service activity includes: 1) Pre-Activity; 2) Implementation of activities; 3) Evaluation of activities. The method used is a combination of counseling and direct practice to farmer group members. Analysis of the data used for the evaluation process is to use a statistical test, namely the T-test (paired T-test) to determine whether there is a significant difference in the pretest and post-test scores in the test group. **Results:** A better awareness of acupressure methods and MSDS symptoms was attained. Participants had an average level of 50.0 knowledge before to counseling. However, after getting therapy, the participants' understanding improved and reached an average score of 67.6. **Conclusion:** Through this program, shallot farming groups gain a better grasp of MSDs and acupressure methods.

A B S T R A K

Latar belakang: muskuloskeletal disorders atau MSDs merupakan gejala nyeri otot yang dapat terjadi karena kesalahan posisi saat melakukan pekerjaan. Jenis pekerjaan yang seriang mengalami gejala MSDs salah satunya adalah petani bawang merah. Aktivitas Bertani bawang merah mulai dari pengolahan tanah hingga pemanenan menjadi pemicu munculnya gejala MSDs apabila dilakukan dengan posisi yang salah. Salah satu upaya dalam mengurangi gejala MSDs adalah dengan pijat akupresure. Akupresur merupakan salah satu teknik pengobatan tradisional Cina yang dapat digunakan untuk menurunkan rasa nyeri, serta dapat mengobati penyakit dan cedera dengan melibatkan penekanan pada tubuh dengan jari atau perangkat lain. **Tujuan:** kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan tentang postur kerja yang baik dan meningkatkan ketrampilan melakukan akupresure mandiri dengan melihat hasil peningkatan dari pre-test dan post-test peserta. **Metode:** Metode kegiatan yang dilakukan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini meliputi: 1) Pra Kegiatan; 2) Pelaksanaan kegiatan; 3) Evaluasi kegiatan. Metode yang digunakan adalah kombinasi antara penyuluhan dan praktik secara langsung kepada kelompok anggota tani. Analisis data yang digunakan untuk proses evaluasi adalah menggunakan uji statistik yaitu Uji T (paired T-test) untuk mengetahui ada tidaknya perbedaan yang signifikan nilai pre-test dan post-test pada kelompok uji. **Hasil:** peningkatan pemahaman tentang gejala MSDs dan teknik akupresure telah tercapai. Pengetahuan peserta sebelum mendapatkan penyuluhan rata-rata sebesar 50,0. Namun, pengetahuan peserta meningkat setelah mendapatkan penyuluhan, yaitu menjadi bernilai rata-rata sebesar 67,6. **Kesimpulan:** program ini memberikan peningkatan pengetahuan dan pemahaman tentang MSDs dan Teknik akupresure pada kelompok tani bawang merah.

ARTICLE INFO

Received 14 September 2022

Revised 10 March 2022

Accepted 20 May 2023

Online 01 June 2023

*Correspondence (Korespondensi):

Ratnaningtyas Wahyu Kusuma
Wardani

E-mail:

ratnaningtyas-wahyu-k-w@voka-
si.unair.ac.id

Keywords:

knowledge, acupressure
techniques, symptoms of msds,
shallot farmers

Kata Kunci:

pengetahuan, teknik akupresure,
gejala msds, petani bawang merah

PENDAHULUAN

Sektor pertanian merupakan salah satu sangat vital bagi perkembangan perekonomian di Indonesia karena merupakan negara yang berbasis pertanian (Selin Hosana Siagia, 2022). Pertanian adalah pekerjaan berat dengan berbagai risiko kesehatan, salah satunya adalah musculoskeletal disorders (MSDs) yang menjadi gangguan. Data yang diperoleh dari hasil identifikasi factor risiko MSD pada petani banyak terjadi keluhan di leher sebesar 59,9% punggung atas sebesar 61,55%, punggung bawah sebesar 75,15, lutut 62,1%, (Dianat et al., 2020). Penelitian lain yang dilakukan oleh Sombatsawat (2019) menunjukkan bahwa petani di Thailand mengalami cedera musculoskeletal akibat postur kerja yang salah, pemilihan ukuran peralatan yang tidak sesuai dan beban angkut yang berlebih (Sombatsawat et al., 2019). Menurut data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi penyakit muskuloskeletal di Indonesia sebanyak 7,30% dan pekerjaan petani merupakan angka prevalensi tertinggi yaitu 9,86%. (Kemenkes RI, 2018).

