

## Asuhan Akupunktur dalam Menangani Nyeri Leher: Studi Kasus

**Erlinawati, Chantika Mahadini, Ikhwan Abdullah**

Program Studi DIII Akupunktur, Fakultas Sains dan Teknologi, Institut Teknologi, Sains, dan Kesehatan RS Dr. Soepraoen Kesdam V/Brawijaya, Malang, Indonesia

*Corresponding Author:* erlinawati.itsk@gmail.com

### ABSTRAK

Nyeri leher merupakan keluhan muskuloskeletal yang sering dijumpai dan dapat memengaruhi aktivitas serta kualitas hidup penderitanya. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan asuhan akupunktur pada pasien dengan nyeri leher. Penelitian menggunakan metode kualitatif dengan desain studi kasus terhadap satu partisipan laki-laki berusia 52 tahun. Pengumpulan data dilakukan melalui empat metode pemeriksaan, yaitu pengamatan, pendengaran dan penciuman, wawancara, serta perabaan, dengan validitas data diuji menggunakan triangulasi. Intervensi akupunktur diberikan sebanyak enam sesi terapi selama tiga minggu sesuai prinsip penatalaksanaan nyeri leher. Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan keluhan nyeri leher yang dirasakan partisipan. Rentang gerak leher membaik, kekakuan berkurang, dan kualitas tidur meningkat. Perbaikan kondisi umum juga terlihat pada ekspresi wajah, serta temuan lidah dan nadi yang lebih seimbang. Penelitian selanjutnya disarankan untuk melibatkan jumlah partisipan yang lebih besar guna memperkuat temuan terkait asuhan akupunktur pada nyeri leher.

**Kata kunci :** Akupunktur, nyeri leher, serangan angin dingin.

### ABSTRACT

*Neck pain is a common musculoskeletal complaint that can negatively affect daily activities and quality of life. This study aimed to describe acupuncture care in a patient with neck pain. A qualitative research method with a case study design was applied to a 52-year-old male participant. Data were collected using four diagnostic methods, including observation, listening and smelling, interviewing, and palpation, with data validity ensured through triangulation. Acupuncture intervention was administered in six treatment sessions over a three-week period based on established principles for neck pain management. The results showed a reduction in neck pain experienced by the participant. Improvement was observed in cervical range of motion, decreased neck stiffness, and better sleep quality. General clinical improvements were also reflected in facial expression as well as more balanced tongue and pulse findings. Further studies involving larger populations are recommended to strengthen evidence regarding acupuncture care for neck pain.*

**Keywords :** Acupuncture, neck pain, cold wind invasion.

## 1. PENDAHULUAN

Nyeri leher merupakan salah satu gangguan muskuloskeletal yang paling sering dialami oleh populasi usia produktif di berbagai belahan dunia. Kondisi ini umumnya berkaitan dengan perubahan gaya hidup modern, seperti peningkatan aktivitas sedentari, penggunaan perangkat digital secara berkepanjangan, serta tuntutan pekerjaan yang memerlukan posisi duduk statis dalam waktu lama (Mazaheri-Tehrani et al., 2023). Secara global, nyeri leher menjadi penyumbang signifikan terhadap penurunan fungsi fisik dan kualitas hidup individu, serta meningkatkan beban kesehatan masyarakat.

Secara epidemiologis, prevalensi dan insiden nyeri leher menunjukkan tren peningkatan di berbagai negara. Data global tahun 2017 menunjukkan bahwa negara-negara Skandinavia, khususnya Norwegia dan Finlandia, memiliki prevalensi nyeri leher tertinggi, masing-masing sebesar 6.151,2 dan 5.750,3 kasus per 100.000 populasi. Sementara itu, angka prevalensi terendah dilaporkan di Djibouti dan Sudan Selatan, dengan kisaran 2.443,9 hingga 2.449,8 kasus per 100.000 populasi. Insiden tahunan nyeri leher dilaporkan berkisar antara 599,6 hingga 1.145 kasus per 100.000 populasi, dengan beban penyakit yang lebih tinggi pada perempuan dibandingkan laki-laki (Kazeminasab et al., 2022). Data ini menunjukkan bahwa nyeri leher merupakan masalah kesehatan global yang memerlukan perhatian serius dan penanganan komprehensif.

