

AKUPUNKTUR SEBAGAI TERAPI KOMPLEMENTER UNTUK PENATALAKSANAAN NYERI LUTUT: STUDI KASUS OSTEOARTRITIS GENU PADA KELOMPOK LANJUT USIA

Mehdya Vikia Murti¹, Afifah Nur Halizah², Linda Mahera³

^{1,2,3}Akademi Akupunktur Aceh

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

Abstract

Knee pain is one of the most common musculoskeletal complaints in the community, with knee osteoarthritis (OA) being the most frequent cause, particularly among the elderly. In Neuhuen Village, many elderly residents work in manual labor sectors that carry a high risk of knee pain, yet access to non-pharmacological therapies—such as acupuncture—remains limited. Acupuncture is a form of traditional medicine long practiced in China that has now gained widespread acceptance in many countries, including Indonesia, as part of complementary and alternative healthcare services. The acupuncture therapy was administered by practitioners who had undergone formal education and specific training for this community service initiative. The results showed that the community was highly enthusiastic and benefited significantly from the event, with some participants even requesting follow-up sessions. These findings lead to the conclusion that acupuncture is an effective complementary therapy for knee pain.

Keywords: Acupuncture, Knee pain, complementary therapy

Abstrak

Nyeri lutut merupakan salah satu keluhan gangguan muskuloskeletal yang paling banyak ditemukan di masyarakat, dengan penyebab tersering berupa osteoartritis (OA) genu, khususnya pada kelompok usia lanjut. Di Desa Neuhuen, banyak masyarakat lanjut usia bekerja dalam sektor manual dengan risiko nyeri lutut yang tinggi, tetapi akses terhadap terapi non-farmakologis seperti akupunktur masih terbatas. Akupunktur merupakan salah satu bentuk pengobatan tradisional yang telah lama digunakan di Tiongkok dan kini telah diterima secara luas di berbagai negara, termasuk Indonesia, sebagai bagian dari pelayanan kesehatan komplementer-alternatif. Terapi akupunktur diberikan dari praktisi akupunktur yang tentunya sudah menempuh pendidikan formal dan terlatih dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini. Dari hasil yang didapatkan, masyarakat sangat antusias dan terbantu dalam acara ini dan ada yang minta untuk terapi selanjutnya. Dalam temuan ini dapat disimpulkan bahwa akupunktur efektif sebagai terapi komplementer untuk keluhan nyeri lutut.

Kata kunci: akupunktur, nyeri lutu, terapi komplementer

This is an open access article under the [CC BY-NC](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/) license.

Copyright © 2026 by Author. Published by Universitas Bina Bangsa Getsempena



PENDAHULUAN

Nyeri lutut merupakan salah satu keluhan gangguan muskuloskeletal yang paling banyak ditemukan di masyarakat, dengan penyebab tersering berupa osteoartritis (OA) genu, khususnya pada kelompok usia lanjut. Kondisi ini ditandai dengan nyeri, kekakuan sendi, keterbatasan gerak, dan penurunan fungsi lutut yang berdampak signifikan terhadap aktivitas sehari-hari serta kualitas hidupenderitanya.

Penatalaksanaan nyeri lutut secara konvensional umumnya menggunakan obat antiinflamasi non-steroid (OAINS), analgesik, fisioterapi, hingga tindakan bedah pada kasus berat. Namun demikian, penggunaan obat-obatan jangka panjang berisiko menimbulkan efek samping, terutama pada saluran cerna, ginjal, dan kardiovaskular, sehingga diperlukan alternatif terapi komplementer yang lebih aman. Akupunktur merupakan salah satu bentuk pengobatan tradisional yang telah lama digunakan di Tiongkok dan kini telah diterima secara luas di berbagai negara, termasuk Indonesia, sebagai bagian dari pelayanan kesehatan komplementer-alternatif.

World Health Organization (WHO) telah merekomendasikan akupunktur sebagai salah satu modalitas terapi untuk berbagai kondisi nyeri, termasuk nyeri lutut akibat osteoarthritis. Berdasarkan pertimbangan tersebut, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan untuk memberikan edukasi sekaligus pelayanan terapi akupunktur bagi masyarakat dengan keluhan nyeri lutut.

Di Indonesia, prevalensi nyeri muskuloskeletal pada lanjut usia 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).

