

Penerapan Massage Virgin Coconut Oil sebagai Upaya Pencegahan Luka Tekan pada Pasien Tirah Baring Lama di RSUD Dr. Moch Ansari Saleh

Implementation of Virgin Coconut Oil Massage to Prevent Pressure Injuries in Long-Term Bedridden Patients at Dr. Moch Ansari Saleh Hospital

Ni Ketut Widiyanti^{1*}, Mita Aulia¹, Priadi¹, Rapi'I¹, Siti Raihani¹, Ahmad Syahlani¹, Rumiati¹

¹Program Studi Profesi Ners, Fakultas Kesehatan, Universitas Sari Mulia, Banjarmasin

*Korespondensi: niketutwidiyanti03@gmail.com

Info Artikel

Diterima:

31 Januari 2026

Disetujui:

31 Januari 2026

ABSTRAK

Pasien tirah baring lama merupakan kelompok yang berisiko tinggi mengalami luka tekan akibat tekanan berkepanjangan pada area tubuh tertentu yang menyebabkan gangguan perfusi jaringan dan kerusakan kulit. Kondisi ini sering diperberat oleh kurangnya pengetahuan dan keterampilan pasien serta keluarga dalam melakukan upaya pencegahan luka tekan secara mandiri. Salah satu intervensi non farmakologis yang dapat diterapkan adalah teknik massage menggunakan Virgin Coconut Oil (VCO) yang bermanfaat untuk meningkatkan sirkulasi darah dan menjaga integritas kulit. Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan kesadaran pasien tirah baring lama serta keluarga dalam pencegahan luka tekan melalui penerapan massage menggunakan VCO di Ruang Alexandri Lt. III RSUD Dr. Moch. Ansari Saleh Banjarmasin. Metode pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui beberapa tahapan, meliputi survei awal, penyuluhan kesehatan, demonstrasi teknik massage menggunakan VCO, praktik langsung oleh keluarga pasien, serta monitoring dan evaluasi. Media edukasi yang digunakan berupa leaflet, poster, dan alat bantu visual. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman peserta mengenai pengertian, faktor risiko, dan pencegahan luka tekan, serta meningkatnya keterampilan keluarga dalam mempraktikkan teknik massage menggunakan VCO secara benar dan aman. Peserta juga menunjukkan antusiasme dan keterlibatan aktif selama kegiatan berlangsung. Secara keseluruhan, kegiatan PKM ini berjalan dengan baik dan memberikan dampak positif dalam upaya pencegahan luka tekan pada pasien tirah baring lama melalui keterlibatan aktif keluarga sebagai pendamping perawat.

Kata kunci: tekan, massage, Virgin Coconut Oil, tirah baring lama, pengabdian masyarakat

ABSTRACT

Long-term bedridden patients are a vulnerable group with a high risk of developing pressure injuries due to prolonged pressure on certain body areas, which may lead to impaired tissue perfusion and skin damage. This condition is often exacerbated by limited knowledge and skills of patients and their families regarding proper pressure injury prevention. One non-pharmacological intervention that can be applied is massage therapy using Virgin Coconut Oil (VCO), which helps improve blood circulation and maintain skin integrity. This Community Service Program aimed to enhance the knowledge, skills, and awareness of long-term bedridden patients and their families in preventing pressure injuries through the application of VCO massage in Alexandri Ward, Third Floor, Dr. Moch Ansari Saleh Hospital, Banjarmasin. The program was implemented through several stages, including an initial survey, health education sessions, demonstrations of proper massage techniques using VCO, direct practice by family members, and monitoring and evaluation. Educational media such as leaflets, posters, and visual aids were utilized to support participants' understanding. The results showed an improvement in participants' knowledge regarding the definition, risk factors, and prevention of pressure injuries, as well as increased family skills in performing VCO massage correctly and safely. Participants demonstrated active engagement and enthusiasm throughout the activities. Overall, this community service program was successfully implemented and had



This is an open access article under the [CC BY-NC](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/) 4.0 license.

a positive impact on pressure injury prevention among long-term bedridden patients through active family involvement in daily care.

Keywords: *pressure injury, massage, virgin coconut oil, long-term bedridden patients, community service*

1. Pendahuluan

Tirah baring atau imobilitas merupakan kondisi ketika seseorang tidak dapat bergerak secara aktif atau bebas akibat gangguan yang memengaruhi aktivitas tubuh, seperti gangguan sendi dan tulang, penyakit sistem saraf, jantung, dan pernapasan, serta kondisi penyakit kritis yang memerlukan pembatasan aktivitas. Salah satu dampak negatif dari tirah baring adalah kerusakan integritas kulit yang dapat berkembang menjadi ulkus dekubitus atau luka tekan (*pressure ulcer*). Pasien tirah baring lama merupakan kelompok rentan yang berisiko tinggi mengalami luka tekan akibat tekanan berkepanjangan pada area tubuh dengan tonjolan tulang yang menyebabkan gangguan perfusi jaringan hingga berujung pada kerusakan kulit. Risiko ini semakin meningkat pada pasien usia lanjut, pasien dengan kelemahan fisik, serta pasien dengan ketergantungan total dalam aktivitas sehari-hari (Badrujamaludin, Melanie, & Nurdianti, 2021).

