

LAPORAN AKHIR KEGIATAN

WEBINAR FISIOTERAPI

PENDEKATAN FISIOTERAPI DALAM AKTIVITAS *WORK FROM HOME*

PADA GURU AGAMA SE-JAKARTA UTARA



Ketua : Syahmirza Indra Lesmana
Anggota : Muthiah Munawwarah
Trisia Lusiana Amir
Augstulud Fazrisven
Sita Nur Annisa Merindayanti
Paulina
Muhammad Ramadhansyah
Ananta Mia Saraswaty
Maria Angelina Matutina
Shina Tanika
Anita Nur Musyarifah

PROFESI FISIOTERAPI

FAKULTAS FISIOTERAPI

UNIVERSITAS ESA UNGGUL

JAKARTA

2020

A. LATAR BELAKANG

Universitas Esa Unggul (UEU) adalah perguruan tinggi swasta di Kota Jakarta, Indonesia, yang berdiri pada tahun 1986 di bawah naungan Yayasan Pendidikan Kemala Mencerdaskan Bangsa. Universitas Esa Unggul sebagai salah satu universitas di Indonesia yang melaksanakan Tri Dharma Perguruan Tinggi (pendidikan, penelitian dan pengabdian) secara profesional, sistematis dan tanggung jawab untuk melayani masyarakat. Program profesi Fakultas Fisioterapi Universitas Esa Unggul memiliki kegiatan berupa webinar kesehatan. Webinar kesehatan yang diselenggarakan dalam bidang fisioterapi pada ini bertema “Pendekatan Fisioterapi dalam Aktivitas *Work From Home* pada Guru Agama se-Jakarta Utara” melalui Zoom Meeting.

Fisioterapi merupakan salah satu pekerjaan yang memberikan pelayanan di dalam bidang kesehatan. Menurut KEPMENKES 1963, Fisioterapi adalah bentuk pelayanan kesehatan yang ditujukan kepada individu dan atau kelompok untuk mengembangkan, memelihara, dan memulihkan gerak dan fungsi tubuh sepanjang daur kehidupan dengan menggunakan penanganan secara manual, peningkatan gerak peralatan (fisik , elektroterapeutik dan mekanisme) pelatihan fungsi komunikasi.

Fisioterapi memiliki banyak variasi dalam melakukan pelayanan kesehatan, meliputi promotif, preventif, kuratif dan rehabilitatif. Pada pelayanan kuratif dan rehabilitatif, fisioterapi akan menngani pasien di bagian klinik maupun rumah sakit. Saat melakukan pelayanan promotif dan preventif yang berhubungan dengan penanganan fisioterapi, fisioterapi tidak hanya bisa melakukannya di klinik maupun rumah sakit saja tetapi bisa dilakukan di dalam masyarakat secara langsung.

Pelayanan promotif dan preventif sendiri memiliki tujuan untuk mengenalkan kondisi kesehatan yang berhubungan dengan bidang fisioterapi atau kebiasaan yang memicu potensi terjadi permasalahan kesehatan di masyarakat yang berhubungan dengan gerak dan fungsi tubuh manusia. Oleh karena itu kami menyusun program penyuluhan secara online via Zoom Meeting yang akan di laksanakan dalam beberapa bulan kedepan untuk melakukan kegiatan promotif dan preventif dalam rangka memenuhi mata kuliah profesi fisioterapi komunitas. Kami memilih sasaran sebagai objek promotif dan preventif,

yaitu Guru Agama di Jakarta Utara. Tempat tersebut menjadi sasaran kami untuk dilakukan semacam penyuluhan maupun edukasi.

B. TEMA KEGIATAN

Tema yang diangkat pada kegiatan ini adalah Pendekatan Fisioterapi dalam Aktivitas *Work From Home* pada Guru Agama se-Jakarta Utara

C. TUJUAN KEGIATAN

1. Tujuan Umum

Setelah mengikuti kegiatan mahasiswa profesi fisioterapi komunitas mahasiswa mampu memberikan intervensi fisioterapi dengan melibatkan peran serta masyarakat dalam pelayanan kesehatan terbebas dari gangguan fungsi gerak tubuh selama daur kehidupan disetiap kegiatan dan dapat mengevaluasi pelayanan fisioterapi komunitas dengan kerjasama dan manajemen fisioterapi komunitas manajemen fisioterapi kepada individu dan masyarakat.

