

## TEKNIK AKUPRESUR TERHADAP KUALITAS HIDUP PADA PASIEN HEMODIALISIS

Amin Rahmawati Purwaningrum<sup>1</sup>, Ahmad Mufid Sultoni<sup>2</sup>,  
Herminia Ximenes<sup>3</sup>, Tintin Sukartini<sup>4</sup>  
Universitas Airlangga<sup>1,2,3,4</sup>  
[tintin-s@fkip.unair.ac.id](mailto:tintin-s@fkip.unair.ac.id)<sup>4</sup>

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efek dari akupresur dalam meningkatkan kualitas hidup pasien hemodialisis. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah systematic review menggunakan metode PICOT, dengan pencarian melalui database Pubmd, Science Direct, SAGE, SCOPUS, dan Proquest, sehingga diperoleh sebanyak 9 artikel yang membahas efektifitas akupresur dalam meningkatkan kualitas hidup pasien hemodialisis. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar mengungkapkan bahwa ada dampak positif akupresur terhadap peningkatan kualitas hidup pada pasien dengan hemodialisis. Dampak positif akupresur seperti meningkatkan kualitas tidur, menurunkan intensitas nyeri, depresi dan kecemasan. Simpulan, terapi akupresur ini dapat berguna dalam meningkatkan kualitas hidup yang dialami pasien hemodialisis.

Kata Kunci: *Acupressure, Hemodialysis, Quality of Life (QOL)*

### ABSTRACT

*This study aims to determine the effect of acupressure in improving the quality of life of hemodialysis patients. The research method used in this study was a systematic review using the PICOT method by searching through the Pubmd, Science Direct, SAGE, SCOPUS, and Proquest databases to obtain nine articles discussing the effectiveness of acupressure in improving the quality of life of hemodialysis patients. The study's results revealed a positive impact of acupressure on enhancing the quality of life in patients with hemodialysis. The positive effects of acupressure include improving sleep quality and reducing pain intensity, depression, and anxiety. In conclusion, this acupressure therapy can help improve the quality of life experienced by hemodialysis patients.*

*Keywords: Acupressure, Hemodialysis, Quality of Life (QOL)*

### PENDAHULUAN

*Chronic Kidney Disease (CKD)* merupakan penyakit yang tergolong katastrofik dimana penderitanya memerlukan biaya yang tinggi dan mengancam jiwa, yang mana prevalensinya semakin meningkat setiap tahunnya. Penyakit ini bersifat ireversibel, sehingga intervensi yang dilakukan hanyalah mempertahankan fungsi ginjal, dengan melakukan hemodialisa sebagai salah satu intervensinya untuk menggantikan fungsi ginjal melakukan metabolisme tubuh. Hemodialisis merupakan salah satu terapi pengganti ginjal, menggunakan selaput membrane permiabel yang memiliki fungsi seperti nefron untuk mengeluarkan produk sisa metabolisme dan memantau gangguan keseimbangan cairan dan

elektrolit. Hemodialisis juga merupakan proses pertukaran zat terlarut dan produk sisa tubuh, sehingga zat sisa tersebut harus ditarik dengan mekanisme difusi pasif membran semipermeabel (Cahyaningtyas et al., 2020). Fungsi utamanya didasarkan pada proses pembersihan bahan limbah yang terkumpul di dalam darah. Komplikasi seperti hipotensi, kram, mual dan muntah, sakit kepala, nyeri dada, nyeri lengan, nyeri punggung, nyeri sendi, gatal, dan demam dapat terjadi akibat pengobatan hemodialisis. Nyeri merupakan gejala umum pada pasien HD, menyebabkan masalah fisik dan mental serta menurunkan kualitas hidup.

