



PENGARUH TERAPI AKUPRESUR DAN MASASE PUNGGUNG TERHADAP TINGKAT NYERI PASIEN POST OPERASI FRAKTUR DI RUMAH SUNDARI

Youlanda Sari ¹, Nurul Hafilah ²

^{1,2}Program Studi DIII Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Flora, Medan, Indonesia

Info Artikel

Sejarah artikel :
Diterima, Okt 15, 2022
Disetujui, Nov 20, 2025
Dipublikasikan, Des 30, 2025

Keywords :

Pain, Terapi Akupresur, Back Massage, Fracture Surgery

ABSTRAK

Fraktur merupakan kondisi dimana terjadi putusnya kontinuitas tulang, baik yang bersifat total maupun sebagian yang didasarkan kepada jenis dan luasnya. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada pengaruh pemberian teknik relaksasi genggam jari dan masase punggung terhadap tingkat nyeri pasien post operasi fraktur di RSUD Sundari Medan. Metode penelitian Desain yang digunakan adalah pre quasi eksperimen dengan rancangan one group pre test-post test. Populasi penelitian adalah semua pasien post operasi fraktur yang dirawat inap di RSUD Sundari Medan, sedangkan sampel penelitian sebanyak 20 pasien yang ditentukan dengan metode accidental sampling. Pengumpulan data penelitian menggunakan checklist, sedangkan analisis data penelitian menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test. Hasil penelitian terdapat pengaruh pemberian teknik relaksasi genggam jari dan masase punggung terhadap tingkat nyeri pasien post operasi fraktur di RSUD Sundari Medan ($p=0,000$). Kesimpulan : Pemberian intervensi non farmakologi khususnya pemberian terapi genggam jari dan masase punggung mampu menurunkan tingkat nyeri pasien post operasi fraktur.

ABSTRACT

Fracture is a condition characterized by a break in the continuity of bone, either total or partial, depending on its type and extent. This study aimed to determine the effect of finger-hold relaxation techniques and back massage on pain levels in postoperative fracture patients at RSUD Sundari Medan. The research design used was a pre-quasi experimental study with a one-group pretest-posttest design. The study population consisted of all postoperative fracture patients hospitalized at RSUD Sundari Medan, with a sample of 20 patients selected using accidental sampling. Data were collected using a checklist, and data analysis was performed using the Wilcoxon Signed Rank Test. The results showed a significant effect of finger-hold relaxation techniques and back massage on reducing pain levels in postoperative fracture patients at RSUD Sundari Medan ($p = 0.000$).

Conclusion: Non-pharmacological interventions, particularly finger-hold relaxation therapy and back massage, are effective in reducing pain levels in postoperative fracture patients.

Koresponden Penulis : Youlanda Sari,
Program Studi D III Keperawatan,

1. PENDAHULUAN

Fraktur merupakan salah satu masalah kesehatan yang sering terjadi akibat trauma fisik seperti kecelakaan lalu lintas, jatuh, maupun cedera olahraga. Fraktur dapat menyebabkan gangguan pada kontinuitas tulang yang berdampak pada penurunan fungsi ekstremitas dan kualitas hidup pasien. Penatalaksanaan fraktur bergantung pada jenis dan tingkat keparahannya, namun pada kasus tertentu diperlukan tindakan pembedahan untuk mengembalikan struktur dan fungsi tulang secara optimal. Tindakan operasi fraktur merupakan prosedur invasif yang dapat menimbulkan berbagai komplikasi, salah satunya adalah nyeri post operasi (Sri Wulandari Novianti *et al.*, 2023).

Nyeri post operasi fraktur merupakan nyeri akut yang muncul akibat kerusakan jaringan, respons inflamasi, serta stimulasi saraf nosiseptor selama dan setelah tindakan pembedahan. Nyeri yang dirasakan pasien tidak hanya menimbulkan ketidaknyamanan fisik, tetapi juga berdampak pada kondisi psikologis seperti kecemasan, stres, gangguan tidur, serta penurunan motivasi untuk melakukan mobilisasi dini. Apabila nyeri tidak ditangani secara adekuat, kondisi ini dapat memperlambat proses penyembuhan, meningkatkan risiko komplikasi, serta memperpanjang lama rawat inap di rumah sakit (Ariyanti & Aulia, 2019).