2. Tujuan Khusus

- a. Melaksanakan fisioterapi komunitas pada masyarakat yang mempunyai gangguan gerak dan fungsi tubuh.
- b. Melaksanakan fisioterapi komunitas dengan melibatkan peran serta masyarakat melalui proses :
 - 1) Mengidentifikasi masalah – masalah fisioterapi komunitas dengan benar dan tepat (assessment).
 - 2) Merumuskan masalah – masalah fisioterapi komunitas dengan benar dan tepat (diagnosa).
 - 3) Membuat strategi pelayanan yang berkaitan dengan fisioterapi komunitas secara berkesinambungan benar dan tepat (perencanaan).

D. MANFAAT

Hasil yang diinginkan dengan adanya fisioterapi komunitas adalah :

1. Komunitas Profesi Fisioterapi dapat melaksanakan promosi kesehatan kepada masyarakat
2. Dapat melakukan upaya preventif terhadap penyakit yang akan timbul
3. Fisioterapi dapat dikenal dimasyarakat

E. PELAKSANAAN KEGIATAN

Fisioterapi Komunitas pada Guru Agama Jakarta Utara

1. Waktu dan Tempat Pelaksanaan

Hari / Tanggal : Rabu, 9 Desember 2020
Pukul : 09.00 -11.30 WIB
Tempat : Via Zoom Meeting

2. Strategi Pelaksanaan

Kegiatan ini merupakan kegiatan pertama dari profesi fisioterapi komunitas kelompok 11 dan 12. Dalam kegiatan ini diberikannya penyuluhan tentang pendekatan fisioterapi dalam aktivitas *work from home* pada guru agama di Jakarta Utara. Penyuluhan ini menggunakan media online berupa via Zoom Meeting dan dijelaskan oleh pemateri dari kelompok 11 dan 12.

3. Komponen yang Terlibat (Dosen, Narasumber , Panitia , Peserta)

a. Dosen

Dalam pelaksanaan kegiatan ini Dosen memiliki peran sebagai Penasehat, Pembimbing dan mengontrol seluruh kegiatan Acara

b. Narasumber

Dalam pelaksanaan kegiatan ini narasumber berasal dari mahasiswa profesi fisioterapi EsaUnggul kelompok 11 dan 12

c. Panitia

Tim mahasiswa profesi fisioterapi Kelompok 11 dan 12

d. Peserta

Dalam pelaksanaan kegiatan ini sasarannya adalah guru agama di Jakarta Utara dengan total peserta sebanyak 127 orang.

F. SUSUNAN PANITIA

(Lampiran I)

G. SUSUNAN ACARA

(Lampiran II)

H. PENUTUP

Demikianlah laporan penanggung jawab webinar pada komunitas Guru Agama di Jakarta Utara ini kami buat dengan sebenar-benarnya. Harapan kami, semoga kegiatan webinar ini dapat terlaksana dengan baik. Atas perhatian dan partisipasi bapak/ibu kami ucapkan terimakasih.

SUSUNAN PANITIA

Penasehat

- Dekan Fisioterapi : Wahyuddin, Sst.FT, M.Sc, Ph.D
- Wakil Dekan Fisioterapi : Trisia Lusiana Amir, S.Pd, M.Biomed
- Ka. Prodi profesi Fisioterapi : Kesit Ivanali, Ftr, M.Biomed
- Penanggung Jawab : Syahmirza Indra Lesmana, SKM, S.Ft, M.OR
- Dosen : Muthiah Munawwarah Sst.Ft, Ftr, M.Fis
- Clinical Educator : Faisal Isra Maulana, S.Ft

Ketua Pelaksana	: Augstulud Fazrisven	20190607057
Sekretaris 1	: Sita Nur Annisa Merindayanti	20190607041
Sekretaris 2	: Paulina Margaretha	20190607036
Sie.Acara		
Moderator	: Muhammad Ramadhansyah	20190607053
Pembawa Materi	: Ananta Mia Saraswaty	20190607042
	: Maria Angelina Matutina	20190607034
Notulen	: Shina Tanika	20190607004
Humas	: Anita Nur Musyarifah	20190607003