Pada tingkat nasional dan lokal, nyeri leher juga menjadi keluhan yang sering dijumpai dalam praktik pelayanan kesehatan, termasuk layanan terapi komplementer. Di D'lints Akupunktur Sidoarjo, selama periode Oktober hingga Desember 2024 tercatat 21 klien dari total 73 klien yang datang dengan keluhan utama nyeri leher. Temuan ini menunjukkan bahwa nyeri leher merupakan permasalahan klinis yang cukup dominan dan membutuhkan pendekatan terapi yang efektif serta berkelanjutan di tingkat layanan kesehatan masyarakat.

Nyeri leher yang tidak ditangani secara optimal dapat berdampak luas, tidak hanya pada

aspek fisik tetapi juga psikologis. Kondisi ini berpotensi menyebabkan gangguan tidur, keterbatasan aktivitas sehari-hari, penurunan produktivitas kerja, hingga meningkatkan risiko gangguan suasana hati seperti depresi (Seiger et al., 2024). Dalam praktik konvensional, penanganan nyeri leher sering kali bergantung pada penggunaan obat analgesik atau antiinflamasi. Namun, penggunaan obat-obatan tersebut dalam jangka panjang berisiko menimbulkan efek samping, termasuk gangguan saluran pencernaan dan potensi ketergantungan (Camilleri et al., 2017).

Berbagai penelitian terdahulu menunjukkan bahwa akupunktur merupakan salah satu modalitas terapi komplementer yang memiliki potensi dalam penanganan nyeri muskuloskeletal, termasuk nyeri leher. Akupunktur bekerja melalui stimulasi titik-titik tertentu pada tubuh yang dapat memengaruhi sistem saraf, mengurangi ketegangan otot, serta meningkatkan sirkulasi darah lokal (Lim et al., 2018). Studi lain juga melaporkan bahwa akupunktur relatif aman dan dapat digunakan sebagai terapi pendukung maupun alternatif dalam manajemen nyeri leher (Calamita et al., 2018).

Dalam perspektif Kedokteran Timur, nyeri leher dipahami sebagai manifestasi dari gangguan aliran *Qi* dan darah pada meridian yang melintasi area leher, terutama meridian *Tai Yang* dan *Shao Yang*. Kondisi ini sering dipicu oleh invasi patogen eksternal seperti Angin dan Dingin, serta diperberat oleh postur tubuh yang tidak ergonomis dan ketegangan otot berkepanjangan, sehingga menimbulkan stagnasi *Qi* yang memicu nyeri dan kekakuan (Maciocia, 2019). Akupunktur juga telah direkomendasikan oleh *World Health Organization* sebagai terapi nonfarmakologis untuk nyeri muskuloskeletal, termasuk nyeri leher (Lin et al., 2022).

Meskipun efektivitas akupunktur terhadap nyeri leher telah banyak dibahas dalam penelitian kuantitatif dan uji klinis, kajian berbasis studi kasus yang menggambarkan proses asuhan akupunktur secara komprehensif di tingkat praktik klinis masih relatif terbatas, khususnya pada konteks layanan akupunktur di Indonesia. Oleh karena itu, penelitian ini memiliki kebaruan dalam menyajikan deskripsi klinis mendalam mengenai penerapan asuhan akupunktur pada

penderita nyeri leher di layanan kesehatan komplementer, yang diharapkan dapat memperkaya bukti praktik klinis akupunktur.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan asuhan akupunktur pada penderita nyeri leher melalui pendekatan studi kasus. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoritis dalam pengembangan ilmu akupunktur, manfaat praktis bagi terapis akupunktur dalam praktik klinis, serta implikasi bagi pengembangan layanan terapi komplementer yang aman dan berbasis bukti.