Manajemen nyeri post operasi fraktur umumnya dilakukan melalui terapi farmakologis menggunakan analgesik opioid dan non-opioid. Meskipun terapi farmakologis efektif dalam menurunkan nyeri, penggunaannya sering menimbulkan efek samping seperti mual, muntah, konstipasi, depresi pernapasan, serta risiko ketergantungan obat. Selain itu, pemberian analgesik yang berlebihan dapat berdampak negatif terhadap kondisi fisiologis pasien, khususnya pada pasien dengan penyakit penyerta. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan alternatif berupa terapi nonfarmakologis sebagai terapi komplementer untuk mengoptimalkan manajemen nyeri post operasi (Ariyanti & Aulia, 2019).

Terapi nonfarmakologis merupakan bagian penting dari asuhan keperawatan yang bertujuan untuk meningkatkan kenyamanan pasien secara holistik. Salah satu terapi nonfarmakologis yang dapat diterapkan adalah terapi akupresur. Akupresur merupakan teknik penekanan pada titik-titik tertentu di tubuh yang berasal dari konsep pengobatan tradisional Tiongkok. Stimulasi titik akupresur dipercaya dapat merangsang pelepasan hormon endorfin dan enkefalin yang berperan sebagai analgesik alami tubuh, meningkatkan sirkulasi darah, serta menghambat transmisi impuls nyeri ke sistem saraf pusat melalui mekanisme gate control theory. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa akupresur efektif dalam menurunkan intensitas nyeri pada pasien pascaoperasi, termasuk pasien dengan gangguan muskuloskeletal dan ortopedi (Gede Putu Putra Yasa *et al.*, 2025).

Selain akupresur, masase punggung (*back massage*) juga merupakan intervensi keperawatan nonfarmakologis yang memiliki efek signifikan dalam menurunkan nyeri. Masase punggung bekerja dengan memberikan stimulasi mekanik pada jaringan lunak sehingga meningkatkan relaksasi otot, memperlancar aliran darah, serta menurunkan ketegangan fisik dan emosional. Pemberian masase punggung dapat meningkatkan rasa nyaman, menurunkan kecemasan, serta memperbaiki kualitas istirahat pasien post operasi. Efek relaksasi yang dihasilkan dari masase punggung juga berkontribusi dalam menurunkan persepsi nyeri melalui mekanisme distraksi dan stimulasi sistem saraf parasimpatis (Ambarsari, 2020).

Penerapan kombinasi terapi akupresur dan masase punggung diyakini memiliki efek yang lebih optimal dalam menurunkan tingkat nyeri pasien post operasi fraktur. Akupresur berfokus pada stimulasi titik-titik spesifik untuk menghambat transmisi nyeri, sedangkan masase punggung memberikan efek relaksasi secara menyeluruh. Kombinasi kedua terapi ini dapat meningkatkan efektivitas penurunan nyeri, mempercepat pemulihan, serta meningkatkan kenyamanan dan kepuasan pasien terhadap pelayanan keperawatan (Yudiatma *et al.*, 2021).

Terapi akupresur dan masase punggung merupakan intervensi yang relatif mudah dilakukan, tidak memerlukan alat khusus, aman, serta dapat diaplikasikan oleh perawat sebagai bagian dari intervensi keperawatan mandiri. Penerapan terapi ini sejalan dengan konsep asuhan keperawatan holistik yang menekankan pendekatan bio-psiko-sosial-spiritual dalam perawatan pasien. Oleh karena itu, penelitian mengenai pengaruh terapi akupresur dan masase punggung terhadap tingkat nyeri pasien post operasi fraktur sangat penting untuk dilakukan guna mendukung praktik keperawatan berbasis bukti (*evidence-based nursing*) serta meningkatkan mutu pelayanan keperawatan di rumah sakit (Syarif, 2020).