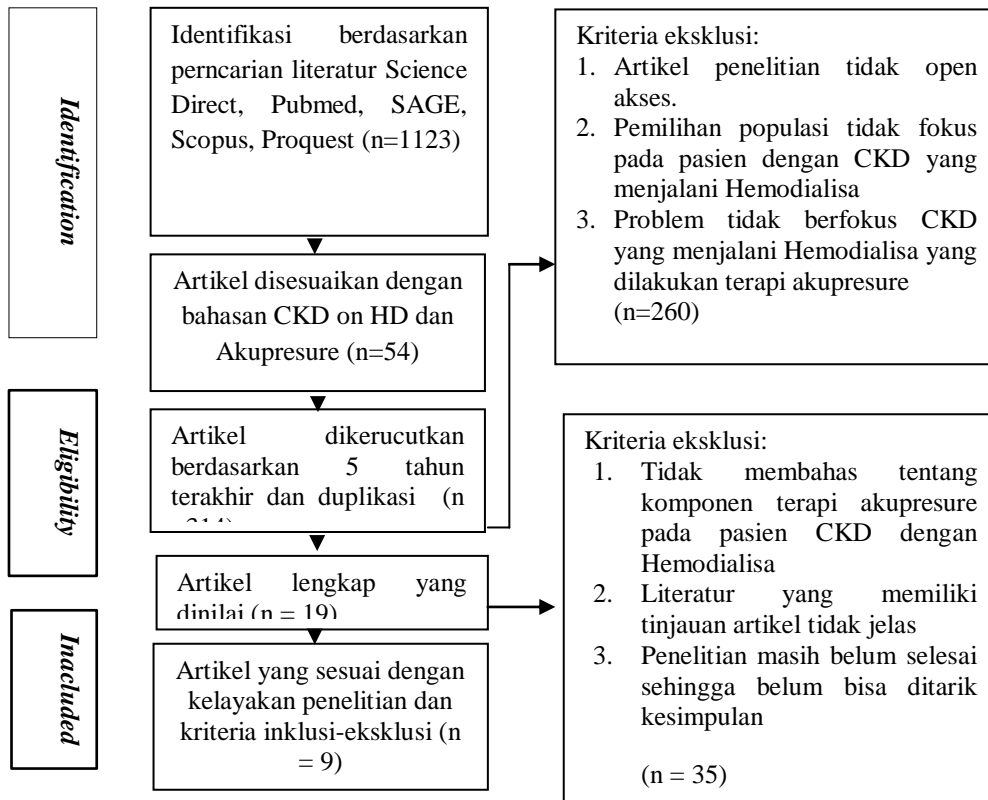
Kualitas hidup adalah persepsi individu tentang posisinya dalam kehidupan dalam konteks budaya, sistem nilai, dan hubungannya dengan tujuan hidup, harapan, standar, dan hal-hal terkait lainnya. Kualitas hidup merupakan faktor yang semakin penting dalam penilaian manajemen pasien penyakit ginjal kronis yang menjalani hemodialisis (Yonata et al., 2022). Studi terbaru menunjukkan bahwa kualitas hidup pasien hemodialisis secara signifikan lebih rendah dibandingkan dengan kelompok kontrol. Hemodialisis mempengaruhi kualitas hidup pasien secara fisik, psikologis, dan sosial, karena kehidupan sehari-hari mereka berubah secara dramatis karena seringnya sesi hemodialisis (Floria et al., 2022).

Terapi komplementer adalah cara penanggulangan penyakit yang dilakukan sebagai pendukung kepada pengobatan medis konvensional atau sebagai pengobatan pilihan lain diluar pengobatan medis yang konvensional. Salah satu terapi komplementer yang kini populer dimasyarakat adalah terapi akupressure. Terapi akupressure adalah perkembangan terapi pijat yang berlangsung seiring dengan perkembangan ilmu akupunktur karena teknik pijat akupresur adalah turunan dari ilmu akupunktur. Teknik dalam terapi ini menggunakan jari tangan sebagai pengganti jarum tetapi dilakukan pada titik-titik yang sama seperti yang digunakan pada terapi akupunktur. Dalam beberapa penelitian mengungkapkan bahwa terapi akupresur berkontribusi positif dalam meningkatkan kualitas hidup, sehingga penulis tertarik mereview artikel yang membahas teknik akupresur terhadap peningkatan kualitas hidup pasien hemodialisis.

