

## Peningkatan Pengetahuan Pada Perawat Dan Kader Kesehatan Di Puskesmas Wilayah Kota Cimahi Melalui Pelatihan Terapi Pijat Akupresur

Sri Wulandari Novianti<sup>1</sup>, Suharjiman<sup>2</sup>, Rini Mulyati<sup>3</sup>, Lina Safarina<sup>4</sup>, Ismafiaty<sup>5</sup>, Chatarina Suryaningsih<sup>6</sup>, M. Budi Santoso<sup>7</sup>, Yuswandi<sup>8</sup>, Hikmat Rudyana<sup>9</sup>, Hemi Fitriani<sup>10</sup>, Juju Juhaeriah<sup>11</sup>

Institusi: Prodi Ilmu Keperawatan S1 dan Prodi Profesi Ners Fakultas Ilmu Teknologi dan Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Cimahi  
Jalan terusan Jenderal Sudirman - Cimahi 40531  
Email: [swn91011@gmail.com](mailto:swn91011@gmail.com)

### ABSTRACT

*Health problems in Indonesian society are still a challenge to control. In addition to infectious diseases, non-communicable diseases still have a high number in the community. Efforts to improve and maintain health in the community are carried out through medical therapy and complementary traditional therapies. One of the complementary therapies that have been widely researched and safe to do is acupressure massage therapy. Several studies have proven the effectiveness of acupressure massage therapy in overcoming health problems in body system disorders. The S1 Nursing Study Program and the Nursing Profession of FITKES UNJANI in its curriculum include acupressure complementary nursing. As an application and contribution in overcoming health problems in the community, community service is carried out in collaboration with Public Health Centers throughout the Cimahi City Region to increase knowledge about acupressure massage for Nurses and Health Cadres. The results of this community service show there is a significant influence in increasing the knowledge of Nurses and Health Cadres after being given material about acupressure massage therapy.*

**Keywords:** Knowledge, Nurses and Health Cadres, Acupressure Massage

### ABSTRAK

Masalah kesehatan di masyarakat Indonesia masih menjadi tantangan untuk dikendalikan. selain penyakit menular, penyakit tidak menular juga masih memiliki jumlah yang tinggi di masyarakat. Upaya peningkatan dan pemeliharaan kesehatan di masyarakat dilakukan melalui terapi medis dan terapi tradisional komplementer. Salah satu terapi komplementer yang sudah banyak diteliti dan aman dilakukan adalah terapi pijat akupresur. Beberapa penelitian sudah membuktikan efektifitas terapi pijat akupresur dalam mengatasi masalah kesehatan pada gangguan sistem tubuh. Progam Studi Ilmu Keperawatan S1 dan Profesi Ners FITKES UNJANI dalam kurikulumnya memasukkan keperawatan komplementer akupresur. Sebagai aplikasi dan kontribusi dalam penanggulangan masalah kesehatan di masyarakat, maka dilakukanlah pengabdian masyarakat bekerjasama dengan Puskesmas se-Wilayah Kota Cimahi untuk meningkatkan pengetahuan tentang pijat akupresur untuk Perawat dan Kader Kesehatan. Hasil dari pengabdian masyarakat ini menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan dalam peningkatan pengetahuan Perawat dan Kader Kesehatan setelah diberikan materi tentang terapi pijat akupresur.

**Kata Kunci:** Pengetahuan, Perawat dan Kader Kesehatan, Pijat Akupresur

## PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan aspek penting bagi kehidupan manusia karena dengan tubuh yang sehat maka setiap manusia dapat beraktivitas dan melakukan hal-hal produktif untuk memenuhi kebutuhan hidup mereka. Indonesia merupakan negara berkembang dengan jumlah penduduk yang banyak. Hasil pembangunan kesehatan dalam 3 dekade terakhir telah meningkatkan usia harapan hidup penduduk Indonesia dari 54,4 tahun di tahun 1980 menjadi 69,8 pada tahun 2012. Walaupun usia harapan hidup penduduk Indonesia meningkat, namun tantangan untuk mengatasi angka kesakitan juga masih ada. Pola kesakitan di Indonesia mengalami *double burden of disease* dimana penyakit menular mulai menurun tetapi penyakit tidak menular (PTM) semakin meningkat. Kasus PTM di masyarakat bukan saja ditemukan pada golongan usia lanjut, namun golongan usia produktif pun dapat mengalami kasus-kasus PTM (Direktorat P2PTM Kementerian Kesehatan, 2017).