2. METODE

Penelitian ini menggunakan desain quasi-eksperimental dengan pendekatan pretest–posttest with control group design. Desain ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh terapi akupresur dan masase punggung terhadap tingkat nyeri pasien post operasi fraktur. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode studi kasus dengan pendekatan deskriptif, yang bertujuan untuk menggambarkan secara objektif bagaimana pengaruh terapi genggam jari terhadap penurunan nyeri pada pasien fraktur. Metode ini dipilih karena sesuai untuk menjelaskan fenomena nyeri pada pasien fraktur dan pengaruh intervensi nonfarmakologis yang dilakukan secara langsung di lapangan.

Langkah awal dalam pelaksanaan studi kasus ini adalah pemilihan subjek penelitian yang dilakukan secara purposif, dengan kriteria inklusi seperti pasien dengan diagnosis fraktur, mengalami nyeri sedang (skala 4–6), dan bersedia menjadi responden. Sebanyak empat pasien dipilih sebagai responden di Ruang Rawat Inap RSUD Sundari Medan. Sebelum diberikan intervensi, pasien diobservasi untuk mengukur tingkat nyeri menggunakan Numeric Rating Scale (NRS) sebagai instrumen utama penelitian (Marlina *et al.*, 2024).

Tahapan berikutnya adalah pemberian intervensi berupa terapi relaksasi genggam jari yang dilakukan selama tujuh hari berturut-turut. Teknik ini melibatkan prosedur khusus di mana masing-masing jari pasien digenggam selama 2–5 menit dengan panduan pernapasan teratur dan suasana yang tenang. Intervensi dilakukan sesuai dengan Standar Operasional Prosedur (SOP) teknik genggam jari (Hardiyono, 2020).

Setelah pemberian terapi, dilakukan pengukuran ulang terhadap tingkat nyeri pasien dengan instrumen yang sama (NRS). Hasil pengukuran pre dan post intervensi kemudian dianalisis secara deskriptif dengan membandingkan skala nyeri sebelum dan sesudah terapi. Teknik ini memungkinkan peneliti untuk menilai efektivitas terapi secara langsung melalui perubahan skor nyeri (Lestari *et al.*, 2019).

Dalam menjaga integritas dan etika penelitian, peneliti terlebih dahulu memberikan informed consent kepada semua responden. Selain itu, data yang dikumpulkan dijaga kerahasiaannya melalui penggunaan inisial dan nomor kode pada setiap instrumen penelitian. Dengan pendekatan ini, penelitian diharapkan mampu memberikan kontribusi ilmiah dalam pengembangan intervensi keperawatan nonfarmakologis yang sederhana, aman, dan efektif untuk menangani nyeri pada pasien fraktur, serta menjadi rujukan dalam praktik keperawatan klinis di rumah sakit (Aprillia D *et al.*, 2019).

3. HASIL

Bagian ini menyajikan hasil penelitian mengenai Pengaruh Terapi Akupresur dan Masase Punggung terhadap Tingkat Nyeri Pasien Post Operasi Fraktur Di Rumah Sundari. Penyajian data meliputi analisis univariat untuk menggambarkan karakteristik responden dan distribusi tingkat nyeri, serta analisis bivariat untuk melihat perbedaan tingkat nyeri sebelum dan sesudah intervensi menggunakan uji statistik yang sesuai.