Menurut data Riskesdas (2018) pekerjaan sebagai petani menempati urutan ke tiga di Jawa Timur sebesar 63,35% (Kemenkes RI, 2018). Pekerjaan sebagai petani memerlukan tenaga yang cukup besar untuk mencangkul, menanam, membajak, memupuk dan memanen yang berpengaruh terhadap posisi kerja petani (Melonda, C.E, Kawatu, p, Doda, 2016). Posisi membungkuk, berdiri, berjongkok mengangkat, serta menggondong beban merupakan posisi yang sering dilakukan oleh petani saat bekerja. Hal ini dapat menyebabkan penyakit akibat kerja salah satunya keluhan musculoskeletal karena adanya keterlibatan berbagai jenis otot saat bekerja dengan posisi tubuh yang salah. Gambaran posisi kerja dalam bidang ergonomi terdiri dari posisi badan, kepala, dan anggota tubuh seperti tangan dan kaki. Dalam pemilihan penyembuhan penyakit para petani lebih banyak memiliki menggunakan penyehatan tradisional sebanyak 99,10 (Kemenkes RI,

2018)). Kategori penyehatan tradisional yang dipilih oleh para petani adalah penyehatan tradisional jenis pengobatan manual (pijat, akupuntur, akupresur dll) yakni sebesar, 76,24 % dibandingkan dengan meminum ramuan 61,68%. Hal ini menunjukkan bahwa dalam pencarian pelayanan kesehatan untuk mewujudkan derajat kesehatan yang baik mereka memilih menggunakan pelayanan tradisional dibandingkan dengan pelayanan kesehatan lainnya seperti pijatan/ akupresure.

Akupresur menjadi sebuah teknik pengobatan tradisional Cina yang digunakan untuk menurunkan rasa nyeri, serta mengobati berbagai penyakit dan cedera. Akupresure melibatkan penekanan pada tubuh dengan jari atau perangkat dan dapat digunakan untuk mengobati beberapa kondisi nyeri musculoskeletal, termasuk osteoarthritis, nyeri punggung bawah (LBP) dan penyakit rheumatoid (Kim, Lee, Park, & Lew, 2012). Pemberian tekanan fisik di beberapa titik pada permukaan tubuh yang menjadi sebuah tempat sirkulasi energi dan keseimbangan pada kasus gejala nyeri merupakan salah satu teknik dalam akupresure.

Teknik yang diberikan menggunakan teknik penekanan, pijatan, dan pengurutan sepanjang meridian tubuh atau garis aliran energi. Pemberian tekanan atau pijatan sepanjang garis meridian bermanfaat untuk menghilangkan penyumbatan dan dapat memperbaiki keseimbangan tubuh. Manfaat lainnya adalah dapat mengurangi rasa nyeri pada punggung kepala, osteoarthritis, otot, leher, nyeri pre-operasi, postoperasi, mual muntah dan masalah tidur (Kurniyawan, 2016). Hal yang menjadi pembeda antara teknik Akupresur dengan teknik yang lainnya adalah lebih menekankan keseimbangan semua unsur kehidupan dengan cara memberikan sebuah perangsangan pada titik tertentu dengan penggunaan jari tangan, telapak tangan, siku, lutut, dan kaki (Gahayu and Ristica, 2021).