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 lutut 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 lanjut usia bekerja dalam sektor manual dengan risiko nyeri lutut 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 lutut 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 lutut pada masyarakat Lanjut usia 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 lutut.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan penerapan terapi akupunktur sebagai terapi komplementer dalam menurunkan nyeri lutut telah dilaksanakan sesuai dengan rencana yang telah disusun pada Bab III. Sasaran kegiatan adalah masyarakat lanjut usia di Desa Neuhuen yang mengalami keluhan nyeri lutut, baik nyeri akut maupun kronis ringan hingga sedang. Seluruh rangkaian kegiatan meliputi skrining Masyarakat, pengukuran tingkat nyeri awal, pemberian terapi akupunktur, edukasi kesehatan, serta evaluasi hasil terapi. Kegiatan ini mendapat respons positif dari masyarakat, ditandai dengan tingkat partisipasi yang tinggi dan kesediaan Masyarakat mengikuti seluruh rangkaian kegiatan hingga selesai. Hal ini menunjukkan bahwa terapi akupunktur dapat diterima dengan baik sebagai terapi komplementer di Masyarakat

Tabel dan Gambar





Gambar di atas merupakan pelaksanaan terapi akupunktur

KESIMPULAN

Nyeri lutut, terutama akibat osteoarthritis genu, merupakan masalah kesehatan yang banyak dijumpai di masyarakat dan berdampak pada kualitas hidup penderitanya. Akupunktur merupakan salah satu modalitas terapi komplementer yang telah diakui secara ilmiah dapat membantu mengurangi nyeri dan memperbaiki fungsi sendi lutut melalui mekanisme neurofisiologis maupun berdasarkan konsep keseimbangan Qi dalam TCM. Pemilihan titik akupunktur yang tepat, prosedur yang sesuai standar keamanan, serta pelaksanaan oleh tenaga yang kompeten menjadi kunci keberhasilan terapi ini. Melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, diharapkan masyarakat memperoleh manfaat berupa peningkatan pengetahuan mengenai penanganan nyeri lutut serta akses terhadap terapi akupunktur yang aman dan bermanfaat sebagai pendamping penatalaksanaan medis konvensional.

DAFTAR PUSTAKA

- Bevan, S. (2023). Economic impact of musculoskeletal disorders (MSDs) on work in Europe. *Best Practice & Research Clinical Rheumatology*, 37(1), 101820.
- BMC Complementary Medicine and Therapies. (2025). Systematic review of clinical practice guidelines on acupuncture for chronic musculoskeletal pain. *BMC Complementary Medicine and Therapies*, 25, 70.
- Chen, Y., Wang, J., Zhang, X., & Liu, Z. (2024). Effectiveness of acupuncture for musculoskeletal pain: A systematic review and meta-analysis. *Pain Research and Management*, 2024, 1–12.
- 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 2019. *The Lancet*, 396(10267), 2006–2017.

- Frontiers in Neurology. (2024). Acupuncture therapy on myofascial pain syndrome: A systematic review and meta-analysis. Frontiers in Neurology, 15, 1374542.**
- Hawker, G. A., Mian, S., Kendzerska, T., & French, M. (2021). Measures of adult pain: Visual Analog Scale for Pain (VAS Pain), Numeric Rating Scale for Pain (NRS Pain). Arthritis Care & Research, 73(S2), S240–S252.**
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Pedoman Pelayanan Akupunktur pada Fasilitas Pelayanan Kesehatan. Jakarta: Kemenkes RI.**
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Peraturan Menteri Kesehatan tentang Standar Pelayanan Akupunktur.**
- Maciocia, G. The Foundations of Chinese Medicine: A Comprehensive Text for Acupuncturists and Herbalists. Edinburgh: Elsevier.**
- Nicholas, M., Vlaeyen, J. W. S., Rief, W., Barke, A., Aziz, Q., Benoliel, R., et al. (2021). The IASP classification of chronic pain. Pain, 162(5), 1203–1206.**
- Vickers, A. J., Vertosick, E. A., Lewith, G., MacPherson, H., Foster, N. E., Sherman, K. J., et al. (2023). Acupuncture for chronic pain: Update of an individual patient data meta-analysis. The Journal of Pain, 24(1), 1–12.**
- World Health Organization. (2023). WHO global report on traditional and complementary medicine 2019. Geneva: WHO.**
- Zhang, R., Lao, L., Ren, K., & Berman, B. M. (2022). Mechanisms of acupuncture-electroacupuncture on persistent pain. Anesthesiology, 136(3), 524–539.**