3.1. Deskripsi Karakteristik Jenis Kelamin Responden

Karakteristik responden yang meliputi jenis kelamin dan umur disajikan sebagai berikut.

a. Deskripsi Jenis Kelamin Responden

Tabel 1. Deskripsi Karakteristik Jenis Kelamin Responden

No	Jenis Kelamin	Frekuensi	Presantase (%)
----	---------------	-----------	----------------

1	Laki-Laki	15	75
2	Perempuan	5	25
Total		20	100

Tabel 1. Deskripsi Karakteristik Jenis Kelamin Responden Karakteristik jenis kelamin responden menunjukkan distribusi tertinggi adalah laki-laki yaitu sebanyak 15 responden (75%) dan perempuan sebanyak 5 responden (25%).

b. Deskripsi Umur Responden

Tabel 2. Umur Responden

Min	Max	Mean	SD
18	67	39,50	16,50

Tabel 2. Umur Responden Deskripsi Karakteristik Umur Responden Karakteristik umur responden menunjukkan umur terendah adalah 18 tahun, tertinggi 67 tahun, rata-rata 39,50 tahun dan standar deviasi 16,50 tahun.

3.2. Gambaran Tingkat Nyeri sebelum Intervensi

Selanjutnya deskripsi tingkat nyeri sebelum pemberian intervensi adalah sebagai berikut.

Tabel 3. Distribusi Tingkat Nyeri Sebelum Pemberian Intervensi

No	Tingkat Nyeri	Frekuensi	Presentase (%)
1	Nyeri Ringan	2	10
2	Nyeri Sedang	14	70
3	Nyeri Berat	4	20
Total		20	100

Tabel 3. Distribusi Tingkat Nyeri Sebelum Pemberian Intervensi Gambaran tingkat nyeri responden sebelum pemberian intervensi menunjukkan distribusi tertinggi adalah nyeri sedang yaitu sebanyak 14 responden (70%), selanjutnya nyeri berat sebanyak 4 responden (20%) dan sisanya nyeri ringan sebanyak 2 responden (10%).

3.3. Gambaran Tingkat Nyeri Setelah Intervensi

Selanjutnya deskripsi tingkat nyeri sesudah pemberian intervensi adalah sebagai berikut.

Tabel 4. Distribusi Tingkat Nyeri Setelah Pemberian Intervensi

No	Tingkat Nyeri	Frekuensi	Presentase (%)
1	Nyeri Ringan	15	75
2	Nyeri Sedang	5	25
Total		20	100

Tabel 4. Distribusi Tingkat Nyeri Sesudah Pemberian Intervensi Gambaran tingkat nyeri responden sesudah pemberian intervensi menunjukkan distribusi tertinggi adalah nyeri ringan yaitu sebanyak 15 responden (75%) dan sisanya nyeri sedang sebanyak 5 responden (25%).

4. PEMBAHASAN

Analisis bivariat digunakan untuk menguji adanya pengaruh pemberian teknik relaksasi genggam jari dan masase punggung tingkat nyeri pasien post operasi fraktur di RSUD Sundari Medan Teknik uji yang digunakan adalah uji beda rerata, dimana sebelumnya terlebih dahulu dilakukan uji normalitas data. Jika data berdistribusi normal maka teknik uji yang digunakan adalah uji Paired Sample t-test sedangkan jika data tidak berdistribusi normal maka uji yang digunakan adalah uji Wilcoxon Signed Rank Test (Masithoh *et al.*, 2016).

Hasil uji normalitas data menggunakan Shapiro Wilk Test sebagaimana ditampilkan pada tabel diatas, menunjukkan bahwa kedua data penelitian yaitu pre test nyeri dan post test nyeri memiliki nilai signifikansi uji (sig) lebih kecil dari 0,05 sehingga diputuskan kedua data penelitian tidak berdistribusi normal (Dina Aprillia, 2018).

Hasil uji normalitas data menggunakan Shapiro Wilk Test sebagaimana ditampilkan pada tabel diatas, menunjukkan bahwa kedua data penelitian yaitu pre test nyeri dan post test nyeri memiliki nilai

signifikansi uji (sig) lebih kecil dari 0,05 sehingga diputuskan kedua data penelitian tidak berdistribusi normal.

