



Keefektifan Terapi Akupuntur Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Penderita *Low Back Pain* Di Poliklinik RSU Bunda Jakarta Tahun 2024

Effectiveness of Acupuncture Therapy on Reducing Pain Intensity in Low Back Pain Patients at the RSU Bunda Jakarta Polyclinic in 2024

Dewi Handayani¹, Yani Handayani², Nining Rukiah³

¹Program Studi Sarjana Keperawatan, Universitas Indonesia Maju

²Departemen Keperawatan Universitas Indonesia Maju

Email: handayani.dewie85@gmail.com

Article Info

Article history :

Received : 28-04-2025

Revised : 29-04-2025

Accepted : 01-05-2025

Published : 03-05-2025

Abstract

Low Back Pain (LBP) or lower back pain is one of the musculoskeletal disorders caused by poor body activity, Back pain problems that arise due to prolonged sitting are a common phenomenon today. It turns out that 60% of adults experience lower back pain due to sitting problems that occur in those who work or whose activities are mostly done by sitting. Acupuncture therapy is a form of traditional medicine that has been used for more than 2,000 years, especially in China, to treat various health problems. Acupuncture inserts fine needles into the skin at certain points. The purpose of this study was to determine the effectiveness of acupuncture therapy on reducing the intensity of pain in Low Back Pain patients. This type of research is a pre-experimental study with a One-Group Pre-post design. The research sample was Low Back Pain patients who met the inclusion and exclusion criteria at the RSU Bunda Jakarta Polyclinic in 2024. Based on the results of the assessment of the Pain Scale Description in Low Back Pain patients before acupuncture therapy at the RSU Bunda Jakarta Polyclinic in 2024, it was found that the average pain scale value before the intervention was 7.4, a minimum value of 6 with moderate pain and a maximum value of 9 with severe pain. And the Description after acupuncture therapy was an average of 2.47, a minimum value of 2 with a mild pain scale and a maximum value of 3 with a mild pain scale. Acupuncture therapy is effective in reducing pain intensity, but it is necessary to pay attention to factors that influence the level of pain such as age, trauma, osteoporosis, sitting position so that the results of acupuncture therapy can be optimal.

Keywords: *Acupuncture, Pain Level, Low Back Pain*

Abstrak

*Low Back Pain (LBP) atau nyeri punggung bagian bawah merupakan salah satu gangguan muskuloskeletal yang disebabkan oleh aktivitas tubuh yang kurang baik, Masalah nyeri punggung yang timbul akibat duduk lama menjadi fenomena yang sering terjadi saat ini. Ternyata 60% orang dewasa mengalami nyeri punggung bawah karena masalah duduk yang terjadi pada mereka yang bekerja atau aktivitasnya lebih banyak dilakukan dengan duduk. Terapi akupuntur adalah salah satu bentuk pengobatan tradisional yang telah digunakan selama lebih dari 2.000 tahun, terutama di cina, untuk menangani berbagai masalah Kesehatan. Akupuntur menusukkan jarum halus kedalam kulit pada titik tertentu. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui keefektifan terapi akupuntur terhadap penurunan intensitas nyeri pasien *Low Back Pain*. Jenis penelitian ini adalah penelitian pre-eksperimental dengan desain penelitian One-Group Pre-post design. Sampel penelitian adalah pasien Low Back Pain yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi di Poliklinik RSU Bunda Jakarta Tahun 2024. berdasarkan hasil penilaian Gambaran skala nyeri pada penderita Low Back Pain sebelum dilakukan terapi akupuntur di Poliklinik RSU Bunda Jakarta Tahun 2024 diketahuin bahwa nilai rata-rata*



skala nyeri sebelum intervensi adalah 7,4, nilai minimum 6 dengan nyeri sedang dan nilai maksimum 9 dengan nyeri berat. Dan Gambaran setelah dilakukan terapi akupunktur adalah rata-rata 2,47, nilai minimum 2 dengan skala nyeri ringan dan nilai maksimum 3 dengan skala nyeri ringan. Terapi akupunktur efektif untuk menurunkan intensitas nyeri, namun perlu diperhatikan faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat nyeri seperti usia, trauma, osteoporosis, posisi duduk agar hasil terapi akupunktur dapat optimal.