Penanganan masalah kesehatan di masyarakat selain dengan terapi obat-obatan juga dapat dilakukan dengan terapi non farmakologis atau tradisional komplementer. Undang-undang No.36 Tahun 2009 tentang Kesehatan dalam pasal 47 butir 1 menyatakan bahwa pelayanan kesehatan tradisional adalah salah satu upaya kesehatan promotive, preventif, kuratif, dan rehabilitatif (Direktorat Pelayanan Kesehatan Tradisional Kementerian Kesehatan, 2017). Salah satu terapi non farmakologis yang saat ini berkembang untuk mengatasi berbagai masalah kesehatan adalah terapi pijat akupresur. Akupresur termasuk dalam terapi komplementer yang mengaplikasikan prinsip *healing touch* dengan menunjukkan perilaku *caring* kepada pasien sehingga selama mendapatkan terapi ini pasien akan merasa tenang, nyaman dan rileks (Aswitami N. et al., 2020). Terapi pijat akupresur ini merupakan terapi komplementer yang sudah ada dalam klasifikasi intervensi keperawatan, berdampingan dengan terapi

medis mengatasi berbagai keluhan pada gangguan fisik maupun psikologis.

Berbagai penelitian telah dilakukan terkait penerapan terapi pijat akupresur ini. Bina Keluarga Lansia (BKL) di Desa Kembangan Magelang mengembangkan pijat akupresur sebagai terapi pada penderita hipertensi di kelompok usia lanjut (Septianingrum et al., 2020). Terapi akupresur juga diterapkan pada penderita Diabetes Mellitus (DM) dengan tujuan menstabilkan gula darah, hasil penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh penerapan akupresur dalam menurunkan gula darah pada penderita DM dengan  $p\text{-Value} = 0,000$  (Afrianti & Dewiyuliana, 2021). Penelitian yang dilakukan oleh Wisnadil & Fyrda (2019) menunjukkan adanya pengaruh pendidikan kesehatan terapi mandiri pijat refleksi pada kaki terhadap pengetahuan untuk mengurangi intensitas nyeri haid pada siswi SMP. Penelitian berbentuk literatur review menjelaskan manfaat terapi akupresur untuk mengatasi berbagai masalah kesehatan diantaranya untuk mengatasi dismenore, depresi, cemas dan stress, mengatasi gangguan tidur, nyeri pasca persalinan, mual dan muntah, penurunan tekanan darah, berpengaruh terhadap *restless leg syndrome*, penurunan tingkat nyeri kepala, dan DM tipe 2. Kesimpulannya bahwa terapi akupresur ini memiliki manfaat luar untuk menurunkan nyeri, penyakit kronis, psikologi, neurologi, dan sebagainya (Komariah et al., 2021).

Fakultas Ilmu dan Teknologi Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani khususnya Program Studi Ilmu Keperawatan S1 salah satu muatan lokal dalam kurikulumnya mengembangkan keperawatan komplementer, salah satunya adalah pijat akupresur. Sebagai mahasiswa Prodi IKP S1 juga mempraktikkan langsung ilmu pijat akupresur ini ke masyarakat, tentu saja dengan pengawasan dosen yang sudah tersertifikasi sebagai terapis pijat akupresur. Dalam praktik pijat akupresur tersebut akan lebih baik jika melibatkan Puskesmas sebagai pihak yang bertanggung jawab dalam hal kesehatan

masyarakat di wilayah kerjanya. Oleh karena itu perawat dan kader kesehatan juga perlu dibekali ilmu tentang pijat akupresur.