## **METODE PENELITIAN**

Rangkuman menyeluruh dalam bentuk *systematic review* mengenai “*The Effectiveness of Acupressure in Quality Of Life (QOL) Patients With Hemodialysis*”. Protokol dan evaluasi dari *systematic review* akan menggunakan *PRISMA checklist* untuk menentukan penyeleksian studi yang telah ditemukan dan disesuaikan dengan tujuan dari *systematic review*. Pencarian literatur dilakukan pada bulan November 2020. Data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data sekunder yang diperoleh bukan dari pengalaman langsung, akan tetapi diperoleh dari hasil penelitian yang dilakukan peneliti-peneliti terdahulu. Sumber data sekunder yang didapat berupa artikel jurnal bereputasi internasional dengan tema yang sudah ditentukan. Pencarian literatur dalam *systematic review* ini menggunakan 5 *database* kriteria kualitas tinggi dan sedang mulai dari *Scopus*, *Science Direct*, *Proquest*, *Pubmed* dan *SAGE*.

Strategi yang digunakan untuk mencari artikel menggunakan *PICOS framework* yang terdiri dari populasi yang akan dianalisis sesuai dengan tema yang sudah ditentukan dalam *systematic review*. *Intervention* yaitu suatu tindakan penatalaksanaan terhadap subjek dianalisis sesuai dengan tema yang sudah ditentukan dalam *systematic review*. *Comparator* yaitu Intervensi/penatalaksanaan lain digunakan sebagai pembanding. *Outcomes* yang diperoleh dari studi dianalisis sesuai dengan tema yang sudah ditentukan dalam *systematic review*. Design penelitian yang akan digunakan dalam artikel yang akan direview.



Gambar. 1  
Diagram flow

**HASIL PENELITIAN**

Tabel. 1  
Hasil *Literatur Review*

Identitas Jurnal	Metode Penelitian	Hasil penelitian
Çevik, B., & Taşçı, S. (2020). The Effect of Acupresure on Upper Extremity Pain and Quality of Life in Patients Hemodialysis Treatment: A Randomized Controlled Trial	RCT	Hasil penelitian menunjukkan penurunan yang signifikan ( $p < .05$ ) antara nilai median skor nyeri VAS dari pendahuluan pemantauan pasien dalam kelompok intervensi dan nilai median skor nyeri VAS mereka tercatat enam minggu Akupresur mengurangi nyeri ekstremitas dan meningkatkan kualitas hidup pada pasien dialisis. Metode manajemen nyeri noninvasif dan integratif harus rutin diintegrasikan ke dalam praktik keperawatan. Akupresur mudah digunakan dan murah. Aplikasi noninvasif seperti akupresur juga dapat tergabung dalam kurikulum keperawatan pascasarjana. Perawat didorong untuk menggunakan intervensi ini untuk meningkatkan kualitas perawatan keperawatan dan mengurangi rasa sakit pasien. Studi masa depan dengan ukuran sampel yang lebih besar