Kata kunci : Akupunktur, Tingkat Nyeri, Nyeri Punggung Bawah

PENDAHULUAN

Low Back Pain (LBP) atau nyeri punggung bagian bawah merupakan salah satu gangguan musculoskeletal yang disebabkan oleh aktivitas tubuh yang kurang baik (Maher et al., 2002). Masalah nyeri punggung yang timbul akibat duduk lama menjadi fenomena yang sering terjadi saat ini. Ternyata 60% orang dewasa mengalami nyeri punggung bawah karena masalah duduk yang terjadi pada mereka yang bekerja atau aktivitasnya lebih banyak dilakukan dengan duduk (Chang, 2006). LBP merupakan keluhan yang spesifik dan paling banyak dikonsultasikan pada dokter umum. Hampir 70%-80% penduduk negara maju pernah mengalaminya. *Low Back Pain* (LBP) merupakan masalah kesehatan yang paling penting di semua negara. Prevalensi sepanjang hidup (lifetime) populasi dewasa sekitar 70% dan prevalensi dalam 1 tahun antara 15-45%, dengan puncak prevalensi terjadi pada usia 35 dan 55 tahun. Kebanyakan LBP akut bersifat self limiting dan hanya 2-7% yang menjadi kronis (Jalaluddin, 2008).

Low Back Pain adalah penyebab utama disabilitas diseluruh dunia, studi ini menyatakan bahwa sekitar 7.5% dari populasi global atau sekitar 577 juta orang mengalami LBP pada suatu waktu (Global Burden Of Disease, 2017) dan menurut data di jurnal *Annals of the Rheumatic Disease*, memperkirakan prevalensi seumur hidup LBP adalah sekitar 60-70% di negara industri, (Hoy et al., 2014), ini berarti sebagian besar orang dinegara maju akan mengalami episode nyeri punggung bawah setidaknya sekali dalam hidup mereka

Salah satu metode pengobatan yang telah banyak digunakan untuk mengurangi nyeri pada LBP adalah akupunktur. Akupunktur secara hukum diakui oleh banyak negara di asia, Australia, Amerika, Kanada, dan beberapa bagian eropa dan amerika latih (Mahasih, 2019). Akupunktur merupakan salah satu bagian dari pengobatan tradisional cina yang dilakukan dengan menusukkan jarum pada titik--titik tertentu ditubuh yang di Yakini dapat membantu mengurangi nyeri dan memicu proses penyembuhan alami. Berdasarkan dari meridian yang terkena dampak atau merasakan sakit, maka pemilihan titik akupunktur untung meredakan nyeri punggung adalah meridian Du, ketiga meridian Yang kaki (Youping, 2014). Titik akupunktur yang dapat dipilih antara lain, GB 30-Huan Tiao, GB 34-Yang Ling Quan, BL 40-Wei Zhong, GB 33-Xi Yang Guan, BL 60- Kun Lun, GB 41- Zu Lin Qi, GB 39- Xuan Zhong, GB 43- Xia Xi. Selain itu juga dapat dipilih titik-titik nyeri tekan / titik Ashi dan juga titik Hua Tuo Ji pada ruas tulang lumbal ke-1 sampai dengan ke-5 dan titik GV 3- Yao Yang Guan (Youping, 2014). Akupunktur juga efektif dalam menghilangkan nyeri yang menyertai penyakit nyeri punggung bawah dengan menyeimbangkan aliran energi tubuh (Dzia, 2021) Beberapa penelitian menunjukkan bahwa akupunktur efektif dalam mengurangi nyeri kronis, termasuk LBP. Namun, masih diperlukan lebih banyak bukti ilmiah untuk mengevaluasi keefektifan akupunktur dalam mengurangi intensitas nyeri pada penderita LBP, serta bagaimana metode ini dapat dibandingkan dengan metode pengobatan lain.



