Jurnal Medicare

PERAN AKUPUNKTUR DALAM ASUHAN NYERI LUTUT: KASUS DI GRIYA SEHAT AMIR, JAGAKARSA

Mariam Bawafie[1#], Cantika Mahadini[2], Puspo Wardoyo[3], Leny Candra Kurniawan[4]
[1-4]Prodi D3 Akupunktur, ITSK RS dr. Soepraoen Malang

ARTICLE INFORMATION

Received: July, 5th 2026
Revised: July, 28th 2026
Accepted: July, 30th 2026

KEYWORD

knee pain, acupuncture, homecare

nyeri lutut, akupunktur, *homecare*

CORRESPONDING AUTHOR

Nama: Mariam Bawafie
E-mail: iyam.ma92@gmail.com
No. Tlp : +628578301827

DOI:
10.62354/jurnalmedicare.v5i3.406

© 2026 Mariam Bawafie et al.

ABSTRACT

Nyeri lutut merupakan masalah umum yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari dan menurunkan kualitas hidup. Terapi akupunktur merupakan salah satu pendekatan non-farmakologis yang digunakan untuk mengurangi nyeri dan meningkatkan fungsi sendi. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan asuhan akupunktur pada penderita nyeri lutut di Griya Sehat Amir, Jagakarsa. Metode yang digunakan adalah studi deskriptif dengan pendekatan studi kasus, melibatkan pasien yang mendapatkan terapi akupunktur sesuai prinsip Traditional Chinese Medicine (TCM). Evaluasi dilakukan pada intensitas nyeri, mobilitas sendi, dan respons terhadap terapi. Hasil menunjukkan adanya penurunan nyeri dan peningkatan kenyamanan saat bergerak pada pasien setelah beberapa sesi akupunktur. Kesimpulannya, akupunktur efektif sebagai terapi tambahan untuk manajemen nyeri lutut, dengan pelayanan yang dapat diakses melalui home care.

Knee pain is a common problem that can interfere with daily activities and reduce quality of life. Acupuncture is a non-pharmacological approach used to reduce pain and improve joint function. This study aims to describe acupuncture care for patients with knee pain at Griya Sehat Amir, Jagakarsa. The method used was a descriptive case study involving patients receiving acupuncture therapy according to Traditional Chinese Medicine (TCM) principles. Evaluation included pain intensity, joint mobility, and response to therapy. Results showed a reduction in pain and improved comfort during movement after several acupuncture sessions. In conclusion, acupuncture is effective as an adjunct therapy for managing knee pain, with services accessible through home care.

A. PENDAHULUAN

Nyeri lutut merupakan salah satu keluhan muskuloskeletal yang paling umum, terutama pada lansia dan individu dengan aktivitas fisik tinggi. Kondisi ini tidak hanya menimbulkan rasa sakit, tetapi juga membatasi mobilitas dan menurunkan kualitas hidup. Penanganan nyeri lutut secara konvensional biasanya melibatkan terapi obat antiinflamasi nonsteroid, fisioterapi, atau tindakan invasif, namun masing-masing memiliki keterbatasan dan potensi efek samping. Berbagai penelitian terdahulu menunjukkan bahwa akupunktur dapat menjadi alternatif non-farmakologis yang efektif dalam mengurangi nyeri lutut dan memperbaiki fungsi sendi. Stimulasi titik-titik akupunktur diyakini meningkatkan sirkulasi energi (Qi) dan darah (Xue) di meridian terkait, serta memodulasi respons nyeri melalui mekanisme neurokimiawi. Meskipun demikian, banyak penelitian masih dilakukan di rumah sakit besar atau laboratorium, sehingga kurang menggambarkan praktik langsung di home care. Kebaruan penelitian ini terletak pada penerapan akupunktur dalam setting home care di Griya Sehat Amir, Jagakarsa, yang menekankan kemudahan akses, personalisasi terapi, dan evaluasi respons pasien di lingkungan rumah. Penelitian ini bertujuan mendeskripsikan praktik akupunktur pada pasien nyeri lutut, menilai perubahan intensitas nyeri dan mobilitas sendi, serta memberikan kontribusi bagi pengembangan layanan home care akupunktur yang aman dan efektif di tingkat komunitas. Kajian literatur terdahulu menunjukkan bahwa kombinasi terapi tradisional dengan praktik langsung di rumah dapat meningkatkan kepatuhan pasien, mempercepat perbaikan fungsi sendi, dan menurunkan ketergantungan pada obat-obatan.

B. METODE

Penelitian ini menggunakan desain deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Subjek penelitian adalah pasien yang mengalami nyeri lutut dan mendapatkan terapi akupunktur di Griya Sehat Amir, Jagakarsa. Kriteria inklusi adalah pasien dengan nyeri lutut persisten minimal 3 bulan, mampu mengikuti terapi akupunktur, dan bersedia dipantau. Kriteria eksklusi adalah pasien dengan infeksi akut, gangguan pembekuan darah, atau kontraindikasi akupunktur lainnya.

Setiap pasien menjalani sesi akupunktur 2–3 kali per minggu selama 4–6 minggu, menggunakan titik-titik yang sesuai prinsip Traditional Chinese Medicine (TCM), seperti ST34, ST36, SP9, GB34, BL40, dan titik tambahan sesuai evaluasi klinis. Evaluasi dilakukan sebelum dan sesudah terapi menggunakan:

1. Skala Nyeri Visual Analog (VAS) untuk mengukur intensitas nyeri.
2. Pengukuran mobilitas sendi dengan ROM (Range of Motion).
3. Observasi subjektif pasien mengenai kenyamanan saat bergerak.

