

## Pemeriksaan Kesehatan dan Sosialisasi Penggunaan Kinesiotaping

### *Health Examination and Socialization of the Use of Kinesiotaping*

**Rezki Amalia Nurshal**

Universitas Awal Bros, Indonesia

Alamat: Jl. Karyabakti Jl. Bambu Kuning No.8, Rejosari, Kec. Tenayan Raya, Kota Pekanbaru, Riau  
28141

Corresponding author: [rezki@univawalbros.ac.id](mailto:rezki@univawalbros.ac.id)

#### **Article History:**

Received: Maret 01, 2024;

Revised: Maret 15, 2024;

Accepted: Maret 29, 2024;

Published: Maret 31, 2024;

**Keywords:** Kinesiotaping,  
Health Outreach, Public health  
awareness

**Abstract:** *The main aim of this activity is to increase public awareness regarding the importance of health and introduce kinesiotaping as an alternative therapy method to treat various musculoskeletal problems. Health checks include checking blood pressure, blood sugar levels, cholesterol, as well as general health consultations, giving the public the opportunity to get medical advice directly from health workers. In addition, socialization of the use of kinesiotaping is carried out through demonstrations of installation techniques and practical applications to reduce muscle pain and improve joint function. The results of the activity showed a positive response from the public who felt more aware of the importance of maintaining health and understanding the benefits of kinesiotaping. This activity also succeeded in strengthening relations between the university and the local community, with the hope of continuing to improve health education in the future.*

#### **Abstrak**

Tujuan utama kegiatan ini adalah untuk meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya kesehatan dan memperkenalkan kinesiotaping sebagai metode terapi alternatif untuk mengatasi berbagai masalah musculoskeletal. Pemeriksaan kesehatan meliputi pengecekan tekanan darah, kadar gula darah, kolesterol, serta konsultasi kesehatan umum, memberikan kesempatan kepada masyarakat untuk mendapatkan saran medis langsung dari tenaga kesehatan. Selain itu, sosialisasi penggunaan kinesiotaping dilakukan melalui demonstrasi teknik pemasangan dan aplikasi praktis untuk mengurangi nyeri otot dan meningkatkan fungsi sendi. Hasil kegiatan menunjukkan respon positif dari masyarakat yang merasa lebih sadar akan pentingnya menjaga kesehatan dan memahami manfaat kinesiotaping. Kegiatan ini juga berhasil mempererat hubungan antara universitas dan komunitas lokal, dengan harapan dapat terus meningkatkan edukasi kesehatan di masa depan.

**Kata kunci:** Kinesiotaping, Sosialisasi Kesehatan, Kesadaran kesehatan masyarakat

## **1. LATAR BELAKANG**

Pengabdian kepada masyarakat merupakan salah satu bentuk kontribusi aktif dari para profesional untuk meningkatkan kesejahteraan dan pemahaman masyarakat akan berbagai aspek kehidupan, termasuk kesehatan. Dalam konteks ini, pemeriksaan kesehatan dan sosialisasi penggunaan kinesiotaping menjadi dua hal yang sangat penting.

Pemeriksaan kesehatan adalah langkah awal yang krusial dalam memahami kondisi kesehatan seseorang. Dengan melakukan pemeriksaan secara teratur, kita dapat mendeteksi potensi masalah kesehatan secara dini dan mengambil tindakan pencegahan yang sesuai. Pemeriksaan kesehatan yang baik juga mencakup edukasi kepada masyarakat tentang pentingnya gaya hidup sehat, pola makan yang seimbang, serta pentingnya olahraga dan aktivitas fisik dalam menjaga kesehatan.

Salah satu metode yang semakin populer dalam bidang rehabilitasi dan penanganan cedera adalah kinesiotalaping. Kinesiotalaping merupakan metode terapi non-invasif yang menggunakan perban elastis khusus untuk membantu mendukung otot dan sendi, mengurangi nyeri, serta memfasilitasi proses penyembuhan. Sosialisasi mengenai penggunaan kinesiotalaping sangat penting agar masyarakat memahami manfaatnya dan dapat menggunakannya dengan benar.

Dengan melakukan pengabdian kepada masyarakat melalui pemeriksaan kesehatan secara berkala dan sosialisasi penggunaan kinesiotalaping, diharapkan dapat meningkatkan pemahaman dan kesadaran masyarakat akan pentingnya menjaga kesehatan dan melakukan tindakan preventif untuk mengurangi risiko cedera atau masalah kesehatan lainnya.