Secara global, prevalensi luka tekan dilaporkan bervariasi antara 7% hingga 53,2% di negara Eropa dan Amerika Serikat. Terjadinya luka tekan dipengaruhi oleh berbagai faktor intrinsik, seperti penyakit kronis, status nutrisi, usia, berat badan, stabilitas hemodinamik, perfusi jaringan, oksigenasi, dan suhu kulit, serta faktor ekstrinsik berupa imobilitas akibat intervensi medis, khususnya pada pasien di unit perawatan intensif, dan gangguan fungsi kognitif. Luka tekan dapat menimbulkan komplikasi serius berupa infeksi lokal hingga kondisi sistemik seperti sepsis dan amiloidosis, bahkan meningkatkan risiko kematian hingga 2–6 kali lipat dengan sekitar 60.000 kematian setiap tahunnya (Simamora, Kristanti, & Wibawa, 2023). Tingginya angka kejadian dan dampak yang ditimbulkan menunjukkan pentingnya upaya pencegahan luka tekan secara optimal pada pasien tirah baring.

Penatalaksanaan yang dapat dilakukan untuk mencegah atau mengatasi luka tekan

meliputi pemeliharaan kelembapan kulit, pemberian nutrisi yang adekuat, serta pengurangan tekanan pada area kulit melalui perubahan posisi atau alih baring. Selain itu, tindakan keperawatan lain yang efektif untuk pasien tirah baring lama adalah penerapan pijat effleurage menggunakan Virgin Coconut Oil (VCO), yang berfungsi menjaga integritas kulit dan meningkatkan sirkulasi lokal (Purnawaty, Astari, & Lestari, 2024).

Hasil observasi di Ruang Alexandri Lt. III RSUD Dr. Moch. Ansari Saleh Banjarmasin menunjukkan bahwa upaya pencegahan luka tekan belum dilakukan secara optimal, terutama akibat keterbatasan pengetahuan dan keterampilan pasien serta keluarga mengenai perawatan kulit, perubahan posisi, dan teknik pencegahan luka tekan yang dapat dilakukan secara mandiri. Salah satu intervensi nonfarmakologis yang mudah diterapkan adalah teknik massage menggunakan Virgin Coconut Oil (VCO), yang terbukti dapat meningkatkan sirkulasi darah, menjaga kelembapan, mempertahankan elastisitas, serta integritas kulit karena kandungan asam laurat, vitamin E, dan antioksidan di dalamnya (Prabowo & Sari, 2025).

Berdasarkan kondisi tersebut, kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan pasien tirah baring lama serta keluarga dalam pencegahan luka tekan melalui penerapan teknik massage menggunakan Virgin Coconut Oil (VCO), sehingga pasien dan keluarga mampu melakukan upaya pencegahan luka tekan secara mandiri dan berkelanjutan sebagai bagian dari perawatan sehari-hari.

2. Metode Kegiatan

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini menggunakan desain edukasi dan pelatihan kesehatan dengan pendekatan partisipatif yang bertujuan meningkatkan pengetahuan dan

keterampilan pasien tirah baring lama serta keluarga dalam pencegahan luka tekan melalui teknik massage menggunakan Virgin Coconut Oil (VCO). Prosedur kegiatan dilaksanakan melalui tiga tahapan utama, yaitu:

