



Penerapan Terapi Akupresur untuk Meningkatkan Kekuatan Otot pada Pasien Stroke

Veni Budi Lestari^{1*}, Sri Indaryati², Novita Elisabeth Daeli³

¹⁻³ Universitas Katolik Musi Charitas Palembang

*Penulis Korespondensi: venibudi12@gmail.com¹

Abstract. *Stroke is a serious neurological disorder. A stroke is an acute attack that can cause death or disability, both physically and mentally. Muscle weakness is one of the most common clinical signs experienced by stroke patients. One way to prevent permanent disability in stroke patients is to train muscle strength through acupressure therapy. This study aims to analyze the application of nursing care through acupressure therapy in improving muscle strength in stroke patients. The method used is a case study using a descriptive one-group research method with a pre-test-post-test design on three stroke patients with an intervention of 7 consecutive days with a frequency of 2 times a day for a duration of 12 minutes. The results showed that respondent I's muscle strength before therapy was on a scale of 3 and post-therapy was on a scale of 4, respondent II's pre-therapy was on a scale of 1 and post-therapy was on a scale of 1, and respondent III's pre-therapy was on a scale of 3 and post-therapy was on a scale of 4. It was concluded that acupressure therapy is effective as an additional therapy in nursing practice to help improve muscle strength in stroke patients.*

Keywords: *Acupressure Therapy; Muscle Weakness; Neurological Disorder; Nursing Care; Stroke.*

Abstrak. Stroke merupakan salah satu penyakit gangguan neurologis berat, serangan stroke ini berupa serangan akut yang dapat menyebabkan kematian atau kecacatan baik secara fisik ataupun mental. Kelemahan otot merupakan salah satu tanda klinis paling sering dialami oleh penderita stroke. Cara yang dapat dilakukan untuk mencegah terjadinya kecacatan permanen pada penderita stroke yaitu melatih kekuatan otot dengan memberikan terapi akupresur. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis penerapan asuhan keperawatan melalui terapi akupresur dalam meningkatkan kekuatan otot pada pasien stroke. Metode yang digunakan adalah studi kasus dengan menggunakan metode penelitian deskriptif one group dengan desain pra-tes pasca-tes pada tiga pasien stroke dengan intervensi 7 hari berturut-turut dengan frekuensi 2 kali sehari dengan durasi 12 menit. Hasil penelitian menunjukkan responden I pre pemberian terapi kekuatan otot berada diskala 3 dan post pemberian terapi berada diskala 4, responden II pre pemberian trapi berada di skala 1 dan post pemberian terapi berada diskala 1 dan responden III pre pemberian terapi berada diskala 3 dan post pemberian terapi diskala 4.. Disimpulkan bahwa terapi akupresur efektif sebagai terapi tambahan dalam praktik keperawatan untuk membantu meningkatkan kekuatan otot pada pasien stroke.

Kata kunci: Gangguan Neurologis; Kelemahan Otot; Perawatan Keperawatan; Stroke; Terapi Akupresur.

1. LATAR BELAKANG

Stroke adalah salah satu jenis penyakit gangguan neurologis yang berat, di mana serangan ini bersifat akut dan dapat menyebabkan kematian atau kecacatan, baik secara fisik maupun mental (Hutagalung, 2019, p. 1). Stroke merupakan kondisi darurat neurologis yang sangat serius dan merupakan penyebab kematian terbanyak di seluruh dunia (Gofir, 2021, p. 68). Secara umum, stroke dibagi menjadi dua jenis, yaitu stroke iskemik dan stroke hemoragik. Pada tahun 2022, menurut World Stroke Organization (WHO), secara global tercatat lebih dari 12,2 juta orang yang berusia di atas 25 tahun mengalami stroke. Dari jumlah tersebut, sekitar 795.000 orang di Amerika Serikat mengalami stroke pertama kali atau stroke yang berulang. Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas), prevalensi stroke di Indonesia mengalami peningkatan sebesar 58 %, dari 7 per 1.000 penduduk pada tahun 2013 menjadi

10,9 per 1.000 penduduk pada tahun 2018 (Riskesdas, 2018, p. 165). Pada tahun 2020, menurut Riskesdas, terjadi peningkatan jumlah kasus stroke dengan total sebanyak 1,7 juta orang. Kasus stroke di Indonesia menjadi penyebab kematian terbesar, dengan angka kematian sekitar 131,8 kasus per 100 ribu penduduk (Riskesdas, 2018, p. 166).

