

Penerapan Terapi Akupunktur sebagai Terapi Komplementer dalam Menurunkan Nyeri Muskuloskeletal pada Masyarakat Usia Produktif di Desa Cadek

Ayunda Prisilia Kusuma Ningtyas^{*1}, Mehdyia Vikia Murti², Fazil Kismullah³ Tria Zuruna Maria⁴
^{1,2,3,4}Akademi Akupunktur Aceh, Banda Aceh, Indonesia

*e-mail: ayundaprisilia@acehakupunktur.ac.id

Submitted:11-10-2025

Revised:19-11-2025

Acepted:25-11-2025

Publish:26-12-2025

Abstract

Musculoskeletal pain is a common health problem among the productive-age population and has a significant impact on daily activities, work productivity, and quality of life. Most cases of musculoskeletal pain are associated with physical workload, repetitive movements, and non-ergonomic working postures. Pharmacological management is frequently used; however, long-term use may lead to adverse side effects. Therefore, complementary non-pharmacological approaches are needed as alternative pain management strategies. This community service activity aimed to apply acupuncture therapy as a complementary treatment to reduce musculoskeletal pain among the productive-age population in Aceh Province. The activity was conducted through health services and educational approaches, involving productive-age participants who experienced musculoskeletal pain. Acupuncture therapy was administered by trained practitioners using sterile disposable needles at selected acupuncture points based on the participants' pain complaints. Pain intensity was measured before and after the intervention using the Numeric Rating Scale (NRS). The results of the activity showed a reduction in pain intensity among most participants after receiving acupuncture therapy. Participants also reported muscle relaxation and improved comfort following the intervention. These findings indicate that acupuncture therapy can be effectively implemented as a complementary, safe, and non-pharmacological approach for managing musculoskeletal pain in the community. In conclusion, the application of acupuncture therapy in community service activities has the potential to reduce musculoskeletal pain and improve the quality of life of the productive-age population. Continuous implementation and integration of acupuncture services with primary health care are recommended to support holistic pain management in the community.

Keywords: *acupuncture, complementary therapy, musculoskeletal pain, productive-age population,*

Abstrak

Nyeri muskuloskeletal merupakan masalah kesehatan yang umum terjadi pada masyarakat usia produktif dan memiliki dampak signifikan terhadap aktivitas sehari-hari, produktivitas kerja, serta kualitas hidup. Sebagian besar kasus nyeri muskuloskeletal berkaitan dengan beban kerja fisik, gerakan berulang, dan postur kerja yang tidak ergonomis. Penatalaksanaan nyeri secara farmakologis masih sering digunakan, namun penggunaan jangka panjang berpotensi menimbulkan efek samping. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan nonfarmakologis yang bersifat komplementer sebagai alternatif dalam pengelolaan nyeri. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk menerapkan terapi akupunktur sebagai terapi komplementer dalam menurunkan nyeri muskuloskeletal pada masyarakat usia produktif di Provinsi Aceh. Kegiatan dilaksanakan melalui pendekatan pelayanan kesehatan dan edukasi, dengan melibatkan peserta usia produktif yang mengalami keluhan nyeri muskuloskeletal. Terapi akupunktur diberikan oleh praktisi terlatih menggunakan jarum steril sekali pakai pada titik-titik akupunktur yang disesuaikan dengan keluhan nyeri peserta. Intensitas nyeri diukur sebelum dan sesudah intervensi menggunakan Numeric Rating Scale (NRS). Hasil kegiatan menunjukkan adanya penurunan intensitas nyeri pada sebagian besar peserta setelah mendapatkan terapi akupunktur. Peserta juga melaporkan adanya relaksasi otot dan peningkatan rasa nyaman setelah intervensi. Temuan ini menunjukkan bahwa terapi akupunktur dapat diterapkan secara efektif sebagai pendekatan komplementer yang aman dan nonfarmakologis dalam pengelolaan nyeri muskuloskeletal di masyarakat.