SUSUNAN ACARA

WAKTU	KEGIATAN	PENANGGUNG JAWAB
09.00 – 09.15	Persiapan materi	Kel. 11 dan 12
09.15 – 09.30	Pembukaan via Zoom Meeting dan perkenalan semua mahasiswa	
09.30 - 10.30	Pemberian materi penyuluhan	
10.30 - 11.00	Tanya Jawab	
11.00 – 11.30	Penutupan	

Total Peserta : 127 orang

Sesi Tanya Jawab

1. Pak Deden Klaenuri, Adakah klasifikasi latihan yang bisa dilakukan berdasarkan usia?
2. Ibu Eko Sari, Untuk terapikebugaran yang sudah dicontohkan tadi, adakah majan dan minuman yang bisa dikonsumsi supaya kebugaran kita tetap optimal?
3. Ibu Riri, Kalau telapak kaki buat jalan itu sakit dan agak bengkok itu karena apa?
4. Ibu Istabroqiah, Meminum multivitamin sebaiknya di minum setiap hari atau bagaimana?
5. Ibu Handayani, Jika badan sering bentol-bentol dan merah apakah ada obatnya?
6. Ibu Nur Aidah, Jika dalam keseharian posisi duduknya lesehan atau tidak menggunakan kursi bagaimana posisi duduk yang baik dan adakah gangguan yang akan timbul jika posisi duduknya salah?
7. Ibu Mukhayyaroh, Ketika merasa pegal pada tubuh misalnya bagian leher sampaiakhirnya digerakkan hingga menimbulkan bunyi 'klek' apakah itu berbahaya atau tidak?

8. Ibu Imas Robiah, Selain kita melakukan 3M (memakai masker, mencuci tangan dan menjaga jarak) serta makan-makanan yang bergizi, apakah meminum bir pletok yang mengandung rempah-rempah bisa mencegah covid 19?
9. Ibu Aliffia mulya, Bagaimana jika terjadi kesemutan dari betis sampai jari jempol kaki dan juga pada leher lalu ke siku tangan hingga semua jari tangan, bagaimana cara mengatasinya?

Kesimpulan

Work from home syndrom yang terjadi selama pandemi covid 19 banyak sekali menimbulkan gangguan gerak dan fungsi, yang bisa menurunkan tingkat aktivitas fisik. Sehingga berpengaruh terhadap kebugaran, untuk tetap menjaga dan mengoptimalkan kebugaran maka bisa dilakukan latihan fisik, posisi yang ergonomis saat bekerja, merubah pola hidup sehat, dan mengontrol stres akibat kerja. Hal-hal tersebut bisa dilakukan sebagai tindakan preventif dalam mengatasi terjadinya work from home syndrom.

Materi Pelaksanaan

Fisioterapi dalam Syndrome WFH (Work From Home) terbaru (Read-Only) - Microsoft PowerPoint

FILE HOME INSERT DESIGN TRANSITIONS ANIMATIONS SLIDE SHOW REVIEW VIEW

Clipboard Slides Font Paragraph Drawing Editing

1 2 3 4 5 6

Universitas Esa Unggul

Universitas Esa Unggul

FISIOTERAPI DALAM SYNDROME WFH (WORK FROM HOME)

Webinar Profesi Fisioterapi Universitas Esa Unggul
Jakarta, 9 Desember 2020

SLIDE 1 OF 30

Type here to search

3:43 PM 2/17/2021

Fisioterapi dalam Syndrome WFH (Work From Home) terbaru (Read-Only) - Microsoft PowerPoint

FILE HOME INSERT DESIGN TRANSITIONS ANIMATIONS SLIDE SHOW REVIEW VIEW

Clipboard Slides Font Paragraph Drawing Editing

1 2 3 4 5 6 7 8

Universitas Esa Unggul

Universitas Esa Unggul

SLIDE 3 OF 30

Type here to search

3:45 PM 2/17/2021

Fisioterapi dalam Syndrome WFH (Work From Home) terbaru [Read-Only] - Microsoft PowerPoint

FILE HOME INSERT DESIGN TRANSITIONS ANIMATIONS SLIDE SHOW REVIEW VIEW

Clipboard Slides Font Paragraph Drawing Editing

Slide 13: Fisioterapi itu apa...????

Slide 14: Fisioterapi merupakan bentuk pelayanan kesehatan...
 Slide 15: Bagaimana Peran Fisioterapi pada syndrome WFH...???

