

EDUKASI TERAPI KOMPLEMENTER AKUPUNTUR SEBAGAI UPAYA MENGATASI NYERI PADA MASYARAKAT DI LINGKUNGAN GADING REJO

Sugiarto¹, Cllarisya Vionanda², Seniorita³, Maulida Syifa Azizah⁴, Sherli Monika⁵, Nikmatul Khoiriyah⁶, Elisya⁷, Nuri Mardiah⁸, Duwita Mayasari⁹, Nasywa Zulfa Salsabila¹⁰, Ronal Prayoga¹¹, Vito Galang Darmawan¹²

¹⁻¹² Program Studi S1 Keperawatan, Fakultas Kesehatan, Universitas Aisyah Pringsewu Lampung

Alamat: Jalan Ahmad Yani 1 35772 Pringsewu Lampung

Email: sugiartoners@gmail.com, Cllarisyavionanda@gmail.com

ABSTRACT

Introduction: Pain is a common health problem influenced by biological, psychological, and social factors. Acupuncture therapy as a complementary treatment has been proven to help reduce pain through the stimulation of specific body points; however, public knowledge of its benefits remains low. This activity aimed to increase the understanding of the Tambah Karto Village community about acupuncture therapy as a measure to manage pain. Objective: To provide knowledge to the community in the Tambah Rejo area regarding the benefits of complementary acupuncture therapy as an alternative treatment for pain relief. Methods: The method used was health education, which included a pre-test, presentation of material, screening of an acupuncture technique video, distribution of leaflets, a Q&A session, and a post-test. The activity was attended by 20 participants. Results: The results showed a significant increase in participants' knowledge, indicated by the average pre-test score of 40 increasing to 80 in the post-test. Furthermore, participant enthusiasm reached 90%.

Keywords: Acupuncture education for the community, Complementary therapy for pain, Health knowledge improvement, Benefits of acupuncture.

ABSTRAK

Pendahuluan: Nyeri merupakan masalah kesehatan yang umum terjadi dan dipengaruhi oleh faktor biologis, psikologis, serta sosial. Terapi akupuntur sebagai terapi komplementer telah terbukti membantu mengurangi nyeri melalui stimulasi titik tubuh tertentu, namun pengetahuan masyarakat mengenai manfaatnya masih rendah. Kegiatan ini bertujuan meningkatkan pemahaman masyarakat Desa Tambah Karto tentang terapi akupuntur sebagai upaya mengatasi nyeri. Tujuan: memberikan pengetahuan kepada Masyarakat di lingkungan tambah rejo mengenai manfaat terapi komplementer akupuntur sebagai pengobatan alternatif meredakan nyeri. Metode: Metode yang digunakan adalah penyuluhan kesehatan yang meliputi pre-test, pemaparan materi, pemutaran video teknik akupuntur, pembagian leaflet, sesi tanya jawab, dan post-test. Kegiatan diikuti oleh 20 peserta. Hasil: Hasil menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada pengetahuan peserta, ditunjukkan oleh rata-rata nilai pre-test sebesar 40 meningkat menjadi 80 pada post-test, serta antusiasme peserta mencapai 90%.

Article History

Received: November 2025

Reviewed: November 2025

Published: November 2025

Plagiarism Checker No
234.KK.443

Prefix DOI :

10.9765/Krepa.V218.3784

Copyright : Author

Publish by : Krepa



This work is licensed under
a [Creative Commons
Attribution-NonCommercial
4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

Kata Kunci: Edukasi akupuntur untuk masyarakat, Terapi komplementer atasi nyeri, Peningkatan pengetahuan kesehatan, Manfaat akupuntur	
--	--

