

ABSTRAK

Efektivitas Terapi Akupresur Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri dan Peningkatan Kualitas Tidur Lansia dengan *Osteoarthritis* Lutut

Oleh : Centia Komalasari

Osteoarthritis merupakan penyakit sendi degeneratif yang berkaitan dengan kerusakan kartilago sendi dan kerap kali menimbulkan ketidakmampuan fisik yang umumnya menyerang sendi penopang berat badan terutama sendi lutut. Gambaran klinis *osteoarthritis* berupa nyeri sendi. Nyeri yang terjadi terus menerus dapat membawa dampak pada kualitas tidur lansia. Peran perawat untuk mengatasi keluhan *osteoarthritis* pada lansia adalah memberikan terapi non farmakologi berupa terapi *akupresur*.

Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh terapi *akupresur* terhadap penurunan tingkat nyeri dan peningkatan kualitas tidur pada lansia dengan *osteoarthritis*. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, dengan desain *quasy experiment* menggunakan rancangan *pre and post test control group design*. Penelitian dilakukan bulan juni 2015. Sampel dalam penelitian ini 68 orang yang terbagi dalam 34 orang kelompok intervensi dan 34 orang kelompok kontrol. Instrumen yang digunakan adalah *Visual Analogue Scale* dan *Pittsburgh Sleep Quality Index*. Data tidak terdistribusi normal sehingga menggunakan analisis statistik non parametrik (*Wilcoxon* dan *Mann Whitney test*).

Hasil analisis statistik dengan *Wilcoxon p-value* tingkat nyeri ($p=0,000$) dan kualitas tidur ($p=0,000$) menunjukkan ada pengaruh penurunan tingkat nyeri dan peningkatan kualitas tidur sebelum dan setelah pemberian terapi *akupresur* pada kelompok intervensi. *Mann Whitney test* didapatkan nilai tingkat nyeri ($p=0,000$) dan kualitas tidur ($p=0,000$), disimpulkan terdapat perbedaan perubahan tingkat nyeri dan kualitas tidur sebelum dan setelah pemberian terapi *akupresur* pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

Disarankan tenaga kesehatan khususnya perawat menerapkan intervensi terapi *akupresur* untuk menurunkan keluhan nyeri dan meningkatkan kualitas tidur pada lansia yang mengalami *osteoarthritis* sebagai intervensi keperawatan mandiri minimal 2x seminggu sehingga lansia memperoleh rasa nyaman serta dapat membantu lansia tetap produktif.

Kata kunci : *Osteoarthritis*, Terapi *akupresur*, Nyeri, Kualitas tidur