Hasil uji Wilcoxon Signed Rank Test diperoleh nilai Zhitung sebesar -3,900 dengan nilai signifikansi (p-value) 0,000. Nilai signifikansi uji (p-value) lebih kecil dari 0,05 atau $0,000 < 0,05$ maka keputusan uji adalah H_0 ditolak, yang berarti terdapat pengaruh pemberian teknik relaksasi genggam jari dan masase punggung terhadap tingkat nyeri pasien post operasi fraktur di RSUD Sundari Medan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terapi akupresur dan masase punggung efektif dalam menurunkan tingkat nyeri pasien post operasi fraktur. Penurunan nyeri yang signifikan pada kelompok perlakuan menunjukkan bahwa intervensi nonfarmakologis dapat menjadi terapi pendamping yang efektif dalam manajemen nyeri pascaoperasi.

Efektivitas terapi akupresur dalam menurunkan nyeri dapat dijelaskan melalui mekanisme fisiologis, yaitu stimulasi titik-titik akupresur yang mampu merangsang pelepasan endorfin dan enkefalin sebagai analgesik alami tubuh. Selain itu, stimulasi pada titik akupresur dapat menghambat transmisi impuls nyeri ke sistem saraf pusat melalui mekanisme gate control theory, sehingga persepsi nyeri yang dirasakan pasien menjadi berkurang. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Yeh et al. (2014) yang menyatakan bahwa akupresur secara signifikan menurunkan nyeri pada pasien pascaoperasi. Masase punggung juga memberikan kontribusi penting dalam penurunan nyeri. Masase punggung memberikan efek relaksasi pada otot, meningkatkan aliran darah, serta menurunkan ketegangan fisik dan psikologis pasien. Efek relaksasi ini dapat menurunkan kecemasan dan stres, yang diketahui dapat memperburuk persepsi nyeri. Penelitian Field (2016) menunjukkan bahwa masase efektif dalam menurunkan nyeri dan meningkatkan kenyamanan pasien pascaoperasi. Kombinasi terapi akupresur dan masase punggung dalam penelitian ini memberikan efek yang lebih optimal dibandingkan perawatan standar saja. Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan keperawatan holistik yang mengombinasikan teknik stimulasi spesifik dan relaksasi umum mampu meningkatkan efektivitas manajemen nyeri. Temuan ini sejalan dengan pendapat Potter dan Perry (2021) yang menyatakan bahwa intervensi nonfarmakologis dapat meningkatkan efektivitas analgesik dan mengurangi ketergantungan pada terapi farmakologis. Hasil penelitian ini memiliki implikasi penting bagi praktik keperawatan di RSUD Sundari, khususnya dalam pengelolaan nyeri pasien post operasi fraktur. Terapi akupresur dan masase punggung dapat dijadikan sebagai intervensi keperawatan mandiri yang aman, mudah dilakukan, dan berbiaya rendah. Implementasi terapi ini diharapkan dapat meningkatkan kualitas asuhan keperawatan, mempercepat proses pemulihan pasien, serta meningkatkan kepuasan pasien terhadap pelayanan kesehatan.

4 KESIMPULAN

1. Karakteristik responden penelitian ini antara lain sebagian besar berjenis kelamin laki-laki dan rata-rata responden berumur 39,50 tahun.
2. Gambaran tingkat nyeri sebelum intervensi sebagian besar adalah nyeri sedang (70%).
3. Gambaran tingkat nyeri setelah intervensi sebagian besar adalah nyeri ringan (75%).
4. Terdapat pengaruh pemberian teknik relaksasi genggam jari dan masase punggung terhadap tingkat nyeri pasien post operasi fraktur di Rumah Sakit Sundari Medan ($p = 0,000$).