PENDAHULUAN

Latar belakang

Nyeri merujuk pada pengalaman buruk yang dialami individu akibat potensi kerusakan jaringan, yang melibatkan aspek sensorik, emosional, kognitif, serta sosial (Williams & Craig, 2016). Selain itu, nyeri didefinisikan sebagai pengalaman somatik yang menunjukkan rasa takut seseorang terhadap ancaman pada integritas tubuh atau eksistensinya (Cohen et al., 2018). Sensasi nyeri yang muncul sebenarnya berfungsi sebagai mekanisme pertahanan tubuh untuk menandakan adanya kerusakan jaringan (Faisol, 2022). Fisiologi nyeri melibatkan rangkaian proses neurofisiologis kompleks (nosiseptif) yang menggambarkan transformasi stimulus di perifer hingga pembentukan sensasi nyeri di sistem saraf pusat (korteks serebral). Fisiologi nyeri mencakup tahapan transduksi, transmisi, modulasi, dan persepsi (Flood et al., 2015).

Sebuah studi tahun 2012 yang dilakukan di Amerika Serikat menemukan bahwa lebih dari 86,6 juta orang mengalami nyeri akut setiap hari. Lebih lanjut, 25,5 juta orang bergulat dengan nyeri kronis. Menurut data tahun 2019 dari Survei Wawancara Kesehatan Nasional (NHIS), nyeri kronis memengaruhi 20,4% orang dewasa. Dari jumlah tersebut, 7,4% mengalami nyeri kronis berat. Investigasi ini menggunakan data yang berasal dari Survei Wawancara Kesehatan Nasional (NHIS) untuk memastikan prevalensi nyeri kronis dan nyeri kronis berdampak tinggi yang dialami oleh orang-orang dalam tiga bulan sebelumnya, sebagaimana dievaluasi melalui berbagai variabel demografis dan tingkat urbanisasi.

Nyeri dipengaruhi oleh kombinasi faktor biologis, psikologis, dan sosial. Nyeri dapat disebabkan oleh cedera fisik, peradangan, atau masalah neurologis. Ini mencakup nyeri jangka pendek akibat cedera dan nyeri jangka panjang. Transmisi sinyal nyeri melintasi sistem saraf perifer dan pusat sangat penting untuk menentukan intensitas pengalaman nyeri, dan proses ini dimodulasi oleh faktor-faktor seperti endorfin dan agen inflamasi, yang memengaruhi tingkat keparahan nyeri. Variabel psikologis secara signifikan menentukan bagaimana rasa sakit dialami. Stres, kecemasan, dan depresi dapat memperburuk persepsi kita terhadap rasa sakit. Hal ini terjadi dengan meningkatkan kekuatan sinyal saraf, yang membuat rasa sakit terasa lebih akut, meskipun penyebab fisiknya tetap sama. Keyakinan pribadi seseorang tentang rasa sakit, termasuk gagasan bahwa rasa sakit akan berlangsung lama, dapat memperburuk perasaan tersebut. Selain itu, cara seseorang mengelola dan mengekspresikan rasa sakit dipengaruhi oleh faktor-faktor sosial, seperti dukungan keluarga, lingkungan kerja, dan norma budaya. Dalam beberapa budaya, menunjukkan rasa sakit dapat dianggap sebagai tanda kelemahan, yang kemudian memengaruhi bagaimana seseorang bereaksi terhadapnya.

Nyeri merupakan alasan utama orang mencari pengobatan. Berbagai pengobatan alternatif telah bermunculan, termasuk terapi komplementer. Terapi komplementer, yang merupakan praktik medis non-tradisional, berasal dari berbagai sistem, metode, dan tradisi pelayanan kesehatan, serta didasarkan pada teori dan keyakinan tertentu. Semakin banyak orang yang mencari terapi alternatif atau komplementer, menjauh dari perawatan konvensional. Beberapa orang berpendapat bahwa pengobatan alternatif biasanya lebih efektif ketika pengobatan yang sudah mapan tidak membantu. Artana (2017) menyatakan bahwa penggunaan obat-obatan non-konvensional dapat menyebabkan efek samping ringan, yang mungkin berdampak negatif pada pasien.

