

## SOSIALISASI PENANGANAN NYERI AKUT DAN KRONIK PADA PENDAMPING LANSIA

Mudatsir<sup>1\*</sup>, Amir Syafruddin<sup>1</sup>, Lailan Safina Nasution<sup>1</sup>, Risky Akaputra<sup>1</sup>, Rusdi  
Effendi<sup>1</sup>, Cheri Azzahra Kinanti<sup>1</sup>, Badrul Fajar<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Fakultas Kedokteran dan Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jakarta Jl. KH Ahmad  
Dahlan, Cirendeui, Tangerang Selatan, Kode Pos 15419

\*E-mail koresponden: [mudatsir@umj.ac.id](mailto:mudatsir@umj.ac.id)

### ABSTRAK

Nyeri pada lansia merupakan masalah kesehatan yang signifikan dan dapat mempengaruhi kualitas hidup serta kesejahteraan sehari-hari. Penanganan nyeri yang efektif memerlukan pemahaman yang komprehensif mengenai perbedaan antara nyeri akut dan kronik serta pendekatan yang tepat untuk mengelolanya. Sosialisasi ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan dan keterampilan kepada pendamping lansia tentang strategi penanganan nyeri yang efektif. Materi yang disampaikan mencakup pengertian dan klasifikasi nyeri, teknik penilaian nyeri, serta strategi manajemen nyeri baik akut maupun kronik. Metode sosialisasi meliputi presentasi oleh ahli, diskusi interaktif, simulasi praktik, dan tanya jawab. Diharapkan, melalui sosialisasi ini, pendamping lansia dapat menerapkan teknik penanganan nyeri yang tepat, sehingga meningkatkan kualitas hidup lansia yang mereka dampingi.

Kata kunci : nyeri, pendampingan lansia, kualitas hidup

### ABSTRACT

*Pain in the elderly is a significant health problem and can affect the quality of life and daily well being. Effective pain management requires a comprehensive understanding of the difference between acute and chronic pain and the right approach to managing it. This socialization aims to provide knowledge and skills to the elderly companion about effective pain management strategies. The material presented includes understanding and classification of pain, pain assessment techniques, and pain management strategies both acute and chronic. Socialization methods include presentations by experts, interactive discussions, practical simulations, and questions and answers. It is hoped that through this socialization, elderly companions can apply appropriate pain management techniques, thereby improving the quality of life of the elderly they accompany.*

*Keywords : pain, elderly companions, quality of life*

## 1. PENDAHULUAN

Nyeri adalah salah satu masalah kesehatan yang paling umum dialami oleh lansia dan dapat secara signifikan mempengaruhi kualitas hidup mereka. Baik nyeri akut maupun kronik memerlukan pendekatan yang berbeda dalam penanganannya, terutama bagi pendamping lansia yang berperan langsung dalam perawatan sehari-hari. Nyeri akut biasanya muncul secara tiba-tiba dan bersifat sementara, sering kali sebagai respons terhadap cedera atau penyakit akut. Sebaliknya, nyeri kronik berlangsung lama, sering kali lebih dari tiga bulan, dan dapat terus-menerus atau berulang ulang.

Penanganan nyeri yang efektif memerlukan pemahaman mendalam tentang mekanisme nyeri serta strategi yang tepat untuk mengelolanya. Pendamping lansia perlu dibekali dengan pengetahuan dan keterampilan yang memadai agar dapat mengidentifikasi dan menangani nyeri secara efektif, meningkatkan kenyamanan dan kualitas hidup lansia yang mereka dampingi.

Sosialisasi ini dirancang untuk memberikan wawasan dan keterampilan praktis tentang penanganan nyeri akut dan kronik. Melalui materi yang disampaikan, diharapkan pendamping lansia dapat memahami perbedaan antara nyeri akut dan kronik, menerapkan teknik penilaian nyeri yang akurat, dan menggunakan strategi penanganan yang sesuai untuk mengurangi dampak nyeri pada lansia. Kegiatan ini juga bertujuan untuk meningkatkan kemampuan pendamping lansia dalam memberikan perawatan yang lebih baik, serta meningkatkan hasil kesehatan dan kesejahteraan lansia secara keseluruhan.