## 2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan desain studi kasus yang bertujuan untuk mendeskripsikan asuhan akupunktur pada penderita nyeri leher. Penelitian dilaksanakan di D'lins Akupunktur Sidoarjo pada periode April hingga Mei 2025 dengan enam sesi terapi yang dilakukan dua kali per minggu. Populasi penelitian adalah klien yang datang dengan keluhan nyeri leher, dengan satu partisipan dipilih sebagai sampel menggunakan teknik purposive sampling sesuai kriteria inklusi, yaitu mengalami nyeri leher dan bersedia mengikuti seluruh rangkaian penelitian. Pengumpulan data dilakukan melalui empat metode pemeriksaan dalam akupunktur, meliputi pengamatan (*wang*), pendengaran dan penciuman (*wen*), wawancara (*wun*), serta palpasi (*qie*), yang dicatat menggunakan lembar data klien. Intervensi akupunktur dilakukan sesuai prinsip penatalaksanaan nyeri leher dengan menggunakan alat berupa jarum akupunktur steril sekali pakai berbagai ukuran, alkohol 70%, kapas, dan alat pendukung lainnya yang memenuhi standar keamanan praktik.

Analisis data dilakukan secara kualitatif melalui tahapan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan secara induktif berdasarkan temuan klinis sebelum dan sesudah intervensi. Penegakan diagnosis penyakit dan sindrom akupunktur dilakukan berdasarkan kecukupan data hasil empat cara pemeriksaan sebagai dasar penyusunan rencana asuhan dan evaluasi hasil terapi. Keabsahan data dijamin melalui teknik triangulasi sumber, teknik, dan

waktu untuk meningkatkan kredibilitas temuan penelitian. Penelitian ini dilaksanakan dengan memperhatikan prinsip etika penelitian, meliputi pemberian *informed consent*, menjaga kerahasiaan dan anonimitas partisipan, serta memastikan bahwa seluruh tindakan dilakukan tanpa paksaan dan tanpa menimbulkan penderitaan bagi partisipan.

## 3. HASIL

Subjek penelitian merupakan seorang klien dewasa yang datang dengan keluhan utama nyeri leher yang dirasakan sejak lima hari sebelum dilakukan terapi pertama, terutama muncul setelah bangun tidur pada pagi hari dan disertai gangguan tidur akibat nyeri. Berdasarkan hasil pengumpulan data awal melalui empat cara pemeriksaan akupunktur, diperoleh gambaran klinis berupa keterbatasan gerak kepala dan kekakuan leher, di mana subjek tampak sering memegang area leher saat duduk. Pemeriksaan pengamatan menunjukkan cahaya mata agak redup dan mimik wajah kurang bersemangat. Pada pemeriksaan lidah ditemukan badan lidah gemuk berwarna merah muda dengan selaput lidah tebal, lembap, dan berwarna putih, serta vena sublingual tampak agak menonjol. Pemeriksaan perabaan menunjukkan adanya nyeri tekan pada area keluhan, khususnya di titik LI 4 (*Hegu*), dengan karakter nadi mengambang dan kuat. Temuan dari pemeriksaan pendengaran dan penciuman tidak menunjukkan kondisi patologis lain yang menyertai.

Setelah diberikan asuhan akupunktur sebanyak enam sesi selama tiga pekan, hasil evaluasi menunjukkan perubahan kondisi klinis subjek. Keluhan nyeri leher tidak lagi dirasakan, gerakan kepala menjadi lebih leluasa, dan kekakuan leher menghilang. Subjek juga melaporkan kualitas tidur yang membaik, ditandai dengan tidur malam yang nyenyak dan kondisi tubuh yang lebih segar saat bangun pagi. Hasil pemeriksaan pengamatan menunjukkan perbaikan kondisi umum, dengan ekspresi wajah tampak lebih bersemangat dan cahaya mata lebih cerah. Pemeriksaan lidah menunjukkan badan lidah tidak lagi gemuk dengan selaput lidah yang tipis dan lembap, serta vena sublingual tidak menonjol. Pada pemeriksaan perabaan, nyeri tekan pada area leher tidak ditemukan, dan

karakter nadi berubah menjadi moderat serta terasa lebih lancar. Berdasarkan analisis deskriptif terhadap perubahan temuan klinis sebelum dan sesudah intervensi, asuhan akupunktur pada studi kasus ini menunjukkan perbaikan kondisi nyeri leher dan fungsi terkait secara bertahap.