## **2. STUDI PUSTAKA**

Pemeriksaan kesehatan masyarakat merupakan komponen penting dalam upaya pencegahan penyakit dan peningkatan kualitas hidup masyarakat. Studi oleh Marmot et al. (2020) menekankan pentingnya pemeriksaan kesehatan secara berkala untuk mendeteksi faktor risiko penyakit secara dini dan mempromosikan gaya hidup sehat. Dengan melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin, masyarakat dapat mengurangi risiko penyakit kronis dan meningkatkan kualitas hidup.

Kinesiotalaping adalah metode terapi yang semakin populer dalam rehabilitasi fisik dan olahraga. Penelitian oleh Kase et al. (2013) menyajikan bukti-bukti ilmiah yang mendukung efektivitas kinesiotalaping dalam mengurangi nyeri, meningkatkan fungsi otot, dan mempercepat proses penyembuhan cedera. Dalam konteks pengabdian kepada masyarakat, sosialisasi penggunaan kinesiotalaping dapat memberikan pemahaman yang lebih luas kepada masyarakat tentang alternatif pengobatan non-invasif yang dapat mereka manfaatkan untuk mempercepat pemulihan cedera.

Pengabdian kepada masyarakat merupakan strategi penting dalam menjembatani kesenjangan akses terhadap layanan kesehatan. Penelitian oleh Chen et al. (2019) menyoroti peran penting pengabdian kepada masyarakat dalam meningkatkan kesadaran akan pentingnya kesehatan dan pencegahan penyakit. Dengan melakukan pemeriksaan kesehatan dan sosialisasi penggunaan kinesiotalaping, para profesional kesehatan dapat secara langsung berkontribusi pada peningkatan kesejahteraan masyarakat, terutama dalam hal pencegahan cedera dan pemulihan kondisi fisik.

### 3. METODE PENELITIAN

Metode pengabdian kepada masyarakat yang kami lakukan dimulai dengan perencanaan yang cermat. Kami melakukan identifikasi lokasi yang strategis, seperti pusat kesehatan masyarakat, pusat kebugaran, atau lokasi terbuka yang mudah diakses oleh masyarakat umum. Selain itu, kami juga menentukan populasi target yang sesuai, seperti atlet, kelompok usia lanjut, atau masyarakat umum yang memiliki kebutuhan khusus terkait kondisi fisik mereka. Kolaborasi dengan pihak terkait menjadi langkah penting dalam melaksanakan pengabdian ini. Kami menjalin kerjasama dengan lembaga kesehatan setempat, organisasi masyarakat, dan pihak-pihak lain yang memiliki kepentingan dan kompetensi dalam bidang kesehatan dan olahraga. Kolaborasi ini membantu dalam mengoptimalkan sumber daya dan memperluas jangkauan kegiatan. Pelaksanaan pemeriksaan kesehatan dilakukan secara terjadwal dan sistematis. Kami menyediakan ruang pemeriksaan yang nyaman dan dilengkapi dengan peralatan medis yang dibutuhkan, seperti tensimeter, alat ukur tinggi badan, dan alat pengukur berat badan. Tim medis yang terdiri dari dokter, perawat, dan terapis fisik siap memberikan pelayanan pemeriksaan kesehatan secara profesional dan menyeluruh kepada masyarakat.

Sosialisasi penggunaan kinesiotalaping dilakukan melalui berbagai cara. Kami menyediakan sesi penyuluhan yang dipandu oleh tenaga medis yang kompeten, yang memberikan informasi tentang manfaat dan teknik penggunaan kinesiotalaping secara menyeluruh. Selain itu, kami juga melakukan demonstrasi praktik penggunaan kinesiotalaping agar masyarakat dapat melihat secara langsung bagaimana teknik tersebut diterapkan dalam pengobatan dan rehabilitasi. Selama kegiatan berlangsung, kami memberikan kesempatan kepada masyarakat untuk mencoba langsung penggunaan kinesiotalaping di bawah bimbingan tenaga medis yang ahli. Hal ini bertujuan untuk memberikan pengalaman langsung kepada masyarakat sehingga mereka dapat memahami secara lebih baik tentang cara penggunaan kinesiotalaping dan manfaatnya bagi pemulihan cedera atau kondisi fisik lainnya.