### MASALAH, TARGET DAN LUARAN

Berdasarkan masalah kesehatan yang ada di masyarakat kami menyimpulkan bahwa perlu mengadakan upaya peningkatan pengetahuan terkait pijat akupresur sebagai salah satu terapi komplementer dalam upaya peningkatan status kesehatan masyarakat, sehingga kami mengadakan pelatihan pijat akupresur pada perawat dan kader kesehatan di wilayah kerja Kota Cimahi agar dapat bersinergi dengan kami dalam mengatasi masalah kesehatan di masyarakat. Target dari kegiatan ini adalah perwakilan perawat dan kader yang ada di wilayah kerja Puskesmas di Kota Cimahi. Luaran yang diharapkan setelah pelathan ini adalah seluruh peserta dapat mengetahui dan memahami konsep dan aplikasi Pijat Akupresur.

### METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan untuk upaya peningkatan pengetahuan ini berbentuk pelatihan pijat akupresur selama tiga hari dari tanggal 10 - 12 Juni 2021. Pelatihan ini diikuti oleh 14 orang perawat dan kader dari wilayah kerja Puskesmas di Kota Cimahi. Pelatihan dilaksanakan dengan metode ceramah, praktik laboratorium dan praktik pijat langsung ke masyarakat.

Kegiatan pelatihan ini diawali oleh pemberian materi tentang teori akupresur, keseimbangan Yin dan Yang, Teori Meridian Tubuh, dan demonstrasi pijat akupresur di 12 titik meridian organ tubuh. Setelah diberikan materi dasar akupresur, peserta pelatihan mempraktikkan pijat akupresur pada sesama peserta, kemudian mempraktikkan juga ke masyarakat di sekitar wilayah kerja Puskesmas. Pengukuran pengetahuan dilakukan menggunakan kuesioner yang dilakukan sebelum pemberian materi pada hari pertama dan di hari kedua sebelum para peserta praktik langsung ke masyarakat. Data pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian

materi dianalisis menggunakan Uji t-dependent.

### HASIL PEMBAHASAN

Peserta pelatihan diberikan materi tentang dasar-dasar akupresur, terutama pengenalan 12 titik meridian utama dalam tubuh yaitu ST, GB, BL, SP, LR, KI, LI, TE, SI, LU, PC, HT, dan 2 meridian istimewa yaitu meridian Ren, Du. Pemijatan akupresur yang dilakukan dapat melancarkan kembali aliran energi vital pada meridian tubuh tersebut sehingga tercapai kembali kondisi keseimbangan antara elemen Yin dan Yang. Inti pengobatan akupresur adalah mengembalikan sistem keseimbangan (homeostasis) tubuh yang terwujud dengan adanya aliran qi yang teratur dan harmonis (Risa Wahyuningsih et al., 2020). Tabel-tabel berikut ini menggambarkan hasil analisis pengetahuan peserta pelatihan pijat akupresur sebelum dan sesudah pemberian materi.

Tabel 1. Distribusi rata-rata pengetahuan peserta pelatihan sebelum pemberian materi pijat akupresur (N = 14).

Variabel	Mean	SD	Minimal	95% CI
1	Media		-	
	n		Maksim	
			al	
Teori	28,93	10,59	10 - 55	22,8
	27,50	4		1 - 35,0
				5

Hasil analisis menunjukkan rata-rata pengetahuan peserta sebelum pemberian materi adalah 28,93, nilai median 27,50 (95% CI: 22,81-35,05) dengan standar deviasi 10,594, nilai terendah 10 dan nilai tertinggi 55. Kesimpulan estimasi interval menunjukkan 95% diyakini rata-rata nilai teori adalah diantara 22,81 sampai dengan 35,05.

Tabel 2. Distribusi rata-rata pengetahuan peserta pelatihan setelah pemberian materi pijat akupresur (N = 14).