Pengobatan standar telah terbukti berhasil dalam praktik dan digunakan secara luas dalam pengobatan. Saat ini, terapi komplementer, alternatif, dan tradisional sering digunakan bersamaan dengan pengobatan medis standar untuk meningkatkan perawatan pasien secara keseluruhan. Masyarakat memiliki sejarah panjang dalam menggunakan pengobatan non-

tradisional untuk penyembuhan, sebuah praktik yang telah ada sejak zaman kuno. Pemerintah telah mengakui penggunaan terapi non-konvensional, yang banyak digunakan di masyarakat (Persi, 2013). Akupunktur adalah terapi tambahan yang digunakan untuk meningkatkan layanan kesehatan di rumah sakit. Akupunktur dapat digunakan di rumah sakit, baik sebagai terapi tunggal maupun bersamaan dengan perawatan lain.

Akupunktur adalah teknik terapi yang melibatkan penusukan jarum tipis pada lokasi tertentu di tubuh, yang disebut titik akupunktur, untuk memengaruhi proses fisiologis. Akupunktur adalah metode terapi yang melibatkan penusukan dan manipulasi jarum halus pada titik-titik tertentu di tubuh. Metode ini didasarkan pada prinsip pengobatan tradisional Asia Timur, yang mengakui keterkaitan antara organ, titik, jalur energi, serta gejala dan disfungsi terkait. Mekanisme yang memfasilitasi pereda nyeri adalah pelepasan opioid endogen setelah stimulasi titik akupunktur. Akupunktur menunjukkan potensi yang signifikan sebagai strategi manajemen nyeri, dengan risiko dan efek samping yang lebih sedikit dibandingkan dengan intervensi farmakologis. Akupunktur menyediakan pendekatan komprehensif yang mempertimbangkan aspek fisik, emosional, dan sosial pasien.

Akupunktur dapat berfungsi sebagai pengobatan yang efektif dan aman untuk nyeri akut, termasuk trauma, nyeri punggung bawah akut, ketidaknyamanan perut, nyeri muskuloskeletal, kolik ginjal, dan migrain. Terapi akupunktur dapat meningkatkan tingkat disabilitas pada individu dengan nyeri punggung bawah, sehingga meringankan disabilitas mereka dan mengurangi dampaknya pada aktivitas sehari-hari. Bukti ilmiah yang semakin berkembang mendukung manfaat akupunktur, yang mendorong pengakuan dan penerapannya dalam sistem pelayanan kesehatan di banyak negara, baik sebagai intervensi primer maupun sebagai terapi tambahan.

Tujuan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dirancang untuk menyampaikan dan memperdalam pemahaman warga di Desa Tambah Karto, Kecamatan Gading Rejo, tentang terapi komplementer akupunktur sebagai pendekatan nonfarmakologis untuk menangani nyeri.

METODE PENELITIAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan satu kali pada bulan November 2025, dengan 20 ibu dari masyarakat Desa Tambah Karto, Kecamatan Gading Rejo. Teknik yang digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini meliputi tahapan-tahapan berikut:

1. Persiapan dan pembekalan
 - a. Tahap pra interaksi
 - Melakukan kontrak waktu dan perjanjian kepada mitra ;
 - Memastikan penyuluhan tepat sasaran
 - Menyiapkan alat (proyektor, power point, lembar kuesioner, dan leaflet)
 - b. Tahap Orientasi
 - Memberi salam dan menyapa peserta
 - Memvalidasi keadaan peserta
 - Menjelaskan tujuan dan prosedur pelaksanaan
 - Menanyakan persetujuan dan kesiapan peserta sebelum kegiatan dilakukan
2. Pelaksanaan
 - a. Tahap kerja
 - Membaca basmallah
 - Menilai pengetahuan peserta tentang terapi akupunktur dan manfaatnya
 - Memberi petunjuk pada peserta cara mengisi kuisisioner
 - Membagikan leaflet
 - Mempersiapkan pemaparan materi dan memaparkan materi
 - Menayangkan video mengenai teknik akupunktur