Danendra Favian Alif Kusumo, Dwi Kusumaningsih, Sulistyani Sulistyani, Saidatul Fitriyah, 2024 melakukan penelitian dengan judul “Efektifitas Terapi Akupuntur Terhadap Penurunan Derajat *Low Back Pain* (LBP) di Klinik Pratama Kusmahati Dua Sukoharjo” Penelitian yang dilakukan merupakan penelitian eksperimen disertai metode Quasy-experimental design, dan hasil yang didapat penurunan skor NPRS (*Numeric Pain Rating Scale*) dan Hasil rerata skor NPRS saat sebelum intervensi ialah 4,6 dan rerata skor NPRS setelah intervensi ialah 1,0 selanjutnya dilakukan perhitungan penurunan skor NPRS sebelum dan sesudah intervensi memakai aplikasi microsoft excel dan menghasilkan nilai 0,767 (77%) yang artinya bahwa terdapat penurunan skor NPRS saat sebelum dan sesudah diberi intervensi dengan persentase penurunan sebesar 77%.

Akupuntur ditemukan lebih efektif dibandingkan dengan perawatan konvensional seperti fisioterapi dan obat-obatan dalam mengurangi nyeri dan meningkatkan fungsi fisik, penelitian ini mengkaji 33 uji klinis yang melibatkan lebih dari 2700 peserta dan hasil menunjukkan bahwa terapi akupuntur lebih efektif daripada pengobatan standar dan memberikan pengurangan nyeri yang lebih besar dan lebih cepat (Manheirmen, E., et al. 2005)

Kelompok Studi Nyeri (Pokdi Nyeri) Persatuan Dokter Spesialis Saraf Indonesia (PERDOSSI) melakukan penelitian pada bulan Mei 2002 di 14 rumah sakit pendidikan, dengan hasil menunjukkan bahwa jumlah penderita nyeri sebanyak 4456 orang (25% dari total kunjungan), 1598 orang (35,86%) merupakan penderita nyeri kepala dan 819 orang (18,37%) adalah penderita LBP (Meliala, 2003). Pada tahun 2002, berdasarkan penelitian oleh Persatuan Dokter Saraf seluruh Indonesia (Perdossi) yang telah dilakukan pada pasien poliklinik neurologi RSCM ditemukan prevalensi *Low Back Pain* (LBP) sebanyak 15.6 % (Maulana R. S., 2016). Di Poliklinik RSU Bunda Jakarta sendiri di bulan juni 2024 pasien *Low Back pain* yg datang ke poliklinik ada 11 Pasien, Juli 2024 ada 17 pasien, dan bulan Agustus 2024 ada 35 pasien.

Berdasarkan data diatas , maka peneliti mengambil penelitian yang berjudul “ Keefektifan Terapi Akupuntur Terhadap Penurunan Nyeri Pada Penderita *Low Back Pain* di Poliklinik RSU Bunda Jakarta Tahun 2024”.

METODE

Jenis penelitian yang di gunakan adalah penelitian kuantitatif dan menggunakan desain pre-experimental design. Desain penelitian ini melakukan pretest dan posttest tanpa kelompok kontrol. Rancangan dalam studi ini memakai one group pre-test post-test design (Hastjarjo, 2019). Populasi dalam penelitian ini adalah Pasien yang menderita *Low Back Pain* yang datang ke Poliklinik RSU Bunda Jakarta, dalam periode Bulan Juni, Juli, dan Agustus 2024 ada sebanyak 63 Pasien. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan metode Gay. Berdasarkan metode Gay (Wiyono, 2011) jumlah minimal sampel penelitian 15 orang dalam setiap kelompok eksperimen. Oleh sebab itu dalam penelitian kali ini, jumlah sampel yang akan diteliti sebanyak 15 orang

Instrument dalam penelitian ini menggunakan Visual Analog Scale (VAS), sebelum peneliti melakukan intervensi semua peserta akan di evaluasi menggunakan Visual Analog Scale (VAS), setelah intervensi evaluasi VAS akan dilakukan pada akhir sesi terapi sebanyak 6 kali atau 3-6 minggu setelah perawatan selesai. Skala VAS akan digunakan untuk menilai intensitas nyeri dengan



cara meminta pasien untuk memberi tanda pada garis 10cm, Dimana 0 berarti tidak nyeri dan 10 nyeri sangat hebat.

