JICN: Jurnal Intelek dan Cendikiawan Nusantara
https://jicnusantara.com/index.php/jicn
Vol : 3 No: 5, Oktober - November 2026
E-ISSN : 3046-4560

Penerapan Terapi Akupunktur Teradap Penurunan Nyeri Punggung Bagian Bawah Pada Tn. R di Rumah Sehat *Zein Holistic Therapy*

Application of Acupuncture Therapy for Lower Back Pain Reduction in Mr.R at Zein Holistic Therapy Health Center

Nur Aswan[1], Brajakson Siokal[2], Tutik Agustini [3]
Universitas Muslim Indonesia
Email: nuraswan1130@gmail.com

Article Info

Article history :
Received : 24-10-2026
Revised : 26-10-2026
Accepted : 28-10-2026
Pulished : 30-10-2026

Abstract

Lower back pain, which leads to activity limitations, is a very common global health issue It manifests as pain, muscle tension, stiffness, or discomfort in the lower back region. Objektive: To examine the application of acupuncture therapy for lower back pain in Mr. R at Zein Holistic Theraphy clinic. Method: A case study approach wa used to explore the issue in detail. The study involved a single client, Mr. R, presenting with the nursing diagnosis of acute pain. The intervention consisted of a single 30-minute acupuncture session. Nursing Care Results: The client experienced a reducation in pain intensity following the 30-minute acupuncture treatment for his lower back pain;the pain level decrease from a score of 2 mid. Recommendation: it is recommended to continue acupuncture therapy once every two weeks. Conclusion: The application of acupuncture resulted in a decrease in perceived pain intensity, indicating that therapy is affective for patients suffering from lower back pain.

Keywords: Acupuncture, Acute pain, Low back Pain

Abstrak

Latar belakan: Nyeri punggung bawah, yang menyebabkan pembatasan aktivitas, merupakan masalah kesehatan global yang sangat umum. Jika Anda mengalami nyeri, ketegangan otot, kekakuan, atau ketidak nyamanan di daerah punggung bagian bawah. Tujuan: Untuk mendapatkan gambaran tentang penerapan terapi akupunktur dengan keluhan nyeri punggung bagian bawah pada Tn. R di klinik *Zein Holistic Therapy.* Metode: Studi kasus yang menjelajahi suatu masalah atau temuan yang terperinci. Studi kasus ini dilakukan pada 1 klien yaitu Tn, R dengan masalah keperawatan yaitu nyeri akut. Intervensi yang diberikan berupa terapi akupunktur selama 1x30 menit. Hasil Asuhan Keperawatan: Masalah keperawatan yaitu nyeri akut, pada Klien mengalami penurunan skala nyeri setelah dilakukan terapi akupunktur Selma 1x30 menit yang letaknya dibagian punggung bagian bawah. Nyeri menurun dari skala 5 sedang yang dirasakan menurun menjadi skala 2 ringan. Rekomendasi: Sebaiknya tetap dilakukan terapi akupunktur setiap satu kali dalam dua minggu. Kesimpulan: setelah dilakukan penerapan akupunktur maka didapatkan bahwa skala nyeri yang dirasakan menurun sehingga terapi ini efekti untuk digunakan pada pasien yang mengalami nyeri punggung bawah.

Kata kunci: Akupunktur, Nyeri akut, Nyeri punggung bawah

PENDAHULUAN

Hidup sehat adalah keinginan setiap individu baik secara fisik maupun psikis. Akan tetapi harapan tersebut bertolak belakang dengan keadaan yang ada di masyarakat sekarang ini, di mana terdapat beraneka ragam jenis keluhan salah satunya nyeri punggung bawah, Gangguan tersebut sangat mengganggu aktifitas seseorang, karena dapat membatasi ruang gerak pada saat beraktifitas. Nyeri punggung bawah merupakan nyeri yang dirasakan di daerah punggung bawah,

dapat disebut nyeri lokal, nyeri radikuler atau keduanya. Nyeri ini terasa di antara sudut iga terbawah dan lipat bokong bawah yaitu di daerah lumbal atau lumbo-sakral dan sering disertai dengan penjalaran nyeri ke arah tungkai dan kaki,

Nyeri punggung bawah atau biasa dikenal dengan (*Low Back Pain*/ LBP) merupakan sejenis penyakit yang gejala utamanya adalah nyeri pada satu atau dua sisi pinggang (punggung bawah) dan merupakan penyakit yang berhubungan dengan musculoskeletal. Nyeri punggung bawah menjadi masalah kesehatan dunia dan menjadi penyebab pembatasan aktivitas fisik serta ketidakhadiran kerja.