#### 4. PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan adanya perubahan kondisi klinis yang nyata antara pemeriksaan awal dan pemeriksaan akhir setelah diberikan asuhan akupunktur sebanyak enam kali. Pada pemeriksaan awal, partisipan mengalami nyeri leher akut yang disertai kekakuan dan gangguan tidur, sedangkan pada pemeriksaan akhir keluhan tersebut tidak lagi ditemukan. Perubahan ini terlihat secara konsisten pada hasil empat cara pemeriksaan, baik dari aspek subjektif berupa berkurangnya nyeri dan membaiknya kualitas tidur, maupun dari aspek objektif seperti membaiknya gerakan leher, ekspresi wajah, serta perubahan karakter lidah dan nadi. Temuan tersebut menunjukkan bahwa intervensi akupunktur yang diberikan memberikan dampak terapeutik terhadap kondisi nyeri leher yang dialami partisipan.

Perbaikan kondisi partisipan dapat dijelaskan berdasarkan teori Kedokteran Timur yang dikemukakan oleh Maciocia (2019), yang menyatakan bahwa nyeri leher sering berkaitan dengan gangguan aliran *Qi* dan darah pada meridian akibat invasi patogen eksternal, terutama Angin dan Dingin. Serangan Angin-Dingin eksternal dapat menyebabkan kontraksi otot, penyumbatan meridian, serta stagnasi *Qi* dan darah di area leher, sehingga memunculkan gejala nyeri dan kekakuan. Kondisi tersebut sesuai dengan gambaran klinis pada pemeriksaan awal, seperti nadi mengambang dan kuat, selaput lidah putih tebal dan lembap, serta nyeri yang muncul secara mendadak setelah bangun tidur. Dengan demikian, perbaikan yang terjadi pada partisipan menunjukkan bahwa patogen eksternal tersebut berhasil diatasi sehingga aliran *Qi* dan darah kembali lancar.

Diagnosis akupunktur berupa Nyeri Leher dengan Sindrom Serangan Angin Dingin

ditegaskan berdasarkan integrasi data dari empat cara pemeriksaan. Keluhan nyeri leher akut yang muncul tiba-tiba, kekakuan leher, nadi mengambang, serta karakteristik lidah yang menunjukkan dominasi patogen dingin merupakan ciri khas sindrom Serangan Angin Dingin sebagaimana dijelaskan oleh Maciocia (2019). Pada pemeriksaan akhir, meskipun diagnosis dasar tetap sama, gejala klinis menunjukkan resolusi yang signifikan, ditandai dengan hilangnya nyeri, membaiknya fungsi leher, serta normalisasi gambaran lidah dan nadi. Hal ini mengindikasikan bahwa proses patologi telah mengalami perbaikan meskipun faktor penyebab dasarnya tetap dikenali dalam kerangka diagnosis Kedokteran Timur.

Prinsip terapi yang diterapkan dalam penelitian ini, yaitu mengusir angin dingin, melancarkan meridian, mengurangi nyeri, serta meningkatkan sirkulasi *Qi* dan darah, sejalan dengan teori pengobatan Kedokteran Timur untuk sindrom Serangan Angin Dingin. Pemilihan titik akupunktur seperti LI-4 (*Hegu*), TB-5 (*Waiguan*), LI-11 (*Quchi*), BL-12 (*Fengmen*), LU-7 (*Lieque*), GB-20 (*Fengchi*), dan Juegu didasarkan pada fungsi masing-masing titik dalam mengusir patogen eksternal dan melancarkan jalur meridian di area kepala dan leher. Maciocia (2019) menyebutkan bahwa kombinasi titik-titik tersebut efektif dalam menangani nyeri leher akut akibat serangan angin, terutama bila disertai kekakuan dan nyeri tekan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan berbagai penelitian sebelumnya yang melaporkan efektivitas akupunktur dalam mengurangi nyeri leher akut, khususnya yang berkaitan dengan faktor eksternal seperti postur atau paparan lingkungan dingin. Namun demikian, beberapa penelitian lain menunjukkan bahwa pada kasus nyeri leher kronis, faktor internal seperti defisiensi *Qi* atau stagnasi darah sering kali lebih dominan, sehingga respons terapi dapat berlangsung lebih lambat dan memerlukan pendekatan titik yang berbeda. Perbedaan tersebut menunjukkan bahwa hasil terapi akupunktur sangat dipengaruhi oleh pola sindrom yang mendasari. Dalam konteks penelitian ini, keberhasilan terapi dapat dikaitkan dengan sifat penyakit yang masih tergolong akut serta dominasi patogen eksternal yang relatif lebih

mudah diatasi.