		dan pengukuran objektif disarankan untuk menasionalisasi temuan
Arun, R., & Venkateshan, M. (2019). Effectiveness of Acupressure on Quality of Sleep of Hemodialysis Patients	Kuasi eksperimen	Hasil studi menunjukkan bahwa sebagian besar pasien dialisis juga melaporkan kualitas tidur 'Buruk'. Terapi akupresur secara signifikan meningkatkan kualitas tidur pasien dialisis.
Borzou, S. R., Akbari, S., Fallahinia, G. H., & Mahjub, H. (2018). The Effect of Acupressure at the Point of Hugo on Pain Severity of Needle Insertion in Arteriovenous Fistulas in Hemodialysis Patients	Kuasi eksperimen	Hasil pada penelitian ini membuktikan bahwa intensitas nyeri pada kelompok intervensi menurun dibandingkan dengan kelompok kontrol. Stimulasi/massage dengan menggunakan acupressure pada point hugo dapat meningkatkan hormon endorphins dalam darah yang dapat menurunkan intensitas nyeri.
Wu, Y., Yang, L., Li, L., Wu, X., Zhong, Z., He, Z., Ma, H., Wang, L., Lu, Z., Cai, C., Zhao, D., Meng, X., Qi, A., Yang, A., Su, G., Guo, X., Liu, X., Zou, C., & Lin, Q. (2018). Auricular Acupressure for Insomnia in Hemodialysis Patients: Study Protocol for a Randomized Controlled Trial	RCT	Akupresur auricular dapat mengurangi insomnia pada pasien hemodialisis
Abbasi, P., Mojalli, M., Kianmehr, M., & Zamani, S. (2019). Effect of Acupressure on Constipation in Patients Undergoing Hemodialysis: A Randomized Double-Blind Controlled Clinical Trial	RCT	Akupresur efektif untuk konstipasi pada pasien hemodialisis
Jung, E. S., & Chang, A. K. (2020). Effects of Auricular Acupressure in Patients on Hemodialysis	RCT	Akupresur auricular dapat mengurangi gejala xerostomia dan untuk meningkatkan kualitas hidup pasien hemodialisis
Karjalian, F., Momennasab, M., Yoosfinejad, A. K., & Jahromi, S. E. (2020). The Effect of Acupressure on the Severity of Pruritus and Laboratory Parameters in Patients Undergoing Hemodialysis: A Randomized Clinical Trial	RCT	Akupresur dapat menurunkan tingkat keparahan pruritus secara dramatis pada pasien hemodialisis. Itu juga dapat mengurangi kadar hormon serum fosfor dan paratroid, yang mempengaruhi pruritus, secara signifikan. Oleh karena itu, intervensi sederhana dan murah ini dapat direkomendasikan untuk mengurangi pruritus uremik di antara pasien yang menjalani hemodialisis.
Dehghanmehr, S., Sargazi, G. H., Biabani, A., Nooraiein, S., & Allahyari, J. (2020). Comparing the Effect of Acupressure and Foot Reflexology on Anxiety and Depression in Hemodialysis Patients: A Clinical Trial	A Clinical Trial	Hasilnya menunjukkan bahwa akupresur dan refleksiologi dapat berdampak positif dalam mengurangi depresi dan kecemasan.

### Penelusuran Literatur dan Desain Studi

Berdasarkan hasil dari 5 *database* Scopus, Science Direct, Proquest, Pubmed dan SAGE dengan menggunakan kata kunci yang telah ditentukan diperoleh 1123 jurnal. Kemudian selanjutnya penapisan berdasarkan duplikasi dan diperoleh sebanyak (n=314) berdasarkan duplikasi.. Peneliti kemudian melakukan skrining berdasarkan judul (n=54),

kemudian penapisan berdasarkan abstrak (n=19), serta penapisan berdasarkan full text/kriteria kelayakan sesuai dengan *eligibility* didapatkan (n=9).

### Populasi

Total responden di tinjauan ini adalah 1.121 jumlah populasi yang terlibat diantaranya 31 sampai 150 partisipan. Jumlah populasi tertinggi adalah 150 partisipan. Partisipan yang terlibat dibatasi oleh beberapa kriteria seperti usia, pemeriksaan klinis sebelum tindakan dilakukan dan riwayat penyakit. Semua dilakukan orang dewasa > 18 tahun. Masing-masing populasi kemudian dikelompokkan menjadi 2 untuk diberikan latihan *Acupressura* dan kelompok kontrol baik yang tidak diberikan perlakuan maupun diberikan perlakuan dengan kombinasi terapi lainnya.

### Karakteristik

Dari 9 artikel dengan intervensi *acupressura* menunjukkan peningkatan kualitas hidup yang beragam. Mulai dari berkurangnya kondisi pruritus, penurunan rasa nyeri dan kram, serta peningkatan kualitas tidur, dan beberapa efek positif lainnya. Pemberian intervensi berupa *acupressure* diberikan sesuai kebutuhan dan luaran yang diharapkan, sehingga titik *acupressure* yang diberikan pun tidak sama dan disesuaikan dengan kebutuhan pasien. Contoh penelitian yang melakukan *acupressure* pada titik-titik SP6, SP10, ST36, dan LI11 memiliki efek mampu menurunkan pruritus pasien dengan hemodialisa. Sedangkan penelitian yang memberikan *acupressure auricular* pada titik atas shenmen telinga (HT7), lengan shenmen (HT7) dan kaki / pergelangan kaki shenmen (KD1) yang menunjukkan pasien dengan hemodialisa mengalami peningkatan kualitas tidur. Intervensi diberikan mulai dari hanya diberikan *acupressura* saja, mengkombinasikan *acupressura* dengan terapi lain, atau dengan membandingkan *acupressura* dengan terapi modalitas lainnya. Durasi rata-rata terapi 2-3 kali seminggu sesuai jadwal hemodialisa dan dilakukan dengan rentang 1-4 bulan.