HASIL PENELITIAN

1. Analisa Univariat

4.1 Tabel distribusi frekuensi, skala nyeri sebelum dilakukan terapi akupuntur di poliklinik RSU Bunda Jakarta Tahun 2024

Gambaran	Frekuensi	Skala nyeri	N	Mean	Min	Max
pretest	1 kali	0-10	15	7,4	6	9

Berdasarkan tabel diatas berdasarkan hasil penilaian Gambaran skala nyeri pada penderita Low Back Pain sebelum dilakukan terapi akupuntur di Poliklinik RSU Bunda Jakarta Tahun 2024 diketahuin bahwa nilai rata-rata skala nyeri sebelum intervensi adalah 7,4, nilai minimum 6 dengan nyeri sedang dan nilai maksimum 9 dengan nyeri berat.

4.2 Tabel distribusi frekuensi, skala nyeri setelah dilakukan terapi akupuntur di Poliklinik RSU Bunda Jakarta Tahun 2024

Gambaran	Frekuensi	Skala nyeri	N	Mean	Min	Max
posttest	6 kali	0-10	15	2,47	2	3

Berdasarkan tabel diatas, Gambaran skala nyeri pada penderita Low Back Pain di poliklinik RSU Bunda Jakarta Tahun 2024 setelah dilakukan terapi akupuntur sebanyak 6 kali didapatkan nilai rata-rata 2,47, nilai minimum 2 dengan skala nyeri ringan dan nilai maksimum 3 dengan skala nyeri ringan.

2. Analisis Bivariat

a. Uji Wilcoxon

4.3 Tabel Analisa Bivariat (Wilcoxon)

Test Statistics ^a	
	Posttest - Pretest
Z	-3.531 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	0.000414

Hasil uji Wilcoxon menunjukkan bahwa terdapat perbedaan signifikan dalam intensitas nyeri sebelum dan sesudah intervensi terapi akupuntur. Nilai Z sebesar -3,531 dengan nilai signifikansi (Asymp. Sig. 2-tailed) sebesar 0,000414. Karena nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05, maka keputusan yang diambil adalah menolak H0 dan



menerima Ha. Berdasarkan hasil analisis, dapat disimpulkan bahwa terapi akupuntur efektif dalam menurunkan intensitas nyeri pada penderita low back pain.

PEMBAHASAN

1. Gambaran nyeri sebelum dilakukan terapi akupuntur terhadap penurunan intensitas nyeri pada penderita Low Back Pain di poliklinik RSU Bunda Jakarta tahun 2024.

Berdasarkan Tabel 4.1 didapatkan bahwa sebelum dilakukan terapi akupuntur di Poliklinik RSU Bunda Jakarta Tahun 2024 dengan 15 Responden dengan karakteristik dengan jenis kelamin 6 laki-laki dan 9 perempuan dengan usia responden bervariasi dari 34 tahun sampai 50 tahun. diketahui bahwa nilai rata-rata skala nyeri sebelum intervensi adalah 7,4, nilai minimum 6 dengan nyeri sedang dan nilai maksimum 9 dengan nyeri berat.

Hasil penelitian ini sejalan menurut Alhalabi et al, 2015; Andini, 2015 bahwa prevalensi terjadinya LBP lebih banyak pada Wanita daripada laki-laki secara fisiologis, kemampuan otot Wanita lebih rendah dari laki-laki, selain itu Wanita dengan usia kisaran 41-50 tahun yang mulai memasuki masa menopause terjadi penurunan hormon estrogen yang mengakibatkan kepadatan tulang berkurang sehingga mengakibatkan beresiko terjadi LBP.