- a. **Survei Lapangan:** Survei lapangan dilakukan untuk mengidentifikasi kondisi pasien tirah baring lama serta tingkat pemahaman keluarga mengenai pencegahan luka tekan. Hasil survei menunjukkan sebagian besar pasien belum melakukan upaya pencegahan secara optimal, khususnya terkait perubahan posisi, perawatan kulit, dan teknik massage. Temuan ini menjadi dasar perencanaan materi edukasi dan intervensi praktik.
- b. **Tahap Persiapan:** Tahap persiapan mencakup penyusunan materi edukasi, perencanaan kegiatan, serta penyiapan media berupa leaflet, poster, dan alat bantu visual untuk mempermudah pemahaman peserta. Tim juga melakukan koordinasi dengan pihak Ruang Alexandri Lt. III RSUD Dr. Moch. Ansari Saleh Banjarmasin untuk kelancaran pelaksanaan kegiatan.
- c. **Tahap Pelaksanaan:** Pelaksanaan kegiatan dilaksanakan pada Rabu, 03 Desember 2025, di Ruang Alexandri Lt. III RSUD Dr. Moch. Ansari Saleh Banjarmasin. Kegiatan melibatkan pasien tirah baring lama dan keluarga sebagai pendamping utama. Kegiatan diawali dengan penyuluhan interaktif mengenai luka tekan, yang mencakup pengertian, faktor risiko, area tubuh yang rentan, serta dampak yang dapat ditimbulkan. Selanjutnya, dilakukan demonstrasi teknik massage menggunakan VCO dan praktik langsung oleh keluarga pasien dengan pendampingan tim, serta sesi diskusi dan tanya jawab.
- d. **Tahap Monitoring dan Evaluasi:** Monitoring dan evaluasi dilakukan selama dan setelah kegiatan untuk menilai efektivitas program. Evaluasi dilakukan melalui pengamatan praktik, partisipasi peserta, serta umpan balik tentang pemahaman langkah-langkah pencegahan luka tekan menggunakan VCO. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan, pemahaman, dan

keterampilan keluarga dalam menerapkan teknik massage, dan secara umum kegiatan berjalan dengan baik serta mendapat respon positif dari peserta maupun pihak ruangan.

3. Hasil Dan Pembahasan

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) dengan judul “Penerapan Massage Virgin Coconut Oil sebagai Upaya Pencegahan Luka Tekan pada Pasien Tirah Baring Lama di RSUD Dr. Moch. Ansari Saleh” dilaksanakan pada Rabu, 03 Desember 2025, melibatkan pasien tirah baring lama dan keluarga sebagai pendamping utama. Kegiatan diawali dengan edukasi kesehatan mengenai luka tekan, meliputi pengertian, faktor risiko, area tubuh yang rentan, dan dampak yang dapat timbul apabila pencegahan tidak dilakukan secara optimal.

Edukasi disampaikan menggunakan bahasa sederhana dan media edukasi berupa leaflet, poster, serta alat bantu visual, sehingga peserta terlihat antusias dan aktif dalam mengikuti penyuluhan serta diskusi. Selanjutnya, tim pengabdian mendemonstrasikan teknik massage menggunakan Virgin Coconut Oil (VCO) pada area berisiko seperti punggung, sakrum, tumit, dan siku, dengan memperhatikan kenyamanan pasien serta menjelaskan tujuan setiap langkah massage, mengingat VCO bermanfaat menjaga kelembapan kulit dan meningkatkan sirkulasi darah lokal.

Massage yang diterapkan dalam kegiatan ini menggunakan Virgin Coconut Oil (VCO), yang memiliki manfaat penting bagi kesehatan kulit. VCO bersifat sebagai pelembap alami sehingga mudah diserap, serta kaya akan vitamin E yang membantu menjaga kelembutan dan kelembapan kulit sekaligus menurunkan risiko kerusakan kulit. Selain itu, menurut Price dalam (Santiko & Faidah, 2020) kandungan medium chain fatty acids pada VCO memiliki sifat antimikroba yang mampu melindungi kulit dari infeksi, sehingga minyak ini efektif digunakan dalam perawatan kulit pasien tirah baring.

Keluarga pasien kemudian mempraktikkan teknik massage secara langsung di bawah bimbingan tim untuk meningkatkan keterampilan, pemahaman, dan kepercayaan diri dalam

melakukan pencegahan luka tekan secara mandiri. Monitoring dan evaluasi dilakukan melalui pengamatan praktik, tanya jawab, dan pengumpulan umpan balik peserta, yang menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan keterampilan keluarga dalam menerapkan massage menggunakan VCO dengan benar. Hasil ini sejalan dengan teori yang menyatakan bahwa intervensi edukatif dan praktik langsung dapat meningkatkan kompetensi caregiver dalam pencegahan luka tekan (Astuti, Husain, & Setiyawan, 2023).

Serta mendukung temuan penelitian sebelumnya yang menunjukkan kombinasi edukasi dan praktik massage menurunkan risiko luka tekan pada pasien imobilisasi (Badrujamaludin, Melanie, & Nurdiantini, 2021). Selain itu, kegiatan ini menghasilkan luaran berupa media edukasi leaflet yang dapat digunakan keluarga sebagai panduan pencegahan luka tekan secara berkelanjutan, dan membangun kerja sama yang baik dengan pihak Ruang Alexandri Lt. III RSUD Dr. Moch. Ansari Saleh.

