

PENGARUH AKUPUNKTUR METODE *JIN'S 3-NEEDLES* TERHADAP PENURUNAN INTENSITAS NYERI PENDERITA NYERI PUNGGUNG BAWAH

Oentoeng Agustijaya, Leny Candra, Suyono

Prodi Akupunktur Poltekkes RS dr Soepraoen

ABSTRAK

Nyeri Punggung Bawah atau *Low Back Pain* (LBP) adalah perasaan nyeri di daerah lumbosakral dan sakroiliakal, nyeri ini juga sering disertai penjalaran sampai ke tungkai kaki. Nyeri ini sudah umum di kalangan masyarakat dan bahkan hampir semua masyarakat pernah menderita Nyeri Punggung Bawah. Pada stadium dini nyeri ini bisa hilang dengan sendirinya, namun banyak juga yang berlarut-larut sampai memerlukan tindakan lanjutan. Upaya untuk mengurangi nyeri pada Punggung Bawah dapat dilakukan dengan Akupunktur Metode *Jin's 3-Needles*. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui Pengaruh Akupunktur Metode *Jin's 3-Needles* Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Penderita LBP. Desain Penelitian ini menggunakan *pre-experimental design* dengan *pretest-posttest design* dengan sampel 10 responden melalui teknik *Purposive Sampling*. Responden mendapat perlakuan terapi akupunktur sebanyak 12 kali. Teknik pengumpulan data menggunakan Skala Ukur Nyeri Bourbanis dan Lembar Status Pasien. Data yang terkumpul diuji menggunakan *Wilcoxon's Signed Ranks Test*. Hasilnya adalah intensitas nyeri sebelum dilakukan terapi akupunktur masuk pada skala Nyeri Sedang 8 responden dan 2 responden berskala Nyeri Berat. Setelah diterapi akupunktur menjadi 6 responden pada skala Tidak Nyeri dan 4 responden berskala Nyeri Ringan. Uji hipotesis dengan α 0,05 menghasilkan t hitung = 0, sehingga nilai t hitung ($0 < t$ tabel (11) yang berarti ada penurunan intensitas nyeri pada penderita LBP. Hasil penelitian ini diharapkan menjadi masukan untuk pengembangan kajian tentang Pengaruh Akupunktur Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Penderita LBP dan sebagai alternatif terapi dalam menurunkan nyeri kasus-kasus nyeri yang lain.

Kata kunci: Nyeri punggung bawah, Akupunktur *Jin's 3-Needles*, Penurunan Skala Nyeri

Pendahuluan

Hidup sehat adalah dambaan 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 atau *Low Back Pain* (LBP). 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. Penyebab terbanyak nyeri

punggung bawah adalah karena otot tertarik, nyeri otot kronik pada daerah tertentu di pinggang atau pengapur-an pada tulang belakang (Atmajaya, 2007). Berbagai upaya pengobatan dilakukan di bidang ilmu kedokteran, mulai dari bidang radiologi (X-Ray, CT Scan, MRI) maupun fungsional neurologi, tetapi sampai saat ini ternyata belum sepenuhnya memberi hasil yang memuaskan. Nyeri punggung bawah merupakan salah satu dari 10 penyakit utama di Amerika Serikat, dengan angka prevalensi berkisar sekitar 7,6-37%. Berdasarkan hasil penelitian Kelompok Studi Nyeri PERDOSSI (Persatuan Dokter Spesialis Saraf Indonesia) di 14 Rumah Sakit pendidikan di Indonesia pada bulan Mei 2002 menunjukkan jumlah penderita nyeri sebanyak 4.456 orang, di mana 1.598 orang adalah penderita nyeri punggung