Slide 16: 1. Latihan Aerobic

Slide 17: [Image of people exercising]

Slide 18: 2. Peregangan

Slide 19: [Image of stretching exercises]

Slide 20: BEST STRETCHES TO WARD OFF WFH ACHES AND PAINS

Slide 21: OFFICE STRETCHES FOR YOUR WORK SPACE

Slide 22: 3. Edukasi Postur yang Benar
 INGAT INGAT...!!! Segera LAKUKAN

Slide 23: 7 tips ergonomis selama work from home

Slide 24: [Image of ergonomic tips]

Slide 25: [Image of ergonomic tips]

Slide 26: [Image of ergonomic tips]

Slide 27: [Image of ergonomic tips]

Slide 28: [Image of ergonomic tips]

Slide 29: [Image of ergonomic tips]

Slide 30: [Image of ergonomic tips]

Windows taskbar: Type here to search, 3:46 PM 2/17/2021

Fisioterapi dalam Syndrome WFH (Work From Home) terbaru [Read-Only] - Microsoft PowerPoint

FILE HOME INSERT DESIGN TRANSITIONS ANIMATIONS SLIDE SHOW REVIEW VIEW

Clipboard Slides Font Paragraph Drawing Editing

Slide 21: OFFICE STRETCHES FOR YOUR WORK SPACE

Slide 22: 3. Edukasi Postur yang Benar
 INGAT INGAT...!!! Segera LAKUKAN

Slide 23: 7 tips ergonomis selama work from home

Slide 24: [Image of ergonomic tips]

Slide 25: [Image of ergonomic tips]

Slide 26: [Image of ergonomic tips]

Slide 27: [Image of ergonomic tips]