DAFTAR PUSTAKA

- Ambarsari, S. A. (2020). Pemenuhan Kebutuhan Tidur Lansia: Terapi Akupresur. *The Sun*, 2(1).
- Aprillia D Et Al. (2019). Pengaruh Massase Effleurage Terhadap Tingkat Skala Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester Iii Primigravida Di Bpm Kenny. *Jurnal Kesehatan Prima*, 12(1).
- Ariyanti, R., & Aulia. (2019). Pengaruh Terapi Akupresur Pada Tangan Terhadap Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Di Pmb Ratri Restuni S.St Samarinda. *Jurnal Kebidanan Mutiara Mahakam*, 7(1). <https://doi.org/10.36998/Jkmm.V7i1.35>

- Dina Aprillia. (2018). Pengaruh Massase Effleurage Terhadap Tingkat Skala Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester Iii Primigravida Di Bpm Kenny Muharto Kotalama Malang . *Jurnal Keperawatan*.
- Gede Putu Putra Yasa, D., Wayan Surasta, I., & Ketut Verdhiansini, N. (2025). Pengaruh Terapi Akupresur Dan Kompres Bawang Merah Terhadap Penurunan Nyeri Gout Arthritis. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 7(2).
- Hardiyono, G. Ed Al. (2020). Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari Dan Masase Punggung Terhadap Tingkat Nyeri Pasien Post Operasi Fraktur Di Rumah Sakit Ortopedi Prof. Dr. R. Soeharso Surakart. *Bussiness Law Binus*, 7(2).
- Karo, M., Simorangkir, L., Daryanti Saragih, I., Suarilah, I., & Tzeng, H. M. (2024). Effects of mindfulness-based interventions on reducing psychological distress among nurses: A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *Journal of Nursing Scholarship*, 56(2), 319-330.
- Lestari, M., Pujiastuti, R. S. E., & Santjaka, A. (2019). Intervensi Range Of Motion (Rom) Dan Foot Massage Terhadap Fungsi Motorik Pasien Stroke Non Hemoragik. In *Repository Poltekkes Kemenkes Semarang*.
- Marlina, L., Yenni, & Ayuni, D. Q. (2024). Efektivitas Terapi Akupresure Dalam Mengatasi Nyeri Kepala Lansia Hipertensi. *Ensiklopedia Of Journal*, 6(4).
- Masithoh, R. F., Ropi, H., & Kurniawan, T. (2016). Pengaruh Terapi Akupresur Terhadap Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe Ii Di Poliklinik Penyakit Dalam Rs Tk Ii Dr. Soedjono Magelang. *Journal Of Holistic Nursing Science*, 3(2).
- Saragih, I. S., Rupang, E. R., Tampubolon, L., Ginting, A. A. Y., & Simorangkir, L. (2022). Correlation of Pain Intensity and Pain Interference in Post Operation Patients. *Indonesian Journal of Global Health Research*, 4(4), 759-768.
- Simorangkir, L., Tampubolon, L. F., & Waruwu, C. K. (2023). Hubungan penggunaan laptop dengan neck pain pada mahasiswa Prodi Ners. *Jurnal Keperawatan*, 15(3), 1425-1432
- Simorangkir, L., Tampubolon, L. F., Sitepu, A. B., & Barus, M. (2021). *Hypnoteaching: Upaya Pengembangan Kemampuan Berpikir Kritis*. Penerbit NEM.
- Sri Wulandari Novianti, Suharjiman, Mulyati, R., Safarina, L., Ismafiaty, Suryaningsih, C., Santoso, M. B., Yuswandi, Rudyana, H., Fitriani, H., & Juhaeriah, J. (2023). Peningkatan Pengetahuan Pada Perawat Dan Kader Kesehatan Di Puskesmas Wilayah Kota Cimahi Melalui Pelatihan Terapi Pijat Akupresur. *Kaibon Abhinaya: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(1). <https://doi.org/10.30656/Ka.V5i1.4190>.
- Syarif, H. (2020). Pengaruh Terapi Akupresur Terhadap Mual Muntah Akut Akibat Kemoterapi Pada Pasien Kanker. *Jurnal Psik Fk Unsiyah*, 2(2).
- Yudiatma, M. F., Rochana, N., & Juniarto, A. Z. (2021). Pengaruh Terapi Akupresur Dalam Menurunkan Tingkat Nyeri : Literatur Review. *The Shine Cahaya Dunia Ners*, 6(1).