### PEMBAHASAN

Dari artikel yang disintesis menggambarkan bahwa sebagian besar menunjukkan bukti yang positif terkait efektifitas akupresur terhadap kualitas hidup pasien hemodialisis. Studi yang di review merupakan studi berdesain kuasi ekperimental, RCT, mixed metode dan studi kasus dengan jumlah sampel berbeda beda dari setiap penelitian dimulai dari 31 hingga ratusan. Beberapa artikel ada yang mengkominasikan akupresur dengan terapi lain dan durasi terapi yang diberikan dengan rentang satu sampai empat bulan.

Terapi akupresur merupakan terapi alternatif yang sudah ada sejak lama. Terapi ini merupakan salah satu terapi komplementer yang cukup baik dalam meningkatkan kualitas hidup pasien-pasien dengan kondisi kronis. Kondisi gagal ginjal kronis dengan hemodialisa menimbulkan banyak efek buruk pada *quality of life* pasien seperti kesulitan tidur, kram otot, cemas, pruritus, dan juga nyeri. Hasil penelitian Arun & Venkathesan (2019) menunjukkan bahwa sebagian besar pasien dialisis juga melaporkan kualitas tidur 'buruk'. Terapi akupresur secara signifikan meningkatkan kualitas tidur pasien dialisis. Hasil penelitian Esmayanti et al., (2022) menunjukkan bahwa terapi komplementer akupresur mampu meningkatkan kualitas tidur pasien CKD dengan hemodialisis.

Hasil penelitian Jung & Chang (2020) akupresur auricular dapat mengurangi gejala xerostomia dan untuk meningkatkan kualitas hidup pasien hemodialisis. Sedangkan menurut Abassi et al., (2019) akupresur efektif untuk konstipasi pada pasien hemodialisis.

Sejalan dengan penelitian Karjalian et al., (2020) menunjukkan bahwa akupresur dapat menurunkan tingkat keparahan pruritus secara dramatis pada pasien hemodialisis.

Hasil telaah jurnal kami menunjukkan terapi ini dapat dijadikan terobosan untuk meningkatkan kualitas hidup. Selain itu terapi akupresure juga dapat dikombinasikan dengan terapi lain dan beberapa jurnal menunjukkan adanya efektifitas lebih dibandingkan hanya dilakukan akupresure saja. Selain itu nyeri pada ekstremitas juga berkurang setelah dilakukan terapi akupresure (Çevik & Taşcı, 2020; Junkins et al., 2020). Pada pasien gagal ginjal yang mengalami hemodialisa biasanya menggunakan AV Fistula yang dapat mengakibatkan nyeri. Tetapi, terapi akupresure mampu mengurangi nyeri pada pasien dengan needle insisi AV Fistula (Borzou et al., 2018; Rehman et al., 2018).

Kecemasan pasien yang sering dialami pasien hemodialisis bisa dikurangi dengan terapi akupresure dan refleksi pada kaki, penelitian oleh Dehghanmehr et al., (2020); Dehghanmehr et al., (2017) ini dapat meningkatkan rasa nyaman pasien secara tidak langsung. Inovasi terapi komplementer terus dikembangkan untuk meningkatkan derajat kesehatan pada pasien-pasien dengan kondisi kronis. Pada terapi akupresure sendiri sudah banyak penggabungan kombinasi terapi untuk mengurangi komplikasi yang di timbulkan pada pasien gagal ginjal kronis dengan hemodialisa.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil artikel yang di review semua mengungkapkan hasil yang positif terkait output dari terapi akupresur yakni akan menurunkan rasa nyeri, meningkatkan kualitas tidur, mengurangi kecemasan, menurunkan pruritus dan ureum dalam darah. Terapi ini dapat dijadikan sebagai terapi pelengkap diluar dari terapi medis dalam memperbaiki gejala-gejala pada pasien selama hemodialisis.