Kecamatan Bagor merupakan salah satu sentra bawang merah di Kabupaten

Nganjuk dengan memiliki produktivitas di kisaran rata-rata sebesar 347.585 kw dengan luas panen tanaman bawang merah sebesar 3217 ha (Kabupaten Nganjuk dalam Angka, 2020). Mayoritas penduduknya bertani bawang merah dan padi (Badan Pusat Statistik Kabupaten Nganjuk, 2020). Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan kepada mitra ketua kelompok petani di Desa Selorejo menyatakan bahwa petani sering mengalami gejala nyeri otot, nyeri leher nyeri punggung bawah, nyeri kepala. Gejala tersebut merupakan ciri-ciri dari gejala Muscoloskeletal Disorder (MSDs).

Gejala MSDs, dapat terjadi apabila posisi postur kerja berada pada posisi yang salah. Aktivitas petani bawang merah adalah mulai dari pengolahan tanah, penanaman, penyemprotan/pemupukan dan panen (pencabutan dan pengikatan). Postur kerja pada saat pengolahan tanah dan penyemprotan/pemupukan dilakukan dengan posisi berhalangan dan punggung sedikit membungkuk, sedangkan pada saat penanaman dan panen posisi postur kerja ada yang posisi duduk dengan berjongkok dan posisi punggung membungkuk serta posisi tangan yang berada dibawah bahu. Aktivitas setelah bawang di angkut, dibersihkan dengan posisi kerja duduk yang membungkuk dan posisi tangan di bawah bahu. Pekerjaan ini dilakukan selama waktu kurang lebih 9 jam (pagi-sore). Dari aktivitas yang dijelaskan pada proses wawancara dari salah satu petani menyebabkan keluhan sakit di bagian punggung belakang, leher, bahu, tangan pergelangan kaki dan kesemutan. Dari beberapa hasil wawancara dapat dilihat bahwa masih kurangnya pengetahuan tentang posisi kerja yang baik saat bekerja sehingga berakibat pada munculnya gejala MSDs.

Berdasarkan hasil pemaparan masalah yang telah dipaparkan, solusi yang dapat diberikan untuk mengurangi munculnya keluhan MSDs pada petani adalah selain memberikan edukasi tentang postur kerja yang baik dan cara bekerja yang aman juga memberikan pengetahuan tentang Teknik

akupresure mandiri yang dapat membantu mengatasi keluhan MSDs yang muncul pada petani.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dalam beberapa tahapan pelaksanaan meliputi 1) Pra Kegiatan; 2) Pelaksanaan kegiatan; 3) Evaluasi kegiatan. Tahap pra kegiatan pengabdian masyarakat dimulai dengan kegiatan koordinasi dengan pihak mitra dan mendiskusikan teknis kerja sama yang akan dilakukan. Pra kegiatan dilakukan dengan studi pendahuluan yakni dengan berdiskusi dengan perwakilan 5 petani yakni ketua kelompok GAKPOTAN yang ada di 5 Dusun, Kecamatan Selorejo. Berdasarkan hasil diskusi dan analisis lapangan, ditemukan permasalahan yaitu adakah sebagian besar petani sering merasa sakit di bagian punggung belakang, leher, bahu, tangan pergelangan kaki dan kesemutan sehingga menghambat proses kerja mereka. Selain itu upaya yang sering dilakukan untuk mengatasi hal tersebut adalah dengan minum obat atau jamu tradisional dan beberapa ada yang melakukan pijat tradisional di tukang pijat. Sehingga dari hasil tersebut pihak Fakultas Vokasi Universitas Airlangga menawarkan solusi untuk memberikan pengetahuan tentang posisi kerja yang baik sehingga dapat mengurangi keluhan MSDs pada petani serta upaya pengendalian dan pengurangan keluhan sakit MSDs dengan teknik akupresure. Kedua materi tersebut dituangkan dalam bentuk penyuluhan dan praktek mandiri yang didampingi dengan pemateri.