Di Sumatera Selatan, pada tahun 2018 terdapat sebanyak 22.171 orang yang mengalami stroke, menurut data Riskesdas 2018. Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, setiap tahun jumlah penderita stroke terus meningkat. Hal ini disebabkan oleh perkembangan teknologi yang semakin canggih, sehingga memengaruhi gaya hidup masyarakat menjadi kurang sehat. Pada bulan Juni sampai Agustus 2026, jumlah pasien yang dirawat di Charitas Hospital Palembang karena stroke iskemik maupun hemoragik mencapai 183 orang.

Pasien yang mengalami stroke dan tidak ditangani secara tepat dapat mengalami berbagai komplikasi serius, termasuk kecacatan permanen. Penanganan stroke secara cepat dalam jangka waktu golden time yaitu 3 hingga 4,5 jam dapat mengurangi risiko terjadinya komplikasi berat. Salah satu komplikasi yang paling umum dialami pasien stroke adalah penurunan kekuatan otot atau kondisi hemiparise. Dalam praktik keperawatan, intervensi non-farmakologis seperti terapi akupresur dapat menjadi terapi komplementer yang mudah diterapkan. Terapi akupresur merupakan salah satu metode fisioterapi yang dilakukan dengan cara memberikan pemijatan dan rangsangan pada titik-titik tertentu di tubuh, yang disebut sebagai acupoint (Heny, 2018, p.1). Oleh karena itu, penerapan kombinasi terapi akupresur penting untuk diteliti sebagai bagian dari intervensi keperawatan dalam membantu meningkatkan kekuatan otot pada pasien stroke melalui pendekatan *Evidence Based Practice Nursing* (EBPN) dalam asuhan keperawatan.

2. KAJIAN TEORITIS

Penyakit Vaskuler Cerebro (CVD) atau yang sering disebut stroke adalah kondisi yang menyebabkan gangguan neurologis secara tiba-tiba, yang disebabkan oleh iskemia atau hemoragik. Penyakit ini memiliki penyebab dan mekanisme perkembangan yang rumit. Stroke merupakan penyebab utama terjadinya kematian serta kecacatan fisik dan mental, baik secara sementara maupun permanen. Stroke terjadi karena gangguan aliran darah ke otak, sehingga otak mengalami kekurangan oksigen, yang berdampak pada terjadinya gangguan neurologis akibat iskemia atau hemoragik pada sistem sirkulasi saraf otak.

Stroke diklasifikasikan menjadi 2 yaitu stroke hemoragi dan stroke non hemoragi (stroke iskemik). Stroke hemoragik adalah jenis stroke yang terjadi karena adanya perdarahan di otak

atau dalam ruang subaraknoid (Muttaqin, 2019, p. 129). Stroke iskemik adalah jenis stroke yang terjadi karena adanya penyumbatan pada pembuluh darah di otak. Penyumbatan tersebut bisa disebabkan oleh bekuan darah yang menutup sebagian atau seluruh pembuluh darah, serta dapat terjadi karena adanya plak aterosklerosis (thrombus dan emboli) (Prabowo, Arwani dan Budi, 2025, p. 7).