Kesimpulannya, penerapan terapi akupunktur dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat berpotensi menurunkan nyeri muskuloskeletal serta meningkatkan kualitas hidup masyarakat usia produktif. Implementasi secara berkelanjutan dan integrasi layanan akupunktur dengan pelayanan kesehatan primer direkomendasikan untuk mendukung pengelolaan nyeri secara holistik di masyarakat.

Kata kunci: *akupunktur, terapi komplementer, nyeri muskuloskeletal, usia produktif*

PENDAHULUAN

Nyeri muskuloskeletal merupakan salah satu masalah kesehatan yang paling sering dialami oleh masyarakat usia produktif, khususnya mereka yang memiliki aktivitas fisik berat, posisi kerja statis, atau pola kerja berulang dalam jangka waktu lama. Kondisi ini meliputi nyeri pada otot, sendi, ligamen, tendon, dan struktur penunjang lainnya yang dapat menurunkan kapasitas fungsional serta kualitas hidup individu secara signifikan (Ang et al., 2025). Organisasi Kesehatan Dunia (World Health Organization/WHO) menyatakan bahwa gangguan muskuloskeletal menjadi penyebab utama disabilitas global dan berdampak langsung terhadap produktivitas kerja (WHO, 2019).

Di Indonesia, prevalensi nyeri muskuloskeletal pada usia produktif cenderung meningkat seiring dengan perubahan gaya hidup, beban kerja, serta minimnya kesadaran terhadap ergonomi dan pencegahan penyakit kerja. Hasil Riset Kesehatan Dasar menunjukkan bahwa keluhan nyeri otot dan sendi termasuk dalam sepuluh besar keluhan kesehatan yang sering dilaporkan oleh masyarakat dewasa (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Penanganan nyeri muskuloskeletal secara konvensional sering mengandalkan analgesik dan intervensi farmakologis yang dalam jangka panjang dapat menimbulkan efek samping dan ketergantungan. Akupunktur, sebagai terapi komplementer yang berbasis stimulasi titik tertentu pada tubuh, dilaporkan mampu menurunkan intensitas nyeri dan meningkatkan fungsi fisik pada kondisi nyeri muskuloskeletal seperti nyeri punggung bawah, leher, dan nyeri bahu (Frontiers et al., 202

Bukti ilmiah terbaru juga menunjukkan bahwa akupunktur mulai dimasukkan dalam beberapa pedoman praktik klinis untuk nyeri muskuloskeletal kronis, meskipun rekomendasi antar pedoman belum konsisten di semua kondisi nyeri (BMC Complementary Medicine and Therapies, 2025).

Dalam konteks pengabdian kepada masyarakat, penerapan terapi akupunktur memiliki nilai strategis karena tidak hanya berfokus pada pengobatan, tetapi juga edukasi kesehatan, peningkatan kesadaran masyarakat, serta pemberdayaan masyarakat dalam menjaga kesehatan muskuloskeletal secara mandiri. Kegiatan pengabdian ini menjadi sarana transfer ilmu dan teknologi dari institusi pendidikan kepada masyarakat, khususnya dalam pemanfaatan terapi akupunktur sebagai terapi komplementer yang berbasis bukti ilmiah (evidence-based practice) (Kemenristekdikti, 2020).

Di Desa Neuhuen, banyak masyarakat usia produktif bekerja dalam sektor manual dengan risiko nyeri muskuloskeletal yang tinggi, tetapi akses terhadap terapi non-farmakologis seperti akupunktur masih terbatas. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan mengisi kesenjangan tersebut dengan menerapkan akupunktur sebagai terapi komplementer yang bisa diakses, aman, dan berbasis bukti ilmiah untuk menurunkan gejala nyeri serta meningkatkan kualitas fungsi fisik pada masyarakat sasaran. Strategi ini akan mendukung pencegahan jangka panjang serta pemberdayaan masyarakat dalam menjaga kesehatan muskuloskeletal mereka (BPS Aceh, 2022).