Pelaksanaan kegiatan dilakukan dengan metode Hybrid, yaitu metode penyuluhan yang menggabungkan berbagai pendekatan yaitu berbasis computer atau online dan tatap muka secara langsung. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan tanggal 26 September 2021 di Balai Desa Selorejo, Kecamatan Bagor, Kabupaten Nganjuk, Jawa Timur. Kegiatan penyuluhan hanya bisa dilakukan di malam

hari karena para petani selalu berada di sawah setiap jam 05.00 WIB sampai jam 17.00 WIB, tanpa mengenal hari libur. Oleh sebab itu, pelaksanaan kegiatan dimulai pukul 19.00-22.00 WIB, dengan susunan acara sebagai berikut: registrasi peserta, pembukaan oleh Kepala Desa Selorejo, pretest, penyampaian materi tentang penyebab dan gejala MSDs dan praktik akupressur mandiri oleh 2 pemateri, diskusi, dan diakhiri dengan posttest.

Metode pelaksanaannya berupa penyuluhan dan demonstrasi posisi kerja maupun titik akupressure yang benar. Sasaran kegiatan adalah 40-50 orang anggota kelompok tani bersama perangkat desa. Intervensi dalam kegiatan ini adalah penyuluhan postur kerja dan teknik akupresure selama 60 menit dengan menggunakan media power point. Sebelum penyampaian materi dilakukan pretest untuk mengukur pengetahuan awal peserta. Soal pretest diberikan sebelum kegiatan penyuluhan dilakukan dengan mengerjakan soal-soal yang berisikan tentang posisi kerja dan teknik akupresure. Metode pelaksanaannya berupa penyuluhan dan demonstrasi posisi kerja maupun titik akupresure yang benar. Sasaran kegiatan adalah 40-50 orang anggota kelompok tani bersama perangkat desa. Setelah penyuluhan dan praktek mandiri dilaksanakan, diakhir acara dilakukan evaluasi pelaksanaan kegiatan dengan cara memberikan pertanyaan kepada peserta dan meminta peserta untuk menyimpulkan materi penyuluhan yang disampaikan oleh peneliti dan dilanjutkan dengan pemberian post-test.

Pemberian post-test diakhir kegiatan merupakan bentuk indikator untuk mengukur tingkat pengetahuan peserta setelah diberikan 2 materi tentang posisi kerja dan teknik akupresure. Indikator nilai pengerjaan post-test adalah >65 dikatakan mengalami peningkatan. Sedangkan indikator ketrampilan dari kegiatan praktek mandiri yang dilakukan saat penyuluhan adalah dengan melihat kemampuan peserta dapat menentukan titik akupresure yang sudah diberikan pada saat penyuluhan

minimal 5 titik dari 7 titik yang sudah diberikan. Analisis data menggunakan uji statistic yaitu Uji T (paired T-test) untuk mengetahui ada tidaknya perbedaan yang signifikan nilai pre-test dan post-test pada kelompok uji.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini yakni meningkatkan sebuah pengetahuan para petani bawang merah terkait posisi kerja yang benar, keluhan MSDs, dan teknik akupressur mandiri guna mengurangi keluhan MSDs tersebut. Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan pada tanggal 26 September 2021 pukul 19.00-22.00 WIB di Balai Desa Selorejo Kecamatan Bagor Kabupaten Nganjuk Jawa Timur. Kegiatan pengabdian masyarakat berupa penyuluhan dan demonstrasi yang dihadiri oleh 43 petani bawang merah.

Sebelum penyuluhan dimulai, seluruh peserta menjawab kuesioner pre-test guna mengukur tingkat pengetahuan petani bawang merah terkait keluhan MSDs beserta penyebabnya dan teknik akupresure untuk mengurangi keluhan MSDs. Penyampaian materi dilakukan secara hybrid, yaitu materi keluhan MSDs dan posisi kerja yang benar dilakukan secara luring dan pemaparannya menggunakan LCD dan buku saku yang diberikan ke seluruh peserta; sedangkan materi teknik akupresure dilakukan secara daring. Saat demonstrasi teknik akupresure, peserta didampingi oleh fasilitator dari Tim Pengabdian Masyarakat Fakultas Vokasi Universitas Airlangga.