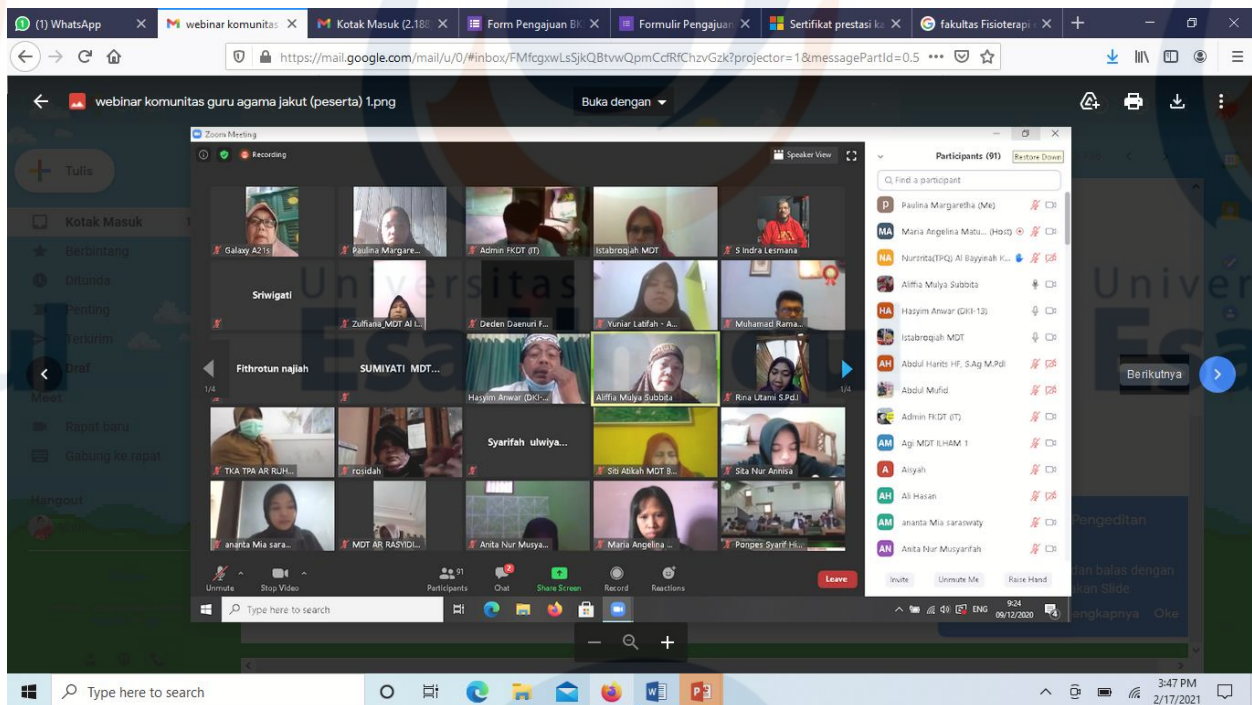
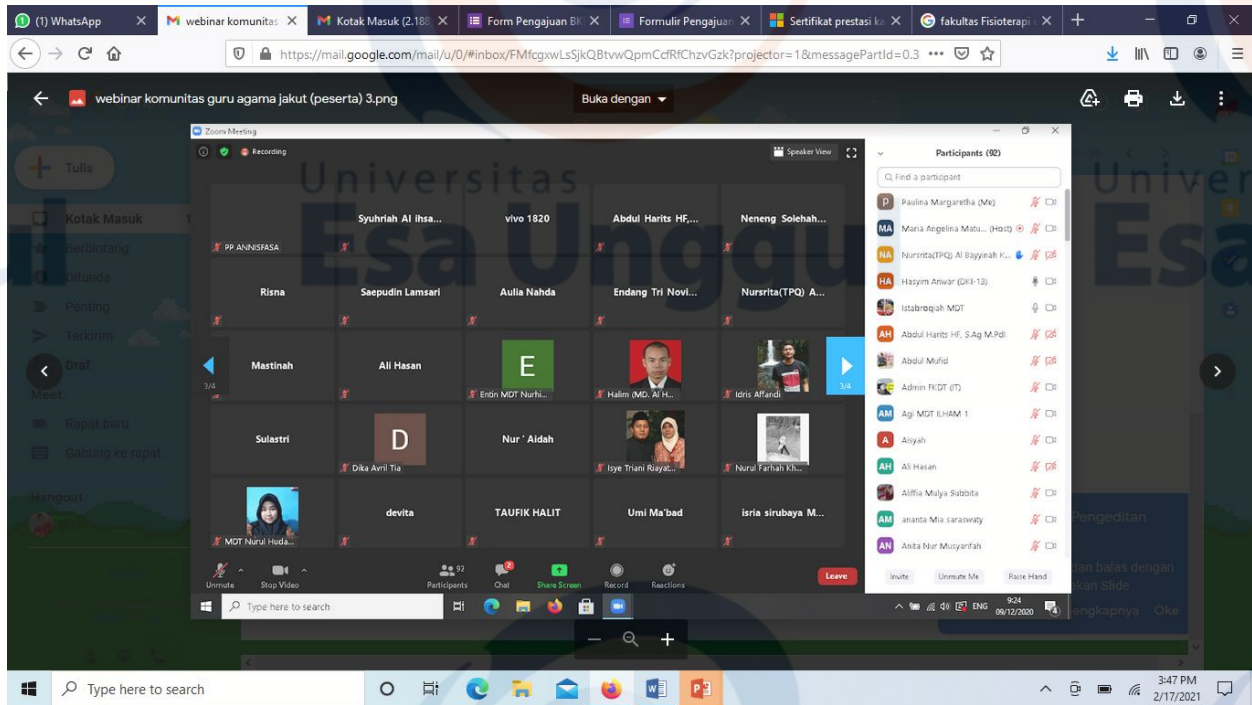
Slide 28: [Image of ergonomic tips]