Variabe l	Mean Media n	SD	Minimal- Maksima l	95% CI
Teori	80,07 79,50	8,03 3	68 - 95	75,4 3 - 84,7 1

Hasil analisis pengetahuan setelah pemberian materi menunjukkan nilai rata-rata 80,07, nilai median 79,50 (95% CI: 75,43-84,71) dengan standar deviasi 8,033, Nilai pengetahuan terendah 68 dan tertinggi 95. Dari estimasi interval disimpulkan bahwa 95% diyakini bahwa rata-rata nilai pengetahuan adalah diantara 75,43 sampai dengan 84,71.

Tabel 3. Distribusi rata-rata pengetahuan peserta sebelum dan sesudah dilakukan pelatihan (N = 14).

Variabel Teori	Mea n	SD	SE	p- Valu e	N
Sebelum Pelatiha n	28,93	10,59	2,83	0,001	1 4
Setelah Pelatiha n	80,07	8,033	2,14	7	

Berdasarkan hasil analisis didapatkan bahwa rata-rata nilai pengetahuan sebelum dilakukan pelatihan sebesar 28,93 dengan standar deviasi 10,594, pada peserta yang telah mendapat pelatihan nilai rata-ratanya 80,07 dengan standar deviasi 8,033. Hasil uji statistik didapatkan p-Value = 0,001 maka dapat disimpulkan ada perbedaan yang signifikan antara nilai pengetahuan sebelum dilakukan pelatihan dan setelah dilakukan pelatihan.

Pengukuran pengetahuan dilakukan melalui pengisian kuesioner pre test dan post test. Pertanyaan yang diajukan adalah seputar fungsi pijat akupresur, dan titik-titik akupresur yang berkaitan dengan masalah kesehatan yang umum terjadi di masyarakat.

Peningkatan pengetahuan sangat terlihat perbedaannya karena memang rata-rata peserta belum pernah terpapar sebelumnya tentang materi pijat akupresur ini. Ada peserta yang sudah terbiasa melakukan terapi pijat namun tidak khusus terapi pijat akupresur. Pada pelatihan ini, Materi mengenai pijat akupresur diberikan oleh beberapa narasumber, diantaranya adalah narasumber internal Fakultas Ilmu dan Teknologi Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani (FITKES UNJANI) yang sudah tersertifikasi oleh Badan Nasional Sertifikasi Profesi (BNSP) sebagai terapis akupresur, dan narasumber praktisi dari Perkumpulan Pelaku dan Pemerhati Akupresur Indonesia (P3AI) Kota Cimahi.



Gambar 1. Pemberian materi akupresur oleh narasumber dari P3AI



Gambar 2. Pemberian Materi Akupresur oleh Dosen FITKES



Gambar 3. Praktik pijat akupresur sesama peserta

Akupresur sebagai terapi komplementer yang aman, dan bermutu dapat diintegrasikan di fasilitas kesehatan. Puskesmas sebagai tempat pelayanan kesehatan terdekat yang ada di lingkungan masyarakat sangat tepat untuk menjadi tempat aplikasi terapi akupresur ini, seperti yang diatur dalam Peraturan Menteri Kesehatan RI No.37 Tahun 2017 tentang Pelayanan Kesehatan Tradisional Integrasi. Pada Permenkes RI No.21 tahun 2020 tentang Rencana Strategis Kementerian Kesehatan tahun 2020 - 2024 juga telah ditetapkan indikator target kinerja jumlah Puskesmas dan Rumah Sakit Pemerintah yang menyelenggarakan kegiatan pelayanan kesehatan tradisional (Kemkes, 2020). Terkait dengan peraturan-peraturan pemerintah tersebut, maka kegiatan peningkatan pengetahuan perawat dan kader kesehatan ini sangat tepat dilakukan sebagai langkah awal penerapan terapi tradisional komplementer di masyarakat.