## 5. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa asuhan akupunktur memberikan manfaat dalam penanganan nyeri leher pada partisipan sesuai dengan tujuan penelitian. Pemberian terapi akupunktur sebanyak enam sesi menunjukkan adanya perbaikan kondisi klinis, yang ditandai dengan hilangnya keluhan nyeri leher, meningkatnya keluwesan gerakan kepala tanpa kekakuan, serta membaiknya kualitas tidur sehingga partisipan merasa lebih segar saat bangun pagi. Temuan ini menunjukkan bahwa akupunktur berpotensi menjadi terapi komplementer dalam membantu mengurangi nyeri leher, khususnya pada kasus yang berkaitan dengan sindrom Serangan Angin Dingin.

Berdasarkan temuan tersebut, disarankan agar penelitian selanjutnya dilakukan dengan jumlah partisipan yang lebih besar dan menggunakan desain penelitian kuantitatif atau eksperimental untuk memperkuat bukti ilmiah terkait efektivitas akupunktur pada nyeri leher. Bagi praktisi akupunktur, hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan sebagai bahan pertimbangan dalam penerapan prinsip dan pemilihan titik terapi yang sesuai dengan diagnosis sindrom Kedokteran Timur. Selain itu, partisipan dan masyarakat umum disarankan untuk menjaga kehangatan area leher, memperhatikan postur tubuh, melakukan peregangan secara rutin, serta menghindari paparan angin atau pendingin udara secara langsung guna mencegah kekambuhan nyeri leher.

## 6. REFERENSI

- Calamita, S. A., Biasotto-Gonzalez, D. A., De Melo, N. C., Fumagalli, M. A., Amorim, C. F., De Paula Gomes, C. A., & Politti, F. (2018). Immediate effect of acupuncture on electromyographic activity of the upper trapezius muscle and pain in patients with nonspecific neck pain: A randomized, single-blinded, sham-controlled, crossover study. *Journal of Manipulative and Physiological Therapeutics*, 41(3), 208–217.  
<https://doi.org/10.1016/j.jmpt.2017.09.006>.
- Camilleri, M., Lembo, A., & Katzka, D. A. (2017). Opioids in gastroenterology: Treating adverse effects and creating therapeutic benefits. *Clinical Gastroenterology and Hepatology*, 15(9), 1338–1349.  
<https://doi.org/10.1016/j.cgh.2017.05.014>
- Kazeminasab, S., Nejadghaderi, S. A., Amiri, P., Pourfathi, H., Araj-Khodaei, M., Sullman, M. J., Kolahi, A.-A., & Safiri, S. (2022). Neck pain: Global epidemiology, trends and risk factors. *BMC Musculoskeletal Disorders*, 23(1), 1–10.  
<https://doi.org/10.1186/s12891-021-04957-4>
- Lim, T.-K., Ma, Y., Berger, F., & Litscher, G. (2018). Acupuncture and neural mechanism in the management of low back pain—An update. *Medicines*, 5(3), 63.  
<https://doi.org/10.3390/medicines5030063>.
- Lin, J. G., Kotha, P., & Chen, Y. H. (2022). Understandings of acupuncture application and mechanisms. *American journal of translational research*, 14(3), 1469–1481.
- Maciocia, G. (2019). *Diagnosis in Chinese medicine: A comprehensive guide*. Elsevier.
- Mazaheri-Tehrani, S., Arefian, M., Abhari, A. P., Riahi, R., Vahdatpour, B., Baradaran Mahdavi, S., & Kelishadi, R. (2023). Sedentary behavior and neck pain in adults: A systematic review and meta-analysis. *Preventive Medicine*, 175, 107711.  
<https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2023.107711>.
- Seiger, A. N., Penzel, T., & Fietze, I. (2024). Chronic pain management and sleep disorders. *Cell Reports Medicine*, 5(10), 101761.  
<https://doi.org/10.1016/j.xcrm.2024.101761>.