Oleh karena itu, berdasarkan latar belakang tersebut, diperlukan suatu kegiatan pengabdian masyarakat yang terstruktur dan berkelanjutan melalui penerapan terapi akupunktur sebagai terapi komplementer dalam menurunkan nyeri muskuloskeletal pada masyarakat usia produktif di Desa Neuhuen. Kegiatan ini diharapkan dapat memberikan bukti praktik langsung, meningkatkan hasil kesehatan masyarakat, serta memperluas kesadaran tentang manfaat terapi komplementer dalam pengelolaan nyeri muskuloskeletal.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Masyarakat sangat antusias dalam kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) penerapan terapi

akupunktur sebagai terapi komplementer dalam menurunkan nyeri muskuloskeletal menunjukkan hasil yang sangat positif. Sebagian besar Masyarakat menyatakan bahwa terapi yang diberikan memberikan manfaat nyata dalam mengurangi rasa nyeri, meningkatkan kenyamanan tubuh, serta memperbaiki kemampuan gerak dalam aktivitas sehari-hari.

Masyarakat merasakan perubahan kondisi fisik secara langsung setelah menjalani terapi akupunktur, terutama pada keluhan nyeri punggung bawah, bahu, leher, dan lutut. Beberapa Masyarakat menyampaikan bahwa intensitas nyeri yang sebelumnya mengganggu aktivitas kerja dan istirahat berkurang secara signifikan, sehingga mereka dapat kembali beraktivitas dengan lebih nyaman dan produktif. Selain manfaat fisik, Masyarakat juga memberikan respon positif terhadap aspek pelayanan dan pendekatan kegiatan. Masyarakat menilai bahwa proses terapi dilakukan secara profesional, aman, dan nyaman. Edukasi kesehatan yang diberikan selama kegiatan dinilai mudah dipahami dan bermanfaat dalam meningkatkan pemahaman tentang penyebab nyeri muskuloskeletal, cara pencegahan, serta pentingnya menjaga kesehatan sistem gerak. Sebagian besar Masyarakat juga menyatakan ketertarikan untuk kembali mengikuti terapi akupunktur apabila kegiatan serupa dilaksanakan kembali di masa mendatang. Hal ini menunjukkan bahwa terapi akupunktur dapat diterima dengan baik oleh masyarakat sebagai terapi komplementer dan memiliki tingkat kepercayaan yang tinggi dari masyarakat sasaran



Gambar 1. Foto Bersama Masyarakat



(a)



(c)

Gambar 2. Pelaksanaan Terapi Akupunktur

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dari Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat dengan penerapan terapi akupunktur sebagai terapi komplementer dalam menurunkan nyeri muskuloskeletal pada masyarakat usia produktif di Desa Neuhuen telah terlaksana dengan baik dan sesuai dengan tujuan yang direncanakan. Seluruh tahapan kegiatan, mulai dari persiapan, pelaksanaan terapi, hingga evaluasi, dapat berjalan secara sistematis dan mendapat respons positif dari masyarakat sasaran.

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa penerapan terapi akupunktur mampu menurunkan intensitas nyeri muskuloskeletal pada sebagian besar Masyarakat. Selain penurunan tingkat nyeri, Masyarakat juga mengalami peningkatan kenyamanan dan kemampuan gerak setelah mendapatkan terapi akupunktur. Hal ini menunjukkan bahwa akupunktur dapat menjadi terapi komplementer yang efektif, aman, dan dapat diterima oleh masyarakat usia produktif.