bawah. Dari seluruh data pasien dengan keluhan nyeri punggung bawah, 70% merupakan kasus yang bisa diobati oleh dokter umum, sedangkan sisanya bisa ditangani oleh dokter spesialis saraf, fisioterapi, dan akupunktur. Sedangkan menurut laporan kunjungan pasien yang berobat di Poliklinik Akupunktur RS Tk.II dr. Soepraoen Malang pada bulan Juli-Desember tahun 2012 tercatat sejumlah 2162 kunjungan pasien, di mana 597 kunjungan pasien adalah penderita nyeri punggung bawah. Dampak dari nyeri punggung bawah salah satunya dapat menurunkan produktivitas seseorang. Nyeri punggung bawah jarang berakibat fatal, namun nyeri yang dirasakan menyebabkan penderita mengalami suatu ketidakmampuan fisik, yaitu keterbatasan fungsional dalam aktivitas sehari-hari yang menyebabkan banyak kehilangan jam kerja, terutama pada usia produktif serta besarnya biaya pemeliharaan kesehatan yang harus dikeluarkan. Selama ini tindakan penyembuhan meliputi pengurangan aktivitas, pemberian obat Anti Inflamasi Non Steroid (AINS), pemberian obat penghilang rasa sakit, fisioterapi. Ternyata pemberian obat secara terus menerus dapat menimbulkan efek samping berupa ketergantungan, iritasi lambung, kolik usus, diare dan serangan asma bronchiale (Tamsuri, 2007). Hal ini menyebabkan sebagian besar pasien memilih akupunktur sebagai pengobatan alternatif, karena pengobatan ini tidak menggunakan bahan-bahan kimia, aman, terjangkau dan tidak ada efek samping yang membahayakan. Akupunktur adalah cara pengobatan dengan menusukkan jarum khusus ke dalam titik-titik akupunktur kemudian diberi stimulasi seperlunya, sehingga mendapat-kan efek terapi (Sim, 1997). Akupunktur metode *Jin's 3-Needles* merupakan metode akupunktur yang hanya menggunakan 3 titik akupunktur dalam pengobatannya. Metode ini sangat efektif untuk dipakai sebagai terapi dalam mengurangi keluhan nyeri dan spasme otot pada penderita nyeri punggung bawah (Jin's, 2004). Diharapkan hanya dengan menggunakan 3 titik akupunktur penderita tidak merasa takut akan banyaknya jarum yang digunakan.

Bahan Dan Metode Penelitian

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini merupakan *pre-experimental design* dengan *pretest-posttest design*. Penelitian eksperimen atau percobaan (*experiment research*) adalah kegiatan percobaan (*experiment*), yang bertujuan untuk mengetahui suatu gejala atau pengaruh yang timbul, sebagai akibat dari adanya perlakuan tertentu (Notoatmodjo, 2005). Populasi penelitian ini adalah semua penderita nyeri punggung bawah yang berkunjung ke Laboratorium Akupunktur Terpadu Program Studi Akupunktur Politeknik Kesehatan RS dr. Soepraoen Malang. Sampel penelitian ini adalah semua penderita nyeri punggung bawah yang berkunjung ke Laboratorium Akupunktur Terpadu Program Studi Akupunktur Politeknik Kesehatan RS dr. Soepraoen Malang sebanyak 10 orang pada saat penelitian di lakukan. Sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan teknik Purposive Sampling, dengan kriteria inklusi penyakit nyeri punggung bawah dengan skala nyeri lebih dari 5 dan pasien tidak sedang minum obat.

Hasil

Dari penelitian yang dilaksanakan mulai tanggal 3 Februari sampai dengan 3 April 2014 di Laboratorium Akupunktur Terpadu Prodi Akupunktur Poltekkes RS dr. Soepraoen Malang pada sampel 10 orang, tentang Intensitas Nyeri didapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel Hasil Pengukuran Skala Nyeri

No	Saka Nyeri	Pre	Post
1	Tidak Nyeri	0	6
2	Nyeri Ringan	0	4
3	Nyeri Sedang	8	0
4	Nyeri Berat	2	0
5	Nyeri Sangat Berat	0	0
Jumlah		10	10

Sumber: Lembar Observasi Maret 2014

Dari Tabel di atas dapat dilihat bahwa skala nyeri yang dirasakan penderita Nyeri Punggung Bawah yang dialami oleh 10 penderita, 2 orang mengalami Nyeri Berat, 8 orang mengalami Nyeri Sedang. Setelah dilakukan terapi akupunktur metode *Jin's 3*