Data dianalisis secara deskriptif untuk melihat perubahan nyeri dan mobilitas sebelum dan sesudah terapi.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari 10 pasien yang menjalani terapi, mayoritas berusia 55–75 tahun, dengan durasi nyeri 6–24 bulan. Evaluasi menunjukkan:

1. Rata-rata skor VAS menurun dari 7,2 ± 0,9 sebelum terapi menjadi 3,8 ± 1,1 setelah 4–6 sesi akupunktur.
2. Mobilitas sendi lutut meningkat, dengan rata-rata ROM dari 90° ± 10° menjadi 120° ± 8°.
3. Pasien melaporkan peningkatan kenyamanan saat berjalan, menekuk, atau naik tangga.
4. Tidak ditemukan efek samping serius selama terapi.

Hasil ini menunjukkan adanya penurunan nyeri dan perbaikan fungsi sendi setelah penerapan akupunktur dalam konteks home care.

Nyeri lutut terjadi akibat kombinasi degenerasi sendi, peradangan, dan gangguan aliran energi (Qi dan Xue) menurut TCM. Akupunktur bekerja dengan merangsang titik-titik tertentu untuk meningkatkan sirkulasi energi dan darah, mengurangi inflamasi, serta memodulasi jalur neurokimiawi yang berperan dalam persepsi nyeri.

Hasil penelitian ini konsisten dengan studi sebelumnya yang menunjukkan akupunktur efektif menurunkan nyeri dan meningkatkan fungsi sendi, baik pada osteoartritis maupun nyeri non-spesifik lutut. Kebaruan penelitian ini adalah penerapannya di setting home care, yang memungkinkan terapi dilakukan di rumah pasien, meningkatkan kenyamanan dan kepatuhan pasien, serta mengurangi kebutuhan obat-obatan.

Beberapa keterbatasan penelitian antara lain jumlah subjek yang relatif sedikit dan tidak ada kelompok kontrol. Namun, temuan deskriptif ini tetap memberikan gambaran praktis mengenai manfaat akupunktur dalam manajemen nyeri lutut di komunitas.

D. KESIMPULAN

Akupunktur terbukti efektif dalam mengurangi nyeri lutut dan meningkatkan mobilitas sendi pada pasien yang menerima asuhan home care di Griya Sehat Amir, Jagakarsa. **Implementasi** akupunktur di rumah pasien dapat menjadi alternatif aman dan praktis untuk manajemen nyeri lutut, khususnya bagi pasien lansia atau yang memiliki keterbatasan mobilitas. Penelitian lebih lanjut dengan jumlah sampel lebih besar dan desain eksperimental diperlukan untuk memperkuat bukti efektivitasnya.

DAFTAR PUSTAKA

Erisca, D. E. (2021). *Pencegahan Dan Penanganan Nyeri Sendi Lutut (Osteoarthritis) Pada Lansia Universitas Muhammadiyah Gresik*. *3*(2), 848–855.

Ismail, A. (2018). Gambaran health related quality of life (HRQoL) penderita osteoartritis berdasarkan penyakit penyerta. *Jurusan Farmasi FKIK UINAM*,

6(2), 103–108.

Irawan, Y. F., Rahmadhani, D., & Samsudin, S. A. (2025). *Efektivitas Terapi Akupunktur Dalam Menurunkan Intensitas Nyeri : Literatur Review*. *4*(2), 33–38.

Mardiyah, K. (2025). a Case Report : Medical Rehabilitation on Male Patient Aged 78 Years Post Total Knee Replacement Genu Sinistra Ec Osteoarthritis Genu Sinistra. *Prepotif : Jurnal Kesehatan Masyarakat*, *9*(2), 4658–4663. https://doi.org/10.31004/prepotif.v9i2.48133

Pendit, S. A., & Reti, H. (2023). *FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI NYERI BERULANG PADA Hipertensi adalah gangguan pada sistem peredaran darah yang sering terjadi pada lansia , dengan kenaikan tekanan darah sistolik lebih dari 150 mmHg dan tekanan darah diastiloknya lebih dari 90 mmHg . Pro*. *12*(2), 287–297.

Rokhima, V., & Purba, D. (2023). Hubungan Nyeri Sendi Lutut Dengan Aktivitas Sehari-Hari Di Pelayanan Lansia Binjai. *Jurnal Online Keperawatan Indonesia*, *6*(2), 66–70. https://doi.org/10.51544/keperawatan.v6i2.4653

Sitti Qomariyah Diu, Sri Yunanto, & Adnan Faris Naufal. (2025). Management Fisioterapi pada Kasus Osteoarthritis Lutut dengan Terapi Latihan Penguatan: Case Report. *Jurnal Medika Nusantara*, *3*(2), 136–150. https://doi.org/10.59680/medika.v3i2.1884

Tarigan, G. A., Ahmad Fauzi, & Anisa Nuraisa Jausal. (2025). Efektivitas Terapi Akupunktur pada Pasien Osteoarthritis Lutut : Literature Review. *Jurnal Anestesi*, *3*(1), 148–153. https://doi.org/10.59680/anestesi.v3i1.1613

Wardhani, R. R., Riyanto, A., & Herwinda, N. (2022). Hubungan obesitas terhadap derajat Osteoarthritis Knee pada lansia: narrative review. *Journal Physical Therapy UNISA*, *2*(1), 57–64. https://doi.org/10.31101/jitu.2654