- Memberikan kesempatan bertanya
- Menilai pengetahuan peserta tentang manfaat akupuntur setelah dipaparkan materi
- Membagikan snack dan cinderamata
- b. Tahap terminasi
 - Melakukan evaluasi kegiatan
 - Memotivasi mengenai pentingnya untuk menjaga Kesehatan
 - Membereskan alat
 - Menutup acara dan doa Bersama
 - Dokumentasi

HASIL PENELITIAN

Kegiatan ini dilaksanakan di kalangan masyarakat (ibu-ibu) di Desa Tambah Karto, Kecamatan Gading Rejo, dengan jumlah peserta sebanyak 20 orang. Hal ini dilakukan karena saat ini masyarakat belum memiliki pengetahuan tentang terapi akupunktur dan manfaatnya, sehingga penyuluhan ini dianggap perlu untuk meningkatkan pemahaman warga mengenai terapi pengobatan akupunktur. Hasil dari kegiatan ini menunjukkan bahwa 90% peserta ibu-ibu di Desa Tambah Karto yang berpartisipasi menunjukkan antusiasme tinggi dalam kegiatan, termasuk pemahaman dan pengetahuan yang lebih baik tentang terapi akupunktur serta manfaatnya.

Tabel 1. Hasil Edukasi Terapi Komplementer Akupuntur Sebagai Upaya Mengatasi Nyeri Pada Masyarakat Di Lingkungan Gading Rejo

No	Inisial	Pengetahuan	
		Pre test	Post test
1.	SM	60	90
2.	ST	70	90
3.	CI	50	80
4.	MY	60	90
5.	SR	60	90
6.	LS	40	80
7.	IKA	40	80
8.	DNY	40	80
9.	WN	30	80
10.	MR	50	80
11.	AR	50	80
12.	EM	60	90
13.	SH	40	80
14.	WW	50	80
15.	YT	70	90
16.	MN	70	90
17.	TT	40	80
18.	CVN	40	80
19.	SN	40	80
20.	FT	70	90
Rata-rata		40	80

Dari tabel diatas kegiatan ini dapat meningkatkan pengetahuan peserta tentang terapi akupuntur serta manfaatnya untuk mengatasi nyeri dengan menggunakan jarum halus yang ditusukkan pada titik tubuh tertentu dengan rata rata nilai pre-test 40 dan rata rata nilai post test 80.

Kegiatan ini berhasil meningkatkan pemahaman peserta, sehingga mencapai tujuan jangka pendek mereka. Lebih lanjut, tujuannya adalah untuk meningkatkan pemahaman dan pemahaman mereka tentang terapi akupunktur.

PEMBAHASAN

Akupunktur adalah praktik terapi yang melibatkan penusukan dan manipulasi jarum kecil di titik-titik tertentu pada tubuh, yang dikenal sebagai titik akupunktur, untuk mengubah cara kerja tubuh. Metode ini didasarkan pada prinsip-prinsip pengobatan tradisional Asia Timur, yang memandang tubuh sebagai sistem yang terhubung. Metode ini menekankan hubungan antar organ, lokasi tertentu, saluran energi, serta munculnya gejala dan masalah fungsional. Pelepasan opioid alami dalam tubuh, yang terjadi ketika titik-titik akupunktur dirangsang, merupakan salah satu cara untuk mengurangi rasa sakit. Akupunktur telah menunjukkan potensi substansial sebagai strategi manajemen untuk mengurangi tingkat intensitas nyeri, dengan risiko dan efek samping yang minimal jika dibandingkan dengan intervensi farmakologis. Selain itu, akupunktur menawarkan pendekatan komprehensif yang meliputi aspek fisik, emosional, dan sosial individu yang menerima perawatan.