Needles maka semuanya mengalami penurunan, yaitu pada skala Tidak Nyeri menjadi sebanyak 6 orang dan pada skala Nyeri Ringan menjadi sebanyak 4 orang, sehingga tidak ada yang menempati pada skala nyeri yang lain. Hasil uji hipotesis menggunakan *Uji Wilcoxon's Signed Ranks Test* didapatkan hasil t hitung = 0 dengan $\alpha = 0,05$, yang kemudian dibandingkan dengan tabel t , maka didapatkan nilai dari t tabel (10) = 11. Sehingga nilai t hitung (0) < t tabel (11), karena t hitung lebih kecil dari t tabel, maka dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak, yang berarti ada penurunan intensitas nyeri pada penderita LBP setelah diberi perlakuan terapi Akupunktur *Jin's 3-Needles* di Program Studi Akupunktur Poltekkes RS dr. Soepraoen.

Pembahasan

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa intensitas nyeri penderita LBP yang dialami oleh 10 penderita, memiliki intensitas Nyeri Berat 2 orang, Nyeri Sedang 8 orang, dan tidak ada yang masuk skala Nyeri Ringan. Hal ini dikarenakan pada penderita dengan skala nyeri ringan pada umumnya mencari pertolongan ke medis barat atau dokter spesialis, sedangkan pada penderita dengan skala nyeri sedang atau berat pada umumnya sudah berobat ke dokter tetapi tidak mendapatkan hasil yang maksimal maka mencari pertolongan ke Akupunktur.

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data yang diperoleh, menunjukkan bahwa terapi Akupunktur metode *Jin's 3 Needles* berpengaruh terhadap penurunan intensitas nyeri. Intensitas nyeri yang dirasakan responden berada pada skala Berat dan Sedang, sedangkan setelah dilakukan terapi akupunktur intensitasnya turun menempati skala Nyeri Ringan dan skala Tidak Nyeri. Tanpa melihat riwayat nyerinya ternyata melalui penelitian awal yang sederhana ini akupunktur terbukti memiliki manfaat yang baik dengan tanpa efek negatif yang menyertai. Teknik yang sederhana ini yaitu dengan menusukkan jarum akupunktur di titik-titik tertentu dapat mempengaruhi daerah lokal di sekitar titik tersebut juga mampu mempengaruhi daerah lain yang jauh dari tempat jarum dipasang. Lebih lanjut, Saputra (2002), menyebutkan bahwa perangsangan pada titik-titik Akupunktur dengan metode apapun, memiliki efek

inhibitor pada interneuron di dalam Lamina Rexed V Medulla Spinalis dan inhibisi yang dimediasi oleh *Opiate Pain Relieving System*. Perubahan aktivitas sel di Cornu Dorsalis Medulla Spinalis juga banyak terjadi selama stimulasi daerah somatik atau viseral, baik berupa stimulasi mekanik, kimia maupun elektrik. Perubahan terutama berupa penurunan nyeri. Stimulasi kuat saraf permukaan kulit yang akan dilanjutkan pada Cornu Dorsalis Medulla Spinalis melalui saraf A Delta dan C serta Traktus Spinothalamicus ke arah Thalamus yang akan menghasilkan Endorphin. Menurut Brunner & Suddarth (2002), Endorphin dapat menghambat transmisi impuls nyeri.

Kesimpulan Dan Saran

Kesimpulan

Dari hasil dan pembahasan maka dapat ditarik kesimpulan yaitu:

Sebelum diberi perlakuan terapi Akupunktur Metode *Jin's 3-Needles* Intensitas Nyeri 10 orang penderita Nyeri Punggung Bawah di Prodi Akupunktur Poltekkes RS dr. Soepraoen Malang didapatkan 2 orang mengalami Nyeri Berat, dan 8 orang mengalami Nyeri Sedang.

Setelah diberi perlakuan terapi Akupunktur Metode *Jin's 3-Needles* intensitas nyeri penderita LBP menjadi 6 orang menduduki skala tidak nyeri, dan 4 orang nyeri ringan.