Kegiatan ini juga memberikan dampak edukatif dengan meningkatnya pengetahuan dan pemahaman masyarakat mengenai penyebab, pencegahan, dan penanganan nyeri muskuloskeletal secara non-farmakologis. Dengan demikian, penerapan terapi akupunktur tidak hanya memberikan manfaat klinis jangka pendek, tetapi juga berkontribusi dalam upaya promotif dan preventif kesehatan masyarakat. Berdasarkan keseluruhan hasil kegiatan, dapat disimpulkan bahwa terapi akupunktur layak untuk dikembangkan dan diintegrasikan sebagai bagian dari program pelayanan kesehatan masyarakat, khususnya dalam penanganan nyeri muskuloskeletal pada masyarakat usia produktif di Desa Neuhuen.

DAFTAR PUSTAKA

- Ang, B. O., Linton, S. J., & Härenstam, A. (2025). Musculoskeletal pain and work-related factors among the working population. *Journal of Occupational Health*, 67(1), 1–10.
- Bevan, S. (2023). Economic impact of musculoskeletal disorders on workers and productivity. *Best Practice & Research Clinical Rheumatology*, 37(2), 101–112.
- Badan Pusat Statistik Provinsi Aceh. (2022). Keadaan ketenagakerjaan Provinsi Aceh. Banda Aceh: BPS Aceh
- BMC Complementary Medicine and Therapies. (2025). Clinical practice guidelines and evidence update on acupuncture for musculoskeletal pain. *BMC Complementary Medicine and Therapies*, 25(1), 1–15.
- Chen, Y., Wang, Y., Li, J., Zhang, X., & Wang, L. (2024). Effectiveness of acupuncture on musculoskeletal pain: An updated meta-analysis. *Pain Research and Management*, 2024, 1–12.
- Joint National Committee 8. (n.d.). *JNC 8: Hypertension*.
- Cieza, A., Causey, K., Kamenov, K., Hanson, S. W., Chatterji, S., & Vos, T. (2021). Global estimates of the need for rehabilitation based on the global burden of disease study. *The Lancet*, 396(10267), 2006–2017.
- Riansyah, F., Ramadana, V. S., Farida, E. K., & Fajriansyah, F. (2025). Keberlangsungan Dukungan Keluarga Dengan Peningkatan Pengobatan Tbc Di Uptd Puskesmas Langkahan. *Teewan Journal Solutions*, 2(3), 108-116.
- Riansyah, F., Utama, R. J., & Musdiani, M. (2023). Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Guna Mencegah Terjadinya Penyakit menular Pada Masyarakat Tibang. *Geulayang: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 34-39.
- Riansyah, F., Putra, E., Yanti, F., Abdullah, M., Desikaliana, D., & Halizah, A. N. (2023). Analysis of coping mechanisms and quality of life in menopause women in Kaye Lee village, Ingin Jaya district, Aceh Besar district. In *International Conference on Education, Science, Technology and Health (ICONESTH)* (pp. 1467-1475).
- Frontiers in Neurology. (2024). Acupuncture and neuromodulation mechanisms in chronic musculoskeletal pain. *Frontiers in Neurology*, 15, 1–11.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018.

- Jakarta: Kemenkes RI
- Kementerian Riset, Teknologi, dan Pendidikan Tinggi Republik Indonesia. (2020). Panduan pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat. Jakarta: Kemenristekdikti
- Liu, L., Skinner, M., McDonough, S., & Baxter, G. D. (2022). Acupuncture for chronic musculoskeletal pain: Evidence from systematic reviews. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*, 2022, 1–12.
- Nicholas, M. K., Vlaeyen, J. W. S., Rief, W., et al. (2021). The biopsychosocial model of chronic pain. *Pain*, 162(1), 1–7
- Vickers, A. J., Vertosick, E. A., Lewith, G., MacPherson, H., Foster, N. E., Sherman, K. J., & Linde, K. (2023). Acupuncture for chronic pain: An updated individual patient data meta-analysis. *The Journal of Pain*, 24(2), 215–230.
- World Health Organization. (2019). *Musculoskeletal conditions*. Geneva: World Health Organization.