Berdasarkan hasil evaluasi penghitungan pre-test dan post-test diketahui bahwa terdapat peningkatan pengetahuan mengenai MSDs dan teknik akupresure. Pengetahuan peserta sebelum mendapatkan penyuluhan rata-rata sebesar 50,0. Namun, pengetahuan peserta meningkat setelah mendapatkan penyuluhan, yaitu menjadi bernilai rata-rata sebesar 67,6. Berikut adalah tabel distribusi nilai penghitungan pre-test dan post-test seluruh peserta.

Table 1. Distriburis Perhitunga pre-test dan post-test Peserta

Kuesioner	Nilai (Mean±SD)	p-value
Pre Test	50,0 ± 24,0	0,010*
Post Test	67,6 ± 9,4	

*Paired T Test ($\alpha=5\%$)

Pengetahuan merupakan sebuah hasil dari tahu dan terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan dapat terjadi melalui penglihatan, pendengaran, proses merasa dan meraba ((Asiah, 2016). Terjadinya peningkatan pengetahuan peserta sebelum dan sesudah diberikan materi sejalan dengan penelitian yang dilakukan Norviatin dan Adiguna (2016) bahwa terdapat perubahan tingkat pengetahuan, perilaku dan sikap responden setelah diberikan penyuluhan (Norviatin and Adiguna, 2016). Faktor yang dapat mempengaruhi sebuah derajat Kesehatan menurut teori H.L Blum dalam Notoatmodjo (2010) terdiri dari 4 faktor yaitu faktor perilaku, lingkungan, pelayanan Kesehatan dan keturuann (Notoatmodjo, 2007).

Promosi Kesehatan merupakan salah satu alternatif dalam membentuk perubahan perilaku yang dapat diupayakan dalam komunikasi atau kegiatan penyuluhan (predisposing factors), pemberdayaan masyarakat (enabling factors) dan training (reinforcing factors). Pelaksanaan metode kegiatan pengabdian kepada masyarakat berdasarkan teori H.L Blum pemilihan kegiatan penyuluhan mengenai posisi kerja yang benar dan MSDs pada petani dapat menjadi salah satu upaya peningkatan pengetahuan bagi petani. Selain kegiatan penyuluhan panitia melakukan upaya training kepada petani sebagai bentuk pelatihan atau praktek akupresure untuk mengurangi keluhan MSDs. Pengetahuan seseorang memiliki dua aspek penting yaitu aspek positif dan aspek negative dimana kedua hal ini dapat menentukan perubahan sikap seseorang.

Tim pengabdian masyarakat juga

melakukan evaluasi kegiatan berupa penilaian kualitatif, meliputi observasi keaktifan peserta dalam kegiatan penyuluhan dan demonstrasi teknik akupresure. Kegiatan penyuluhan dapat dilakukan dengan metode ceramah yaitu dengan Teknik komunikasi dua arah sehingga dapat dilihat interaksi antara peserta dengan pemateri. Pada kegiatan penyuluhan terjadi interaksi seperti sesi tanya jawab antara pemateri dengan peserta untuk melihat dan menganalisa pengetahuan peserta terhadap penyampaian materi atau pesan yang diberikan oleh pemateri.