Akupunktur Metode *Jin's 3-Needles* (Shenshu, Dachangshu, Weizhong) dapat menurunkan intensitas nyeri pada penderita Nyeri Punggung Bawah di Prodi Akupunktur Poltekkes RS dr. Soepraoen Malang.

Saran

Bagi Peneliti

Terapi Akupunktur terhadap penurunan intensitas nyeri pada penderita Nyeri Punggung Bawah dengan metode *Jin's 3-Needles* (Shenshu, Dachangshu, Weizhong) dapat dijadikan alternatif formulasi titik dalam melakukan terapi Akupunktur pada penderita Nyeri Punggung Bawah.

Bagi Profesi Akupunktur

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dalam meningkatkan dan mengembangkan ilmu Akupunktur Metode *Jin's 3-Needles* Terhadap Penurun-an

Intensitas Nyeri Penderita Nyeri Punggung Bawah.

Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan kajian pustaka bagi kemajuan ilmu pengetahuan dan penelitian lebih lanjut.

Bagi masyarakat

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai tambahan informasi dan wawasan pengetahuan tentang Pengaruh Akupunktur Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Penderita Nyeri Punggung Bawah, sehingga bisa dijadikan pilihan bagi masyarakat sebagai alternatif dalam pengobatan nyeri punggung bawah.

Daftar Pustaka

Anonim. (2006). Indonesia Oriental Medicine Education Surabaya www.inormek.com Indonesia Oriental Medicine Education, diakses 06 November 2013 Jam 15:34 Wib

Atmajaya. (2007). Pathofisiologi Nyeri Punggung Bawah. Jakarta-Indonesia. <http://lib.atmajaya.ac.id>, diakses 15 September 2013 Jam 11:40 Wib

Brunner & Suddarth, (2002). Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah. Alih Bahasa Monica Ester, SKP ; Edisi 8, Volume 1, EGC, Jakarta,

Elanor, A. (2007) . Nyeri Pinggang. Jakarta Indonesia: Erlangga.

Eddiestp (2013). Dasar Penentuan Jumlah Sample <http://eddiestp.wordpress.com/2013/03/26/dasar-penentuan-jumlah-sample>, diakses 25 Juni 2014 Jam 11.54 Wib

Gunawijaya, FA. (2007). Nyeri Punggung Bawah. Jakarta

<http://dokita.co/blog/nyeri-pinggang-bawah> Diakses 2 Oktober 2013 Jam 10.54 Wib

Harsono. (2005). Kapita Selekta Neurologi. Yogyakarta Indonesia: Gadjah Mada University Press

Hidayat, A.A. (2007). Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisis Data. Salemba Medika. Jakarta, Indonesia.

Jin Rui (2004). Chinese English Explanation of Jin' 3 Needle Technique. Shanghai Scientific & Technological literature Publishing House.

Mansjoer, A. (2007). Kapita Selekta Kedokteran. Jakarta Indonesia: Media Aesculapius.

Meridian Indonesia Jurnal of Acupuncture Volume XIV. (2007) . Surabaya

Notoatmodjo, S. (2005). Metode Penelitian Kesehatan. Rineka Cipta. Jakarta, Indonesia.

Nursalam.(2003). Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. Salemba Medika. Jakarta, Indonesia.

Saputra, K. (2002). Akupunktur Dalam Pendekatan Ilmu Kedokteran. Surabaya Indonesia: Airlangga University Press.

Sim Kie Jie. (1997). Dasar Teori Ilmu Akupunktur. Jakarta Indonesia: PT Gramedia Widiasarana.

Sugiyono. (2009). Statistika Untuk Penelitian Kesehatan. Alfabeta. Jakarta, Indonesia.

Soesanto, W. (2009). Biostatistika Penelitian Kesehatan. Duatujuh. Surabaya, Indonesia.

Tamsuri, A. (2007). Konsep dan Penatalaksanaan Nyeri. Jakarta-Indonesia: Penerbit EGC