Angka kejadian nyeri punggung bagian bawah terconfirmasi bahwa hampir sama pada semua populasi masyarakat diseluruh dunia, baik di negara maju maupun di negara berkembang. Diperkirakan 1,6% sampai 43% dari seluruh populasi masyarakat yang bekerja (Kumar, 2011). Penelitian yang dilakukan Kelompok Studi Nyeri ERDOSSI melaporkan bahwa jumlah penderita nyeri sebanyak 4.456 orang (25% dari total kunjungan), dengan 1.598 orang (35,86%) adalah penderita nyeri punggung bagian bawah,

Sedangkan di Negara Indonesia persebaran jumlah penderita nyeri punggung bawah pada tahun 2020 sekitar 271.066.366 jiwa. Angka tersebut memiliki 136.142.501 juta jiwa penduduk pria disertai 134.923.865 juta jiwa wanita, (Kusumo,2024). Sebagian besar penderita seringkali juga merasakan nyeri pada bagian tubuh lain pada saat yang bersamaan

Nyeri punggung bawah jarang fatal, namun nyeri yang dirasakan dapat menyebabkan penderita mengalami keterbatasan fungsional. Nyeri punggung bawah digolongkan menjadi penyebab utama yang diidentifikasi menyebabkan kecacatan. Tujuan penusukan akupunktur pada area lokal akan memicu pelepasan opioid endogen perifer dan akan menambah inflamasi guna memberikan signal rangsangan yang akan diterima reseptor kemudian diterima target organ,.

Problem utama dalam studi kasus ini yakni nyeri pada punggung bagian bawah. Maka dengan itu perlu adanya penatalaksananan segera untuk mengurangi nyeri tersebut. Ada dua macam penanganan nyeri punggung bagian bawah yakni metode farmakologi yang meliputi obat-obatan medis seperti Obat Antiinflamasi Nonsteroid (NSAID), Relaksan otot dan Opioid. Sedangkan metode non farmakologi atau biasa disebut terapi komplomenter meliputi seperti olahraga, terapi musik, terapi perilaku-kognitif, pijatan, akupuntur dan pemulihan fungsional

METODE

Studi kasus ini melibatkan 1orang yaitu Tn. R dengan masalah Keperawatan yaitu nyeri akut. Adapun di lakukan intervensi yang di berikan yaitu terapi akupunktur 1x30 menit dan di tusuk dititik area tulang rusuk. Instrumen dalam penelitian ini adalah lembar asuhan keperawatan mencakup pengkajian, diagnosa keperawatan, intervensi, implementasi, dan evaluasi serta Numeric Rating scale untuk mengukur tingkat nyeri pasien. Analisis data dilakukan secara kualitatif untuk mendeskripsikan respon daan perubahan tingkat nyeri yang dirasakan setelah diberikan terapi akupunktur.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Seseorang datang ke klinik Zein Holistik Therapy pada hari sabtu, 18 oktober 2024 dengan keluhan nyeri punggung bawah. Pasien tersebut berinisial Tn. R berumur sekitar 40 tahun.

Riwayat kesehatan saat ini yaitu pasien mengatakan nyeri pada daerah punggung bawah sejak beberapa hari yang lalu setelah mengankat benda berat. P: melakukan aktivitas mengankat barang, Q: nyeri seperti tertusuk-tusuk, R: nyeri pada area punggung bawah, S: skala nyeri 4, T: hilang timbul. Maka didapatkan diagnosa keperawatan yaitu nyeri akut b.d agen pencedera fisik.

Pada hari rabu tanggal 18 oktober 2024 dilakukan implementasi keperawatan yaitu:Mengidentifikasi lokasi, karakteristik, durasi frekuensi, kualitas, intestitas nyeri. Hasil : nyeri area punggung bawah, nyeri dirasakan seperti tertusuk- tusuk dan hilang timbul. Kemudian, Memonitor tingkat Nyeri : nyeri skala 4 (sedang). Setelah itu, mengidentifikasi faktor yang memperberat dan memperingan nyeri Hasil: ketika pasien melakukan aktivitas dan cukup mereda ketika diurut. Serta, Memberikan teknik nonfarmakologis untuk mengurangi rasa nyeri. Yaitu Pemberian terapi akupunktur. Adapun SOP tindakan yaitu: Siapkan alat jarum (ukuran jarum 1 cun,, Kursi atau tempat tidur datar, Sarung tangan, kapas alkohol, dan bengkok. Cara kerja dan tahap orientasi: Berikan salam, panggil klien dengan nama panggilanya, perkenalkan nama dan tanggung jawab perawat, jelaskan tujuan, prosedur, dan lamanya tindakan pada klien dan keluarganya jika ada keluarga yang menemaninya, berikan kesempatan kepada klien atau keluarga untuk bertanya sebelum terapi dilakukan, Tahap kerja : Jaga privasi klien dengan menutup tirai, atur posisi klien dengan memposisikan klien pada posisi terlentang (supinasi), duduk, duduk dengan tangan bertumpu dimeja, berbaring miring, atau tengkurap dan berikan alas. Bantu melepaskan pakaian klien atau aksesoris yang dapat menghambat tindakan akupuntur yang akan dilakukan , jika perlu, cuci tangan dan gunakan sarung tangan bila perlu, bersihkan (desinfeksi) daerah yang akan ditusukkan jarum dengan kapas alkohol, ambil jarum sesuai ukuran dan tusukkan pada area punggung pasien sesuai titik atau sesuai dengan syaraf, tanyakan perasaan klien setelah ditusukkan jarum apakah sudah merasa nyaman atau belum, diamkan jarum ditempat penusukan selama 15-20 menit, setelah sesi terapi selama 15-20 menit, cabut jarum dan desinfeksi dengan kapas alkohol.