**Gambar 1. Penyampaian Materi Keluhan MSDs Secara Luring****Gambar 2. Keaktifan Peserta Selama Sesi Diskusi**

Gambar 3. Penyampaian Materi Teknik Akupresure Secara Daring



Gambar 4. Demonstrasi Teknik Akupresure Mandiri

Selain kegiatan penyuluhan, terdapat kegiatan demonstrasi yang dipraktikkan secara langsung oleh peserta. Metode demonstrasi merupakan metode penyampaian materi dengan cara memperagakan isi materi yang disampaikan secara langsung maupun dengan menggunakan media (Nadia, Sufriani and Fajri, 2021). Pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat, tim panitia menggunakan alat peraga berupa gambar posisi kerja yang kurang sesuai dan peraga manusia yang memperagakan secara langsung posisi kerja yang kurang baik, selain itu untuk penyuluhan terkait dengan praktek akupresure peragaan dilakukan secara langsung dengan memberikan contoh Teknik pemijatan. Berdasarkan hasil pretes dan posttes yang telah dilakukan menunjukkan ada perbedaan sebelum dan sesudah penyuluhan, hal ini dapat menunjukkan bahwa pada penyuluhan ini menggunakan metode demonstrasi efektif yang dapat meningkatkan pengetahuan peserta. Hasil uji statistic diperoleh nilai p-value 0,010. Nilai tersebut menunjukkan bahwa terdapat perbedaan pada skor pengetahuan sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan. Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan penyuluhan posisi kerja dan demonstrasi penentuan titik akupresure pada tubu memberikan pengaruh terhadap pengetahuan petani.

Alasan tim pengabdian kepada masyarakat menggunakan metode

demonstrasi di akhir kegiatan adalah membuat peserta lebih dapat memahami secara jelas tentang topik yang disampaikan. Adapun manfaat dari metode demonstrasi menurut Djamarah, 2010 dalam Nadia et al (2021) adalah 1) responden dapat memahami objek yang sesungguhnya, 2) responden dibiasakan bekerja secara sistematis, 3) dapat membuat penyuluhan menjadi lebih jelas dan konkret, 4) responden dirangsang untuk aktif mengamati, menyesuaikan antara teori dengan kenyataan setelah melakukan percobaan secara mandiri (Nadia, Sufriani and Fajri, 2021).

Berdasarkan hasil evaluasi pelaksanaannya diketahui bahwa faktor pendukung dari kegiatan ini adalah adanya dukungan secara penuh oleh pihak Kepala Desa Selorejo dan Ketua dan anggota GAPOKTAN (Gabungan Kelompok Tani) sehingga acara dapat berjalan dengan baik. Faktor penghambat yang dapat dianalisis adalah pembatasan kegiatan karena wabah Covid-19 dan akses internet di Desa Selorejo. Sehingga membuat pelaksanaan penyampaian materi kedua dan pelaksanaan demonstrasi tidak dapat berjalan secara maksimal. Akan tetapi walaupun pelaksanaan kegiatan dilakukan dengan adanya keterbatasan hasil kegiatan yang didapatkan sesuai dengan tujuan yaitu tersampainya materi dengan baik dan dapat terperagakan dengan baik saat demonstrasi. Edukasi yang diberikan oleh pemateri pada petani bawang merah dapat diterapkan sehari-hari oleh diri sendiri. Pemberian edukasi merupakan salah satu upaya untuk menambah pengetahuan dan kemampuan seseorang dengan teknik belajar.

Tujuan dari hal tersebut adalah untuk meningkatkan fakta atau kondisi secara nyata dengan memberikan dorongan terhadap pengarah diri (self-direction). Pemberian edukasi dalam kegiatan ini diberikan secara online dengan praktek secara virtual menggunakan video zoom. Setelah diberikan praktek secara online yang berisi mengenai metode pemijatan guna mengurangi keluhan nyeri pada otot didapatkan hasil bahwa pengetahuan peserta meningkat secara