### SIMPULAN DAN SARAN

Upaya peningkatan dan pemeliharaan kesehatan di masyarakat bukan hanya tanggungjawab pemerintah dan instansi kesehatan saja. Upaya tersebut akan lebih efektif jika dilakukan bersama dengan masyarakat, contohnya dengan adanya kerjasama antara Institusi pendidikan dan

Institusi pelayanan kesehatan. Pelatihan terapi pijat akupresur untuk meningkatkan pengetahuan perawat puskesmas dan kader kesehatan sangat bermanfaat untuk mengembangkan aplikasi terapi komplementer di masyarakat. Terapi pijat akupresur ini sudah terbukti dapat mengatasi berbagai masalah kesehatan yang ada di masyarakat. Oleh karena itu kegiatan pengabdian masyarakat ini diharapkan dapat berjalan berkelanjutan dan melibatkan peserta dari perawat dan kader kesehatan yang lebih banyak lagi.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Kegiatan pengabdian masyarakat ini tentu saja dapat terlaksana karena ada kerjasama dari berbagai pihak. Terima kasih kepada LPPM FITKES UNJANI yang memfasilitasi kegiatan ini, dan kepada seluruh Puskesmas se-Kota Cimahi yang sudah mengirimkan perawat dan kader kesehatannya untuk mengikuti kegiatan ini. Terima kasih juga kepada masyarakat yang sudah terlibat saat praktik aplikasi terapi pijat.

### DAFTAR PUSTAKA

- Afrianti, N., & Dewiyuliana. (2021). The application of acupressure therapy in diabetes mellitus. *Jurnal Ilmiah Permas*, 11, 579-586.
- Aswitami N., G. A. P., Putu Mirah Yunita Udayani, N., Manik Karuniadi, I. G., Putu Widiastini, L., & Bina Usada Bali, S. (2020). *Pelatihan Massage Akupresur pada Kelompok Bidan sebagai Asuhan Komplementer pada Ibu Hamil Trimester III*. Direktorat Pelayanan Kesehatan Tradisional Kementerian Kesehatan. (2017). *Training of Trainer* (Vol. 6, Issue 3).
- Kesehatan, D. P. K. (2017). *P2PTM\_RAK2017.pdf* (pp. 1-37). [http://p2p.kemkes.go.id/wp-content/uploads/2017/12/P2PTM\\_RAK2017.pdf](http://p2p.kemkes.go.id/wp-content/uploads/2017/12/P2PTM_RAK2017.pdf)
- Komariah, M., Mulyana, A. M., Maulana, S., Rachmah, A. D., & Nuraeni, F. (2021). Literature Review Terkait Manfaat Terapi Akupresur Dalam Mengatasi Berbagai Masalah Kesehatan. *Medika Hutama*, 02(04), 1223-1230.

<http://jurnalmedikahutama.com>  
Risa Wahyuningsih, I., Handayani, S., &  
Aisyiyah Surakarta, S. (2020).  
*PELATIHAN AKUPRESUR UNTUK  
RELAKSASI TUBUH DAN MENGATASI  
DISMENOREA.*  
Septianingrum, N. M. A. N., Nurpalupi, N. R.,  
Astuti, N. D., Hanafi, M. T., & Setiawan,  
S. A. (2020). Pemanfaatan Terapi Herbal  
dan Pijat Akupresur Sebagai Pilihan  
Terapi Hipertensi pada Kelompok Lanjut

Usia. *Community Empowerment*, 5(3), 129–  
137. <https://doi.org/10.31603/ce.4351>  
Wismadil, T. N., & Fyrda. (2019). PENGARUH  
PENDIDIKAN KESEHATAN TERAPI  
MANDIRI PIJAT REFLEKSI PADA  
KAKI TERHADAP PENGETAHUAN  
UNTUK MENGURANGI INTENSITAS  
NYERI HAID SISWI DI SMP. *Healthy  
Journal Fikes Unibba*, VII(2), 29–37.