Hasil pemeriksaan yang dilakukan didapatkan data subjektif bahwa klien mengatakan nyeri punggung bawah P : nyeri dirasakan ketika beraktivitas mengangkat barang , Q : nyeri seperti tertusuk, R : nyeri pada punggung bawah , S : 4 (sedang), T: hilang timbul. Selanjutnya berdasarakan hasil observasi didapatkan data bahwa data objektif klien tampak meringis, tampak gelisah, TD : 122/81 mmHg, N : 77x/m, RR : 20x/m, P : nyeri dirasakan ketika beraktivitas mengangkat barang , Q : nyeri seperti tertusuk, R : nyeri pada area tulang rusuk kanan, S : 4 (sedang) (sedang), T : hilang timbul. Dari hasil pengkajian klien mengalami nyeri tulang rusuk dimana nyeri tulang rusuk dapat dihilangkan dengan cara terapi akupunktur. Akupunktur memiliki fungsi lainya yaitu meningkatkan kemajuan fisik, kulitas tidur meningkat, serta dapat menghilangkan rasa sakit / nyeri.

KESIMPULAN

Pada pengkajian Keperawatan pada terapi akupunktur terhadap penurunan nyeri punggung bawah pada pasien Tn. R dengan keluhan nyeri tulang punggung bawah di dapatkan diagnosa keperawatan nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisik, intervensi yang diberikan pada penderita nyeri akut dapat berupa teknik non farmakologis. Teknik non farmakologi yang diberikan adalah terapi akupunktur. Terapi komplomenter yang diberikan kepada Tn. R yaitu terapi akupunktur.

Berdasarkan hasil implementasi dan evaluasi yang dilakukan maka dapat diambil kesimpulan bahwa penerapan terapi akupunktur terhadap penurunan nyeri tulang punggung bagian bawah pada Tn.R di Rumah Sehat zein Holistic Therapy Makassar maka di dapatkan penurunan skala nyeri tulang punggung bawah dapat menurunkan tingkat nyeri dari skala 4 (nyeri sedang) menjadi skala 2 (nyeri ringan). Sehingga terapi akupunktur ini bisa dijadikan sebagai alternative intervensi keperawatan dalam mencegah peningkatan nyeri dengan keluhan nyeri tulang punggung bawah.

REFERENSI

Alwan Dhafi Umar, Sholichan Badri, S. H. W. (2023). Pengaruh terapi akupuntur terhadap penurunan skala nyeri bahu di Desa Gondangalas. *Nautical: Jurnal Ilmiah,2*(3),172–178.https://jurnal.arkainstitute.co.id/index.php/nautical /article/view/847%0Ahttps://jurnal.arkainstitute.co.id/index.php/nautical/article/download/847/643

Danendra Favian Alif Kusumo, D. K. dan lain-lain. (2024). Efektivitas Terapi Akupunktur Terhadap Penurunan Derajat Low Back Pain(Lbp) Di Klinik Pratama Kusmahati Dua Sukoharjo. *Jurnal Thalamus FK*, *000*, 397–404.

Dewi Nur Hamidah, Joko Tri Haryanto, S. (2023). Pengaruh Akupunktur dan Swedish Massage Pada Kasus Nyeri Punggung Bawah di Desa Ngunut Kabupaten Karanganyar. *Indonesian Journal of Acupuncture*, *1*, 0–7.

Dyah Ayu Rhomandhoni Putri, Ario Imandiri, R. (2020). Therapy Low Back Pain With Swedish Massage, Acupressure And Turmeric. *Journal of Vocational Health Studies*, *04*, 29–34. https://doi.org/10.20473/jvhs.V4I1.2020.29-34

Go Franky Gozali, M. (2024). Manfaat Titik Akupuntur Tung Untuk Mengatasi Nyeri Punggung. *Jurnal Cakrawala Ilmiah*, *4*(1), 4049–4056.