signifikan setelah mendapatkan penyuluhan, yaitu menjadi bernilai rata-rata sebesar 67,6.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil pelaksanaan serangkaian kegiatan edukasi Teknik akupresure dalam mengurangi keluhan MSDs terdapat perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan dan demonstrasi. Hal ini terlihat dari nilai pretest dan postes peserta terjadi peningkatan pengetahuan setelah mendapatkan penyuluhan, yaitu menjadi bernilai rata-rata sebesar 67,6 dengan nilai p value 0,01. Saran yang dapat diberikan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk dapat dilakukan secara offline karena ketika penyampaian dilakukan secara online tidak dapat berjalan secara maksimal karena akan berbeda kualitas penyampaian materi dibandingkan yang diberikan secara offline.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada bapak Bapak T.Soedarmanto selaku Kepala Desa Selorejo Kecamatan Bagor, Kabupaten Nganjuk dan Bapak Mariyono selaku Ketua GAPOKTAN (Panca Karya Tani) yang telah mendukung kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat di Desa Selorejo, Kecamatan Bagor, Kabupaten Nganjuk. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Rektor Universitas Airlangga dan Dekan Fakultas Vokasi yang telah membiayai kegiatan ini. Penulis menyatakan tidak ada konflik kepentingan dengan pihak-pihak yang terkait dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini".

DAFTAR PUSTAKA

Asiah, N. (2016) 'Pengaruh Penyuluhan Dalam Peningkatan Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Remaja', *Arkesmas*, 1(2), pp. 97–101.

Dianat, I. et al. (2020) 'Work posture, working conditions and musculoskeletal outcomes in agricultural workers', *International Journal of Industrial*

Ergonomics, 77(September 2019), p. 102941. Available at: <https://doi.org/10.1016/j.ergon.2020.102941>.

Gahayu, P. and Ristica, O.D. (2021) 'Penerapan Teknik Akupresur Untuk Mengurangi Keluhan Mual Muntah Pada Kehamilan Trimester 1', *Jurnal Kebidanan*, 1, pp. 70–78.

Iyong, E.A., Kairupan, B.H.R. and Engkeng, S. (2020) 'Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Tentang Gizi Seimbang Pada Peserta Didik di SMP Negeri 1 Nanusa Kabupaten Talaud', *Jurnal Kesmas*, 9(7), pp. 59–66.

Kemenkes RI (2018) 'Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018', *Kementrian Kesehatan RI*, 53(9), pp. 1689–1699.

Kurniyawan, H.E. (2016) 'Terapi Komplementer Alternatif Akupresur Dalam Menurunkan Tingkat Nyeri', *NurseLine Journal*, 1(2), pp. 246–256.

Melonda, C.E, Kawatu, p, Doda, D. (2016) 'Gambaran Posisi Kerja Dan Keluhan Gangguan Musculoskeletal Pada Petani Padi Di Desa Kiawa 1 Barat Kecamatan Kawangkoan Utara', *Pharmacon*, 5(4), pp. 267–272. Available at: <https://doi.org/10.35799/pha.5.2016.14045>.

Nadia, U., Sufriani and Fajri, N. (2021) 'Pengaruh Penyuluhan dengan Metode Demonstrant terhadap Pengetahuan Ibu Tentang Pola Makan Balita', *JIM FKep*, V(3), pp. 84–92.

Norviatin, D. and Adiguna, T.Y. (2016) 'Pengaruh Penyuluhan dan Pemberian Leaflet terhadap Peningkatan Pengetahuan, Perilaku, dan Sikap Ibu Tentang Diare pada Balita di Puskesmas Maja Kabupaten Majalengka', *Tunas Medika Jurnal Kedokteran & Kesehatan*, 3(4), pp. 40–45.

Notoatmodjo, S. (2007) *Kesehatan masyarakat: ilmu dan seni*. Rineka

Cipta.

Selin Hosana Siagia, J.N.S. (2022) 'Bahaya Potensial Dan Pengendalian Bahaya Di Perkebunan Teh', *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 4(1), pp. 35-44.

Sombatsawat, E. et al. (2019) 'Musculoskeletal disorders among rice farmers in Phimai District, Nakhon Ratchasima Province, Thailand', *Journal of Health Research*, 33(6), pp. 494-503. Available at: <https://doi.org/10.1108/JHR-01-2019-0009>.