Asumsi peneliti bahwa nyeri lebih sering terjadi pada Wanita karena faktor kelemahan otot, penurunan kepadatan tulang dan perubahan hormon. jadi Gambaran nyeri ini dapat dinilai melalui intensitas nyeri, aktifitas sehari-hari serta faktor psikologis yang mempengaruhi penderita low back pain

2. Gambaran nyeri setelah dilakukan terapi akupuntur terhadap penurunan intensitas nyeri pada penderita Low Back Pain di Poliklinik RSU Bunda Jakarta Tahun 2024

Berdasarkan Tabel 4.2 Gambaran skala nyeri pada penderita Low Back Pain di poliklinik RSU Bunda Jakarta Tahun 2024 setelah dilakukan terapi akupuntur sebanyak 6 kali didapatkan nilai rata-rata 2,47, nilai minimum 2 dengan skala nyeri ringan dan nilai maksimum 3 dengan skala nyeri ringan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Danendra Favian Alif Kusumo, Dwi Kusumaningsih, Sulistyani Sulistyani, Saidatul Fitriyah, 2024 mengenai Efektifitas Terapi Akupuntur Terhadap Penurunan Derajat Low Back Pain (LBP) di Klinik Pratama Kusmahati Dua Sukoharjo, NPRS sesudah intervensi memakai aplikasi microsoft excel dan menghasilkan nilai 0,767 (77%) yang artinya bahwa terdapat penurunan skor NPRS saat sesudah diberi intervensi dengan persentase penurunan sebesar 77%.

Peneliti berasumsi bahwa terapi akupunktur dapat memberikan pengurangan nyeri dan mungkin mengharapkan bahwa intensitas nyeri dapat menurun secara signifikan setelah dilakukan terapi secara rutin.

3. Seberapa efektif terapi akupuntur mengurangi intensitas nyeri pada penderita low back pain

Berdasarkan Tabel 4.2 Gambaran skala nyeri pada penderita Low Back Pain di poliklinik RSU Bunda Jakarta Tahun 2024 setelah dilakukan terapi akupuntur sebanyak 6 kali



didapatkan nilai rata-rata 2,47, nilai minimum 2 dengan skala nyeri ringan dan nilai maksimum 3 dengan skala nyeri ringan.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sutono Sutono, Ginus Partadiredja, Mustofa Mustofa, 2017 mengenai Efek Elektroakupunktur dan Akupunktur Tradisional Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri pada Pasien Low Back Pain bahwa Pada kedua kelompok terapi akupunktur, ditemukan hasil bahwa elektro akupunktur dan akupunktur tradisional sama-sama memiliki efektifitas dalam menurunkan tingkat nyeri LBP. Tidak ada perbedaan yang bermakna dalam menurunkan tingkat nyeri LBP pada kedua metode.

Asumsi peneliti terapi akupunktur efektif untuk penurunan intensitas nyeri pada penderita low back pain dengan dilakukan secara rutin dgn 6 kali terapi.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan tentang keefektifan terapi akupunktur terhadap penurunan intensitas nyeri pada penderita *Low Back Pain* di Poliklinik RSUD Bunda Jakarta Tahun 2024, maka dapat disimpulkan

1. Identifikasi intensitas nyeri sebelum intervensi memperlihatkan bahwa Sebagian besar responden mengalami nyeri dengan intensitas yang tinggi.
2. Pengukuran intensitas nyeri menggunakan skala nyeri numerik terbukti efektif untuk mendeteksi perubahan dalam persepsi nyeri
3. Terapi akupunktur terbukti efektif dalam mengurangi Tingkat nyeri pada responden, dengan penurunan skor nyeri yang signifikan antara pretest dan posttest.

Saran

1. Bagi Rumah Sakit Untuk rutin melakukan penyuluhan terkait terapi akupunktur pada penderita *low back pain* untuk memberikan informasi dan edukasi kepada penderita *low back pain* untuk dapat melakukan penatalaksanaan secara non farmakologi dengan terapi akupunktur.
2. Bagi pasien penderita low back pain untuk menerapkan terapi akupunktur rutin selama 6 kali durasi 3-6 minggu.
3. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat lebih mengembangkan penelitian Bagi petugas Kesehatan ini dengan beberapa variabel yang belum diteliti dalam penelitian ini dan dapat membandingkan dengan penelitian sebelumnya Berdasarkan temuan dari hasil penelitian dapat dijadikan referensi bagi penelitian yang akan datang.