Penanganan stroke tentunya sesuai dengan penyebabnya, penanganan stroke harus dilakukan dengan cepat dan tepat sesuai dengan *golden time* stroke yaitu 3-4,5 jam pertama untuk mengurangi terjadinya komplikasi yang lebih serius. Periode *golden time* stroke merupakan periode kritis, dinamis dan potensial untuk pulih kembali. Pengobatan stroke harus memikirkan kemungkinan untuk melakukan intervensi yang lebih aktif dengan tujuan membatasi luasnya infark dengan mengurangi perluasan kerusakan area penumbra, memperbaiki fungsi neuron dan mengurangi risiko kecacatan, mengupayakan agar kerusakan otak terjadi seminimal mungkin, mencegah terjadinya stroke berulang dan memaksimalkan penyumbatan fungsional pasien. Salah satu jenis terapi tambahan yang bisa diterapkan adalah terapi akupresur. Terapi ini merupakan cabang dari ilmu akupunktur. Pemijatan manual pada titik-titik akupresur telah terbukti meningkatkan produksi serotonin dan endorfin, serta berdampak positif terhadap kadar kortisol dalam darah (Siti, 2025). Terapi akupresur membantu melancarkan peredaran darah, mengurangi spastisitas otot, membantu pemulihan fungsi motorik.

3. METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan adalah studi kasus dengan metode penelitian deskriptif one group dengan desain pra-tes pasca-tes, yang bertujuan untuk mengetahui efektivitas terapi akupresur terhadap peningkatan kekuatan otot pada pasien stroke. Penelitian dilakukan di Paviliun Fransiskus Charitas Hospital Palembang dengan melibatkan 3 pasien stroke sebagai partisipan penelitian. Intervensi berupa terapi akupresur dilakukan selama 7 hari berturut-turut dengan frekuensi 2 kali sehari dengan durasi 12 menit. Hasil pengukuran MMT dicatat pada lembar observasi penelitian. Instrumen yang digunakan yaitu SOP terapi akupresur dan Leaflet tentang edukasi stroke beserta cara pemberian terapi akupresur.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Hasil penelitian ini secara khusus menguraikan pencapaian yang diperoleh setelah pelaksanaan *Evidence-Based Practice Nursing* (EBPN) dengan intervensi terapi akupresur pada pasien stroke. Berikut ini adalah pembahasan mengenai penerapan EBPN pada ketiga pasien yang telah dilakukan disajikan sebagai berikut:

Tabel 1. Hasil Penerapan Latihan Terapi Akupresur pada Responden 1.

Hari ke	Kekuatan otot	
	Pre Intervensi	Post Terapi
1	3	3
2	3	3
3	3	3
4	3	3
5	3	3
6	4	4
7	4	4

Dari tabel diatas menunjukkan bahwa dari hari 1 sampai dengan hari ke 7 setelah penerapan terapi akupresur terjadi peningkatan kekuatan otot di hari ke 6 sampai dengan hari ke 7 penerapan.

Tabel 2. Hasil Penerapan Latihan Terapi Akupresur pada Responden 2.

Hari ke	Kekuatan otot	
	Pre Intervensi	Post Terapi
1	1	1
2	1	1
3	1	1
4	1	1
5	1	1
6	1	1
7	1	1

Dari tabel diatas menunjukkan bahwa dari hari 1 sampai dengan hari ke 7 setelah penerapan terapi akupresur tidak terjadi peningkatan kekuatan otot.

Tabel 3. Hasil Penerapan Latihan Terapi Akupresur pada Responden 3.

Hari ke	Kekuatan otot	
	Pre Intervensi	Post Terapi
1	3	3
2	3	3
3	3	3
4	3	3
5	3	3
6	3	3
7	4	4

Dari tabel diatas menunjukkan bahwa dari hari 1 sampai dengan hari ke 7 setelah penerapan terapi akupresur terjadi peningkatan kekuatan otot di hari ke 7.

Pembahasan

Hasil penerapan EBPN terapi akupresur mampu meningkatkan kekuatan otot ekstremitas atas pada pasien stroke. Terapi akupresur dalam meningkatkan kekuatan otot melibatkan stimulasi saraf sensorik, peningkatan eksitabilitas neuron motorik, perbaikan sirkulasi darah, serta efek relaksasi otot. Kombinasi mekanisme tersebut mendukung peningkatan fungsi neuromuskular dan membantu memperbaiki kekuatan otot secara bertahap.