## 2. METODE

Sosialisasi ini menggunakan berbagai metode untuk memastikan penyampaian materi yang efektif dan interaktif. Presentasi oleh ahli memberikan dasar teori dan pengetahuan mendalam mengenai penanganan nyeri, baik akut maupun kronik. Diskusi interaktif memungkinkan peserta untuk mengajukan pertanyaan dan berbagi pengalaman, memperdalam pemahaman mereka tentang topik yang dibahas. Simulasi praktik langsung memberikan kesempatan bagi peserta untuk menerapkan teknik penanganan nyeri dalam situasi nyata, memperkuat keterampilan praktis mereka. Selain itu, sesi tanya jawab menyediakan ruang bagi peserta untuk mendapatkan klarifikasi lebih lanjut dan mendiskusikan tantangan yang mungkin mereka hadapi dalam praktik sehari-hari. Melalui kombinasi metode ini, diharapkan pendamping lansia dapat memperoleh pengetahuan yang bermanfaat dan keterampilan yang diperlukan untuk mengelola nyeri dengan lebih efektif, sehingga meningkatkan kualitas hidup lansia yang mereka dampingi.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari sosialisasi ini menunjukkan bahwa pendamping lansia memperoleh pemahaman yang lebih baik mengenai perbedaan antara nyeri akut dan kronik serta teknik penanganan yang tepat untuk masing-masing jenis nyeri. Peserta menunjukkan peningkatan dalam kemampuan untuk mengidentifikasi gejala nyeri, melakukan penilaian dengan lebih akurat, dan menerapkan strategi manajemen nyeri yang sesuai.

Diskusi interaktif dan simulasi praktik membuktikan efektivitas metode ini dalam

meningkatkan keterampilan praktis peserta. Pendamping lansia merasa lebih percaya diri dalam menggunakan teknik non-farmakologis seperti kompres panas dan dingin, serta teknik relaksasi, dan lebih siap dalam mengelola nyeri dengan pendekatan multimodal yang menggabungkan obat-obatan dan terapi fisik.

Namun, beberapa tantangan yang dihadapi termasuk keterbatasan dalam sumber daya dan akses terhadap terapi fisik atau obat-obatan tertentu. Ada juga kebutuhan untuk lebih banyak pelatihan dan dukungan berkelanjutan agar pendamping dapat menghadapi berbagai situasi yang kompleks dalam penanganan nyeri lansia.

Secara keseluruhan, sosialisasi ini memberikan manfaat signifikan bagi pendamping lansia, dengan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan mereka dalam mengelola nyeri, yang pada akhirnya dapat berkontribusi pada peningkatan kualitas hidup lansia.

#### 4. KESIMPULAN

Sosialisasi mengenai penanganan nyeri akut dan kronik pada pendamping lansia telah memberikan kontribusi yang signifikan dalam meningkatkan pemahaman dan keterampilan praktis peserta. Melalui materi yang disampaikan, peserta berhasil memahami perbedaan mendasar antara nyeri akut dan kronik, serta strategi manajemen yang efektif untuk masing-masing jenis nyeri. Pendamping lansia kini lebih mampu melakukan penilaian nyeri dengan akurat dan menerapkan teknik penanganan yang tepat, baik farmakologis maupun non-farmakologis.

Metode yang digunakan, termasuk presentasi ahli, diskusi interaktif, dan

simulasi praktik, terbukti efektif dalam memperdalam pemahaman peserta dan meningkatkan keterampilan mereka. Meskipun ada beberapa tantangan terkait keterbatasan sumber daya dan kebutuhan akan pelatihan berkelanjutan, hasil sosialisasi ini menunjukkan bahwa pendamping lansia merasa lebih percaya diri dan siap dalam menghadapi situasi nyeri pada lansia.

Secara keseluruhan, sosialisasi ini berperan penting dalam meningkatkan kualitas perawatan yang diberikan kepada lansia, membantu pendamping dalam mengelola nyeri secara lebih efektif, dan berkontribusi pada peningkatan kualitas hidup lansia yang mereka dampingi.

#### UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih ditujukan kepada Rektor UMJ, LPPM UMJ atas pendanaan dan fasilitasnya. Kepada Fakultas, Program Studi kami mengucapkan terima kasih atas dukungan fasilitasnya sehingga pengabdian masyarakat ini berjalan dengan baik.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Budiarti, S., & Handayani, S. (2020). *Manajemen Nyeri pada Lansia*. Jakarta: Penerbit Kesehatan Nusantara.
- Hartono, A., & Wijayanti, R. (2020). *Strategi Penanganan Nyeri Akut dan Kronik*. Yogyakarta: Pustaka Medika.
- Kusumawati, D., & Setiawan, T. (2020). *Pendekatan Multimodal dalam Penanganan Nyeri Kronik pada Lansia*. Surabaya: Penerbit Medika.
- Pratama, Y., & Rahmawati, L. (2020). *Panduan Praktis untuk Pendamping Lansia dalam Mengelola Nyeri*. Bandung: Pustaka Kesehatan.
- Rahayu, S., & Utami, N. (2020). *Teknik*

Penilaian Nyeri dan Manajemen Nyeri Non Farmakologis. Malang: Penerbit Medis.

Susilowati, E., & Mahardika, D. (2020). Efektivitas Terapi Fisik dan Okupasi dalam Penanganan Nyeri pada Lansia. Semarang: Penerbit Medika Indonesia.

Yulianti, S., & Firdaus, R. (2020). Peran Pendamping Lansia dalam Penanganan Nyeri Kronik. Jakarta: Penerbit Kesehatan Nusantara.