Handaru Wardoyo, S., & Badri, S. (2024). Pengaruh Terapi Akupunktur Terhadap Perubahan Skala Nyeri Pada Kasus Nyeri Bahu dan Nyeri Pinggang. *JUKEJ : Jurnal Kesehatan Jompa*, *3*(1), 31–37. https://doi.org/10.57218/jkj.vol3.iss1.1080

Ikhwan, Abdullah, A. P. (2021). Pengaruh Akupunktur Jin ’ s 3 Needle Dalam Menurunkan Intensitas Nyeri Penderita Nyeri Punggung Bawah Di Balai Kesehatan Tradisional Sehat Harmoni Indonesia Malang The Influence Of Jin ’ s 3 Needle Acupuncture Toward Decrease Of Pain Intensity Of Low Back. *Journal of Islamic Medicine*, *5*(1), 56–63. http://ejournal.uin-malang.ac.id/index.php/jim/article/view/8972/pdf

Jamal, F., Andika, T. D., & Adhiany, E. (2022). Penilaian dan Modalitas Tatalaksana Nyeri. *Jurnal Kedokteran Nanggroe Medika*, *5*(3), 66–73.

Joko Tri Haryanto, L. A. W. N. (2020). Efektivitas Penggunaan Terapi Akupunktur Metode Korean Hand Therapy pada Lansia dengan Nyeri Muskuloskeletal di Posyandu Lansia Poltekkes Kemenkes Surakarta. *Interest : Jurnal Ilmu Kesehatan*, *9*(1), 96–103. https://doi.org/10.37341/interest.v9i1.156

Oentoeng Agustijaya, Leny Candra, S. (2017). Pengaruh Akupunktur Metode Jin’s 3- Needles Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Penderita Nyeri Punggung Bawah. *Jurnal Kesehtan Hesti Wira Sakti*, *3*(3), 37–40.

Pratiwi, N. W. (2022). Asuhan Keperawatan Medikal Bedah PADA Sdr. R Dengan Diagnosa Medis Low Back Pain Pra Operatif Dan Post Operatif Microdiscectomy Di Ruang Mutiara Rumah Sakit PHC Surabaya. In *Stikes Hangtuah Surabaya*. http://repository.stikeshangtuah-sby.ac.id/748/1/Nadya Wahyu Pratiwi_1930057_Karya Ilmiah Akhir.Pdf

Purwanto, Henny Purwandari, M. A. A. (2022). Pengaruh Terapi Akupunktur Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Pasien Low Back Pain (Lbp) Di Polineurologi Rsud Dr. Harjono Ponorogo. *STIKES Satria Bhakti Nganjuk*.

Saputra, K. (2017). *Akupunktur Dasar Edisi 2*. Airlangga University Press.

Saras, T. (2023). *Akupuntur: Seni Menyembuhkan Tubuh dengan Jarum*. Tiram Media.

Susana Agustina, T. K. K. (2023). Low Back Pain Ditinjau Dari Teori Medis Barat Dan TCM. *Journal of Comprehensive Science (JCS)*, *2*(4), 971–980. https://doi.org/10.59188/jcs.v2i4.303

Yatmihatun, S., Badri, S., & Wardoyo, S. H. (2019). Pengaruh Kombinasi Titik Lokal Dan YNSA Terhadap Penurunan Derajat Nyeri Pada Pasien Nyeri Pinggang (Low Back Pain). *Jurnal Keterapian Fisik*, *4*(2), 100–104. https://doi.org/10.37341/jkf.v4i2.193

Yunus Adi Wijaya, Ni Luh Putu Suardini Yudhawati, & lain-lain. (2022). Konsep Terapi Komplementer Keperawatan. *Universitas Brawijaya*, *III*(13), 1–13. https://doi.org/10.13140/RG.2.2.17112.37121

Michael, N (2010) Buku Pintar Akupunktur {alih bahasa: Helmy}. Yogyakarta: DIVA Press

Yatmihatun, S., Badri, S., & Wardoyo, S. H. (2019). Pengaruh Kombinasi Titik Lokal Dan YNSA Terhadap Penurunan Derajat Nyeri Pada Pasien Nyeri Pinggang (Low Back Pain). Jurnal Keterapian Fisik, 4(2), Article 2. https://doi.org/10.37341/jkf.v4i2.193

Abdullah, I., & Prihatono, A. (2021). Pengaruh Akupunktur Jin's 3 Needle Dalam Menurunkan Intensitas Nyeri Penderita Nyeri Punggung Bawah Di Balai Kesehatan Tradisional Sehat Harmoni Indonesia Malang. Journal of Islamic Medicine, 5(1), Article 1. https://doi.org/10.18860/jim.v5i1.8972