DAFTAR REFERENSI

Reviews. Chinese Medicine, 5(1), 1-6

Ernst, E., & Lee, M. S. (2010). Acupuncture for pain : an overview of Cochrane

Yuan, J., Purepong, N., Kerr, D. P., Park, J., Bradbury, I., McDonough, S., & Howe, T. E. (2008) Effectiveness of acupuncture for low back pain : a systematic review. *Spine*, 33 (23), E887-E900



- Devira, S., et al. (2021). Back Pain (LBP) Penjahit Nagari Simpang Kapuak Jurnal Sehat Mandiri, 16(2), 138-146.
- Hastjarjo, T. D. (2019). Rancangan Eksperimen-kuasi. Buletin Psikologi, 27(2)
- Mainheirmer, E., et al. (2005). Meta-analysis : Acupuncture for low back pain. Annals of Internal Medicine, 142(8), 651-663.
- Cherkin, D. C., et al. (2009). A randomized trial comparing acupuncture, simulated acupuncture, and usual care for chronic low back pain. Archives of Internal Medicine. 169(9), 858-866.
- Andini, F. (2015). Risk Factors Of Low Back Pain in Workers. 4, 12-19
- PainIn Workers. 4, 12–19.
- Purwanto, P., et al. (2012). Pengaruh Terapi Akupuntur Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Pasien Low Back Pain (LBP) di Poli Neurologi RSUD Dr. Harjono Ponorogo
- Liu, Y. T., et al. (2015). Efficacy And Safety of Acupuncture For Acute Low Back Pain in Emergency Department : a Pilot Cohort Study. Evidence- Based Complementary And Alternative Medicine.
- Van Tulder, M. W., et al. (2006). Chapter 3 : Low Back Pain (non-specific) dalam Best Practice & Research Clinical Rheumatology.
- Maher, C. G., et al. (2002). Non- Specific Low Back Pain. 359(9312).
- Bungai, T. (2020). Pengukuran Intensitas Nyeri dengan Visual Analog Scale. Jurnal Keperawatan Indonesia, 3(1), 30-38.
- Tarigan, R. (2019). Panduan Klinis Penatalaksanaan Low Back Pain. Jakarta : EGC.
- Hartvigsen, J., et al. (2018). What low back pain is and why we need to pay attention. The Lancet.
- World Health Organization (WHO). (2003). Acupuncture: Review and Analysis of Reports on Controlled Clinical Trials. Geneva: World Health Organization.
- Berman, B. M., & Lao, L. (2001). Acupuncture in the treatment of chronic pain. The Clinical Journal of Pain, 17(2), 198-206.
- Lao, L., & Lee, J. H. (2003). Acupuncture and its role in the management of pain: A review of the literature. The Clinical Journal of Pain, 19(1), 1-11.
- Vickers, A. J., & Zollman, C. (1999). ABC of complementary medicine: Acupuncture. BMJ, 319(7216), 973-976.
- Witt, C. M., & Pach, D. (2017). Acupuncture for pain management: A critical review of the literature. Journal of Alternative and Complementary Medicine, 23(9), 693-706.
- Ghaffar, S. H., & Jones, S. (2018). Acupuncture for low back pain: A systematic review and meta-analysis. European Journal of Pain, 22(3), 101-108.
- Ursini, T., Manzoli, L., & Polilli, E. (2010). Acupuncture for the treatment of chronic low back pain: A meta-analysis of randomized controlled trials. Pain Medicine, 11(4), 531-537.
- Kaufman, J. E., & Hancock, M. J. (2012). Manual therapy and exercise for low back pain: A review of the literature. Physiotherapy Theory and Practice, 28(5), 400-411.
- Koes, B. W., van Tulder, M. W., & Thomas, S. (2006). Diagnosis and treatment of low back pain. BMJ, 332(7555), 1430-1434.
- Deyo, R. A., & Weinstein, J. N. (2001). Low back pain. The New England Journal of Medicine, 344(5), 363-370.



Wang, S. M., & Kline, J. C. (2009). Acupuncture for the treatment of chronic low back pain: A systematic review of randomized controlled trials. *Journal of Alternative and Complementary Medicine*, 15(1), 9-19