Meskipun terdapat tantangan seperti pemahaman awal peserta yang berbeda-beda, tim berhasil memberikan bimbingan individual sehingga tujuan kegiatan tercapai. Secara keseluruhan, PKM berjalan lancar, mendapat respons positif dari peserta dan pihak ruangan, serta memberikan manfaat jangka panjang dengan meningkatkan kualitas perawatan pasien tirah baring lama, yang diharapkan dapat diterapkan secara konsisten dalam rutinitas perawatan sehari-hari.



Gambar 1. Edukasi Penerapan Massage Virgin Coconut Oil sebagai Upaya Pencegahan Luka Tekan pada Pasien Tirah Baring Lama di RSUD Dr. Moch Ansari Saleh



Gambar 2. Leaflet



Gambar 3. Foto Bersama Mahasiswa dan Pembimbing

4. Simpulan

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat yang menerapkan massage menggunakan Virgin Coconut Oil (VCO) sebagai upaya pencegahan luka tekan pada pasien tirah baring lama di Ruang Alexandri Lt. III RSUD Dr. Moch. Ansari Saleh Banjarmasin. Kegiatan ini efektif meningkatkan pengetahuan dan pemahaman pasien serta keluarga mengenai luka tekan, faktor risiko, dan pentingnya tindakan pencegahan sejak dini. Penerapan massage VCO terbukti sebagai intervensi non farmakologis yang sederhana, aman, dan mudah dilakukan, sementara keterlibatan keluarga dalam edukasi dan praktik langsung mendukung peningkatan keterampilan, keberlanjutan perawatan, serta kualitas hidup dan keselamatan pasien secara signifikan.

Ucapan Terima Kasih

Alhamdulillah, penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan sehingga kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini dapat terlaksana dengan baik. Ucapan terima kasih khusus disampaikan kepada pihak Ruang Alexandri Lt. III RSUD Dr. Moch. Ansari Saleh Banjarmasin atas kerja sama dan fasilitas yang diberikan, serta kepada pasien tirah baring lama dan keluarga yang aktif berpartisipasi dalam kegiatan. Terima kasih juga disampaikan kepada tim pengabdian, mahasiswa, dan pembimbing, yang telah berperan penting dalam penyusunan materi, pelaksanaan praktik massage VCO, serta monitoring dan evaluasi kegiatan. Semoga hasil kegiatan ini memberikan manfaat bagi peningkatan kualitas perawatan pasien tirah baring lama.

Referensi

- Astuti, G. P., Husain, F., & Setiyawan, A. (2023). Penerapan Pemberian Virgin Coconut Oil (VCO) Melalui Massage Terhadap Pencegahan Luka Tekan Pasien Tirah Baring Di Ruang ICU RS PKU Muhammadiyah Karanganyar. *Jurnal riset ilmu kesehatan dan Keperawatan*, 1(3), 108-117. doi: <https://doi.org/10.59680/ventilator.v1i3.463>
- Badrujamaludin, A., Melanie, R., & Nurdiantini, N. (2021). Pengaruh mobilisasi dan massage terhadap pencegahan risiko luka tekan pada pasien. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 15(04), 610-623. doi: <https://doi.org/10.33024/hjk.v15i4.5558>
- Prabowo, M. B., & Sari, D. K. (2025). Penerapan Massage Effleuragedengan Virgin Coconut Oildalam Mencegah Kerusakan Integritas Kulit Padapasien Stroke Di Rumah Sakit Pku Muhammadiyahkaranganyar. *IndonesianJournal of Public Health*, 3(3), 687-696. doi: <https://doi.org/10.61214/ijoh.v3i3.831>
- Purnawaty, M., Astari, D. W., & Lestari, A. (2024). Pencegahan Pressure Ulcer Dengan Massage Effleurage Dan Virgin Coconut Oil (Vco): Studi Kasus. *Jurnal Persatuan Perawat Nasional Indonesi*, 9(3), 177-186. doi: <http://dx.doi.org/10.32419/jppni.v9i3.624>
- Santiko, & Faidah, N. (2020). Pengaruh Massage Efflurage Dengan Virgin Coconut Oil (Vco) Terhadap Pencegahan Dekubitus Pada Pasien Bedrest Di Ruang Instalasi Rawat Intensive (Irin) Rs Mardi Rahayu Kudus. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat STIKES Cendekia Utama Kudus*, 9(02), 191-202.
- Simamora, T. Y., Kristanti, F., & Wibawa, S. R. (2023). Manajemen Luka Tekan pada Pasien Tirah Baring: Literature Review. *Jurnal Keperawatan Klinis dan Komunitas*, 7(3), 155-164. doi: <https://doi.org/10.22146/jkkk.80144>