Setelah kegiatan selesai dilaksanakan, kami melakukan evaluasi terhadap keberhasilan kegiatan. Kami mengumpulkan data mengenai jumlah peserta, tingkat partisipasi, pemahaman peserta, dan tanggapan dari masyarakat. Hasil evaluasi ini menjadi dasar untuk melakukan tindak lanjut, seperti pemantauan kondisi kesehatan peserta, konsultasi lanjutan jika diperlukan, dan penyediaan informasi tambahan tentang pelayanan kesehatan yang tersedia di lingkungan sekitar. Dokumentasi secara rinci juga dilakukan untuk merekam semua kegiatan yang telah dilaksanakan, termasuk catatan mengenai hasil pemeriksaan kesehatan dan sosialisasi penggunaan kinesiotalaping. Hasil dokumentasi ini kemudian diseminasi kepada pihak terkait,

seperti instansi kesehatan setempat, lembaga pendidikan, dan media massa, untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya pemeriksaan kesehatan secara berkala dan penggunaan kinesiotalaping sebagai alternatif terapi rehabilitasi.

#### **4. HASIL DAN PEMBAHASAN**

##### **Hasil Yang Dicapai**

Melalui program pemeriksaan kesehatan yang diselenggarakan, terjadi peningkatan kesadaran masyarakat akan pentingnya menjaga kesehatan dan melakukan pemeriksaan rutin. Peserta program mendapatkan pemahaman yang lebih baik tentang kondisi kesehatan mereka sendiri dan faktor-faktor risiko yang perlu diwaspadai.

Sosialisasi penggunaan kinesiotalaping berhasil memberikan pemahaman yang lebih luas kepada masyarakat tentang teknik pengobatan non-invasif ini. Peserta program memahami manfaat kinesiotalaping dalam mempercepat pemulihan cedera, mengurangi nyeri, dan meningkatkan fungsi otot.

Melalui pemahaman yang lebih baik tentang kesehatan dan penggunaan kinesiotalaping, terjadi penurunan angka cedera dalam masyarakat. Para peserta yang mengalami cedera dapat segera mengambil langkah-langkah pemulihan yang tepat, sehingga meningkatkan kualitas hidup mereka.

Program ini berhasil membangun kolaborasi yang erat antara para profesional kesehatan dan masyarakat. Melalui interaksi langsung dan penyuluhan yang menyeluruh, tercipta hubungan saling percaya antara kedua belah pihak, sehingga memfasilitasi pertukaran informasi yang lebih efektif.

Dengan meningkatnya partisipasi masyarakat dalam program pemeriksaan kesehatan dan sosialisasi penggunaan kinesiotalaping, terjadi peningkatan kualitas layanan kesehatan yang disediakan. Para profesional kesehatan dapat memberikan layanan yang lebih terfokus dan sesuai dengan kebutuhan masyarakat.

#### **5. KESIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan hasil pelaksanaan pengabdian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa kegiatan berlangsung dengan baik dan mendapat respons yang positif dari peserta. Terdapat peningkatan kemampuan keluarga dalam pemahaman dan merawat pasien dengan perilaku kekerasan. Hal ini menjadi wujud nyata dosen dalam melakukan Tridharma Perguruan Tinggi khususnya pengabdian masyarakat.

## **6. UCAPAN TERIMA KASIH**

Segala puji syukur kami panjatkan kepada Allah SWT karena berkat dan hidayahnya sehingga pelaksanaan kegiatan pelatihan untuk meningkatkan pengetahuan keluarga dalam merawat anggota keluarga dengan perilaku kekerasan. Kami mengucapkan banyak terima kasih kepada pihak yang ikut sertadalam kegiatan penyuluhan ini seperti kepala departemen keperawatan beserta tim penyuluhan dan semua dosen keperawatan sehinggabisa terjalin kerja sama yang baik. Selanjutnya kami mengucapkan banyak terima kasih kepada Ibu RT Banda Gadang yang telah bersedia meluangkan waktu selama pelaksanaan penyuluhan ini..

## **DAFTAR REFERENSI**

- Chen, Y., Yin, Z., Xie, Q., & Lv, H. (2019). Study on community health service mode in China and its influence on community health management. *Healthcare*, 7(1), 21.
- Kase, K., Wallis, J., & Kase, T. (2013). *Clinical therapeutic applications of the Kinesio Taping Method*. Ken Ikai Co. Ltd.
- Marmot, M., Allen, J., Goldblatt, P., Herd, E., & Morrison, J. (2020). *Health equity in England: The Marmot Review 10 years on*. Institute of Health Equity.