Akupunktur bertujuan untuk memulihkan harmoni aliran energi dalam tubuh, serta mampu membantu mengurangi nyeri, menekan inflamasi, dan mengatasi berbagai kondisi kesehatan. Dalam konteks kedokteran kontemporer, penelitian mengenai dampak dan aplikasi akupunktur telah berkembang pesat, dan sedang dievaluasi sebagai opsi terapi terintegrasi dengan metode konvensional. Saat ini, akupunktur tersedia sebagai layanan kesehatan di berbagai negara dan diterapkan untuk menangani beragam masalah kesehatan. Meskipun demikian, tingkat penerimaan, pemahaman, persepsi, dan penggunaan akupunktur di kalangan masyarakat masih belum luas diketahui, dengan data menunjukkan bahwa 50% responden belum memiliki pengetahuan tentang akupunktur serta manfaatnya, sedangkan 50% lainnya telah mengenal akupunktur namun tidak memahami manfaatnya.

Materi yang disampaikan mencakup terapi akupunktur sebagai alternatif nonfarmakologis untuk mengelola nyeri. Setelah penyampaian materi selesai, kegiatan dilanjutkan dengan pemutaran video tentang teknik akupunktur. Melalui aktivitas ini, selain meningkatkan pengetahuan peserta mengenai terapi akupunktur dan manfaatnya, diharapkan juga dapat membangkitkan minat mereka untuk mengadopsi terapi akupunktur. Pada sesi tanya jawab, beberapa pertanyaan diajukan, termasuk mengenai lamanya penyisipan jarum akupunktur, dengan durasi terapi selama penyisipan adalah 30 menit, yang didasarkan pada kitab Ling Shu yang menyatakan bahwa siklus sirkulasi Qi dan darah melalui seluruh meridian memerlukan waktu 28 menit dan 48 detik (Young, 2017), sehingga waktu penyisipan dibulatkan menjadi 30 menit.

KESIMPULAN

Terdapat peningkatan pemahaman di kalangan masyarakat (ibu-ibu) di Desa Tambah Karto mengenai terapi akupunktur dan manfaatnya. Kegiatan pengabdian masyarakat berupa edukasi terapi komplementer akupunktur sebagai strategi mengatasi nyeri di lingkungan Gading Rejo berjalan lancar. Mitra menilai kegiatan ini bermanfaat untuk memperluas pengetahuan dan wawasan tentang terapi komplementer akupunktur. Aktivitas ini berfungsi sebagai wadah transfer ilmu kepada masyarakat melalui pendekatan sederhana namun krusial untuk dipahami oleh target audiens, sehingga tujuan kegiatan dapat dicapai secara optimal.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terimakasih kepada masyarakat tambah rejo dan seluruh pihak yang telah memfasilitasi pelaksanaan pengabdian masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Ariyanti, K. S., Sariyani, M. D., & Pemayun, C. I. M. (2020). Kepercayaan Masyarakat Terhadap Pengobatan Komplementer Akupuntur Di Praktik Perawat Mandiri Latu Usadha Abiansemal Badung. *Jurnal Ilmu Kesehatan MAKIA*, 10(2), 107-116
- Ariyanti, K. S., Sariyani, M. D., & Pemayun, C. I. M. (2021). Kepercayaan Masyarakat Terhadap Pengobatan Komplementer Akupuntur di Praktik Perawat Mandiri Latu Usadha Abiansemal Badung: Public Trust in Acupuncture as Complementary Medication in Private Nurse Latu Usadha Clinic Abiansemal Badung. *Bali Medika Jurnal*, 8(1), 1-12.
- Gozali, G. F., & Mellisa, M. (2024). MANFAAT TITIK AKUPUNTUR TUNG UNTUK MENGATASI NYERI PUNGGUNG. *Jurnal Cakrawala Ilmiah*, 4(1), 4049-4056.
- Irawan, Y. F., Rahmadhani, D., & Samsudin, S. A. (2025). Efektivitas Terapi Akupunktur Dalam Menurunkan Intensitas Nyeri: Literatur Review. *Jurnal Pustaka Medika (Pusat Akses Kajian Medis dan Kesehatan Masyarakat)*, 4(2), 33-38.
- Öztekin, C., & Öztekin, A. (2024). Global trends in acupuncture research: a scientometric analysis from 1980 to 2023. *Medicine*, 103(36)