Hasil penelitian tersebut selaras dengan studi yang dilakukan oleh Muhamad Adam dan timnya pada tahun 2014, yang berjudul Akupresur Meningkatkan Kekuatan Otot dan Rentang Gerak Ekstremitas Atas Pada Pasien Stroke. Dalam penelitiannya, mereka menyatakan bahwa akupresur adalah bentuk intervensi yang efektif dalam meningkatkan kekuatan otot serta fleksibilitas gerak pada pasien stroke yang mengalami gangguan motorik pada satu sisi tubuh. Stroke secara jelas dapat berdampak pada penurunan fungsi ekstremitas atas berupa kehilangan kontrol ekstremitas atas yang dapat menurunkan kekuatan otot dan rentang gerak serta merupakan komplikasi yang paling sering terjadi (Adam et al., 2014).

Dengan demikian, kombinasi terapi akupresur efektif dalam meningkatkan kekuatan otot serta fleksibilitas gerak pada pasien stroke yang mengalami gangguan motorik pada satu sisi tubuh. Intervensi ini juga relatif mudah dilakukan, aman, dan dapat diterapkan sebagai terapi komplementer dalam praktik keperawatan untuk membantu meningkatkan kekuatan otot pada pasien stroke.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil analisis asuhan keperawatan yang dilakukan terhadap pasien stroke di Charitas Hospital, penerapan terapi akupresur terbukti memberikan dampak positif yang signifikan bagi pemulihan pasien. Secara klinis, intervensi ini efektif dalam meningkatkan kekuatan otot ekstremitas atas pada pasien stroke. Keberhasilan ini didorong oleh mekanisme tersebut mendukung peningkatan fungsi neuromuskular dan membantu memperbaiki kekuatan otot secara bertahap. Pada pasien stroke sendiri disarankan agar tetap rutin melakukan terapi akupresur 2 kali sehari setiap hari.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis jurnal ini mengucapkan banyak terimakasih kepada pimpinan Universitas Katolik Charitas, Ketua dekan, Prodi, segenap rekan-rekan dosen, Direktur Charitas Hospital Palembang, Kepala Ruang dan CI Paviliun Fransiskus Palembang yang telah mengizinkan sebagai tempat dilakukan penelitian, serta terima kasih kepada keluarga, saudara, dan teman-

teman yang sudah mendukung, memberi semangat, dan membantu saya selama proses penelitian ini.