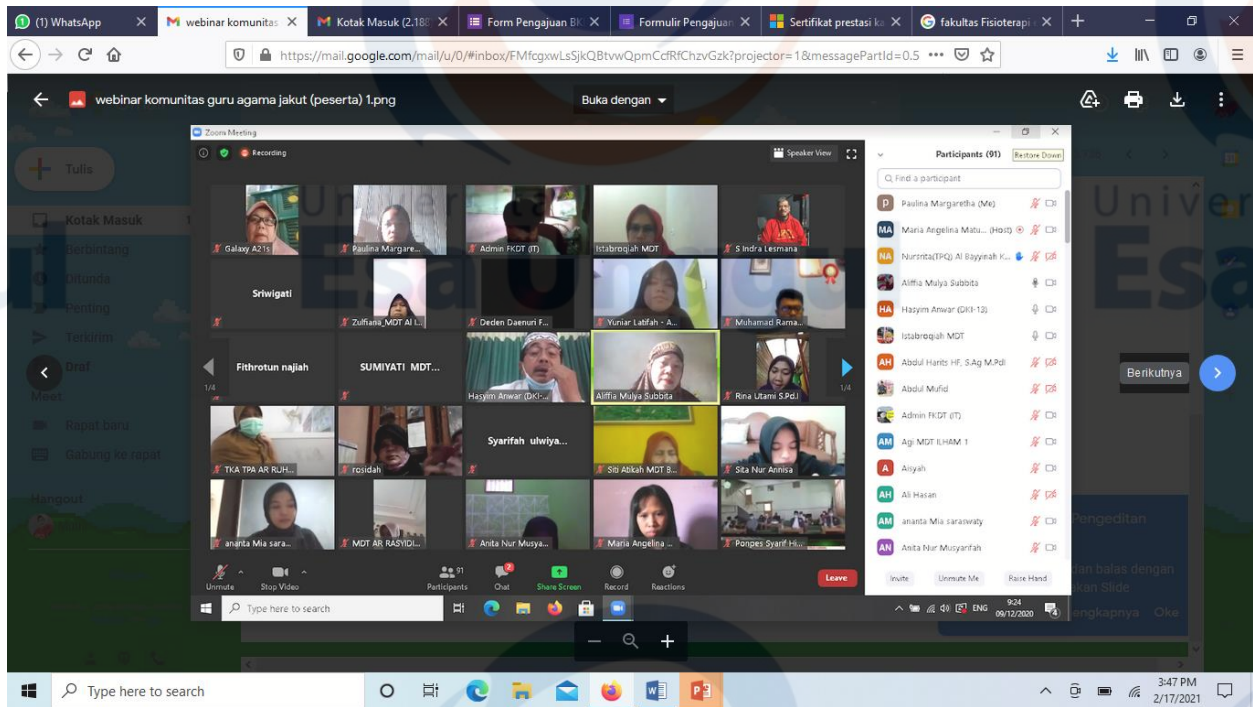
Slide 29: [Image of ergonomic tips]

Slide 30: Terima Kasih

Windows taskbar: Type here to search, 3:46 PM 2/17/2021

Laporan Dokumentasi





Bukti Sertifikat

Universitas Esa Unggul
Fakultas Fisioterapi

Sertifikat

Diberikan kepada:
Syahmirza Indra Lesmana S.Ft, Ftr, M.Or
Sebagai Dosen Pembimbing

WEBINAR ONLINE
Pengabdian Masyarakat Profesi Fisioterapi
PENDEKATAN FISIOTERAPI DALAM AKTIVITAS WORK FROM HOME PADA GURU AGAMA SE-JAKARTA UTARA
Diberikan: 09 Desember 2020

Syahmirza

Dekan Fakultas Fisioterapi

Windows taskbar: Type here to search, 3:51 PM 2/17/2021

Universitas Esa Unggul
Fakultas Fisioterapi

Sertifikat

Diberikan kepada:
Muthiah Munawwarah Sst.Ft, Ftr, M.Fis
Sebagai Dosen Pembimbing

WEBINAR ONLINE
Pengabdian Masyarakat Profesi Fisioterapi
PENDEKATAN FISIOTERAPI DALAM AKTIVITAS WORK FROM HOME PADA GURU AGAMA SE-JAKARTA UTARA
Diberikan: 09 Desember 2020

Syahmirza

Dekan Fakultas Fisioterapi

Windows taskbar: Type here to search, 3:51 PM 2/17/2021

Trisia Lusiana Amir S.pdf x Muthiah Munawwarah Sertifikat: x +

File | C:/Users/User/Documents/Backup%20Laptop%20Lama/BKD%20Muthi%20File/BKD%202021%20Februari/Trisia%20Lusiana%20Amir%20S.p... | Page view | Read aloud | Draw | Highlight | Erase

1 of 1

Universitas **Esa Unggul**
Fakultas Fisioterapi

Sertifikat
Diberikan kepada:
Trisia Lusiana Amir S.Pd, M.Biomed
Sebagai Dosen Pembimbing

WEBINAR ONLINE
Pengabdian Masyarakat Profesi Fisioterapi
PENDEKATAN FISIOTERAPI DALAM AKTIVITAS WORK FROM HOME PADA GURU AGAMA SE-JAKARTA UTARA
Diberikan: 09 Desember 2020


Dekan Fakultas Fisioterapi

Type here to search | 3:52 PM 2/17/2021