DAFTAR REFERENSI

- Adam, M., Nurachmah, E., & Waluyo, A. (2014). Akupresur untuk meningkatkan kekuatan otot dan rentang gerak ekstremitas atas pada pasien stroke. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 17(3), 81-87. <https://doi.org/10.7454/jki.v17i3.452>
- Adam, M., Nurachmah, E., & Waluyo, A. (2020). Rentang gerak ekstremitas atas pada pasien stroke. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 17(3), 81-87. <https://doi.org/10.7454/jki.v17i3.452>
- Ahmad, H., Hasbiah, & Muthiah, S. (2023). *Pengukuran muskuloskeletal dan integritas*. PT Nas Media Indonesia.
- Andiyani, S. F., Kamillah, S., & Suryadi, B. (2025). Pengaruh kombinasi antara latihan range of motion (ROM) dan terapi akupresur terhadap peningkatan kekuatan otot pada pasien stroke di ruang Bougenville RSUD Sayang Cianjur tahun 2024. *Jurnal Intelek Insan Cendikia*, 2(3), 6041-6052.
- Hasanah, U., Suinganto, A., Ariza, S., Marsudi, L., & Sukmana, D. (2023). *Buku ajar anatomi fisiologis manusia* (A. Hana, Ed.). Samudra Biru.
- Hasanah, U., Suinganto, A., Ariza, S., Marsudi, L., & Sukmana, D. (2023). *Buku ajar anatomi fisiologis manusia* (A. Hana, Ed.). Samudra Biru.
- Hutagalung, S. (2019). *Panduan lengkap stroke: Mencegah, mengobati, dan menyembuhkan* (in Q. Abata, Ed.). Bandung: NusaMedia.
- Novitasari, D., Ismoyowati, T., Murniati, Awaludin, S., & Hidayat, A. (2025). *Buku ajar bimedik dasar* (Efitra, Ed.). Sonpedia Publishing Indonesia.
- Novitasari, D., Ismoyowati, T., Murniati, Awaludin, S., & Hidayat, A. (2025). *Buku ajar bimedik dasar* (Efitra, Ed.). Sonpedia Publishing Indonesia.
- Nurahmasari, N., & Septiany, M. (2024). Penerapan terapi akupresur untuk meningkatkan kekuatan otot dan rentang gerak sendi pada pasien stroke. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Nusantara*, 5(1), 922-927. <https://doi.org/10.55338/jpkmn.v5i1.2845>
- Nurkhasanah, S. (2025). *Buku ajar terapi komplementer dalam praktik kebidanan*. Sleman: CU Budi Utama.
- Prabowo, R., Arwani, & Budi, W. (2025). *Panduan rehabilitasi disfagia pada pasien stroke: Pendekatan klinis dan latihan menelan triple exercises* (A. Qohar & A. Rohman, Eds.). PT. Penerbit Qriset Indonesia.
- Prabowo, R., Arwani, & Budi, W. (2025). *Panduan rehabilitasi disfagia pada pasien stroke: Pendekatan klinis dan latihan menelan triple exercises* (A. Qohar & A. Rohman, Eds.). PT. Penerbit Qriset Indonesia.
- Pranata, L. (2023). Pemahaman mahasiswa keperawatan tentang fisiologi manusia dalam mata kuliah ilmu biomedik dasar. *Cendekia Medika: Jurnal Stikes Al-Maarif Baturaja*, 8(2), 380-385. <https://doi.org/10.52235/cendekiamedika.v8i2.283>

- Pranata, L., Surani, V., Suryani, K., & Fari, A. I. (2023). Understanding of research methods based on evidence-based practice in nursing for nursing students. *Jurnal Kesehatan dan Pembangunan*, 13(26), 174-178. <https://doi.org/10.52047/jkp.v13i26.247>
- Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS). (2018). *Laporan RISKESDAS 2018 Nasional*. Lembaga Penerbit Balitbangkes. <https://repository.badanke.bijakan.kemkes.go.id/id/e.print/3514/1/LaporanRiske.sdas.2018Nasional.pdf>
- Sangadji et al. (2024). *Buku ajar keperawatan medikal bedah I*. Mahakarya Cipta Utama.
- Sangadji et al. (2024). *Buku ajar keperawatan medikal bedah I*. Mahakarya Cipta Utama.
- Setyowati, H. (2018). *Akupresur untuk kesehatan wanita berbasis hasil penelitian*. Magelang: Unimma Press.
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&D*. Bandung: ALFABETA.
- Tim Pokja SDKI DPP PPNI. (2017). *Standar diagnosa keperawatan Indonesia* (1st ed.). Jakarta Selatan: Dewan Pengurus Pusat PPNI.
- Tim Pokja SIKI DPP PPNI. (2018). *Standar intervensi keperawatan Indonesia: Definisi dan tindakan keperawatan* (1st ed.). Jakarta: Dewan Pengurus Pusat PPNI.
- Tim Pokja SLKI DPP PPNI. (2018). *Standar luaran keperawatan Indonesia: Definisi dan kriteria hasil keperawatan* (1st ed.). Jakarta: Dewan Pengurus Pusat PPNI.
- Wahid, A., & Suprpto, I. (2020). *Pemeriksaan fisik dasar*. Trans Info Media.
- WHO. (2021). *Cardiovascular disease (CVDs)*. [https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/cardiovascular-diseases-\(cvds\)](https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/cardiovascular-diseases-(cvds))