## SARAN

Diharapkan terapi seperti ini dapat diterapkan di setiap rumah sakit di seluruh dunia, guna meningkatkan kualitas hidup pasien hemodialisis dan harapannya peneliti lain di masa depan dapat menemukan inovasi terbaru terkait terapi ini guna mengembangkan ilmu pengetahuan terhadap terapi pada pasien hemodialisis.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abbasi, P., Mojalli, M., Kianmehr, M., & Zamani, S. (2019). Effect of Acupressure on Constipation in Patients Undergoing Hemodialysis: A Randomized Double-Blind Controlled Clinical Trial. *Avicenna Journal of Phytomedicine*, 9(1), 84–91. [https://journals.mums.ac.ir/article\\_11626.html](https://journals.mums.ac.ir/article_11626.html)
- Arun, R., & Venkateshan, M. (2019). Effectiveness of Acupressure on Quality of Sleep of Hemodialysis Patients. *International Journal of Nursing Education*, 11(1), 60. <https://doi.org/10.5958/0974-9357.2019.00014.x>
- Borzou, S. R., Akbari, S., Fallahinia, G. H., & Mahjub, H. (2018). The Effect of Acupressure at the Point of Hugo on Pain Severity of Needle Insertion in Arteriovenous Fistulas in Hemodialysis Patients. *Nephro-Urology Monthly*, 10(1), 1–4. <https://doi.org/10.5812/numonthly.14252>
- Cahyaningtyas, P. Y., Purwanti, O. S., & Purnama, A. P. (2020). Efek Terapi Akupresur Point Hugo untuk Mengurangi Nyeri Tusukan Arteriovenous Fistula pada Pasien yang Menjalani Hemodialisa di RS PKU 'Aisyiyah Boyolali. *Indonesian Journal of Nursing Health Science*, 5(1), 75-84. <https://ejurnal.esaunggul.ac.id/index.php/IJNHS/article/view/3077>

- Çevik, B., & Taşcı, S. (2020). The Effect of Acupressure on Upper Extremity Pain and Quality of Life in Patients Hemodialysis Treatment: A Randomized Controlled Trial. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, 39, 101128. <https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2020.101128>
- Dehghanmehr, S., Mansouri, A., Faghihi, H., & Piri, F. (2017). The Effect of Acupressure on the Anxiety of Patients Undergoing Hemodialysis a Review. *Journal of Pharmaceutical Sciences and Research*, 9(12), 2580–2584. [https://www.researchgate.net/publication/322402160\\_The\\_effect\\_of\\_acupressure\\_on\\_the\\_anxiety\\_of\\_patients\\_undergoing\\_hemodialysis\\_a\\_review](https://www.researchgate.net/publication/322402160_The_effect_of_acupressure_on_the_anxiety_of_patients_undergoing_hemodialysis_a_review)
- Dehghanmehr, S., Sargazi, G. H., Biabani, A., Nooraiein, S., & Allahyari, J. (2020). Comparing the Effect of Acupressure and Foot Reflexology on Anxiety and Depression in Hemodialysis Patients: A Clinical Trial. *Medical - Surgical Nursing Journal*, 8(4). <https://doi.org/10.5812/msnj.100386>
- Esmayanti, R., Waluyo, A., & Sukmarini, L. (2022). Terapi Komplementer pada Pasien CKD dengan Sleep Disorder. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 5(2), 1028-1035. <https://doi.org/10.31539/jks.v5i2.3563>
- Floria, I., Kontele, I., Grammatikopoulou, M. G., Sergentanis, T. N., & Vassilakou, T. (2022). Quality of Life of Hemodialysis Patients in Greece: Associations with Socio-Economic, Anthropometric and Nutritional Factors. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(22). <https://doi.org/10.3390/ijerph192215389>
- Jung, E. S., & Chang, A. K. (2020). Effects of Auricular Acupressure in Patients on Hemodialysis. *The Journal of Nursing Research : JNR*, 28(4), e106. <https://doi.org/10.1097/jnr.0000000000000378>
- Junkins, A., Psaros, C., Ott, C., Azuero, A., Lambert, C. C., Cropsey, K., Savage, R., Haberer, J. E., Safren, S. A., & Kempf, M. C. (2021). Feasibility, Acceptability, and Preliminary Impact of Telemedicine-Administered Cognitive Behavioral Therapy for Adherence and Depression Among African American Women Living with HIV in the Rural SOUTH. *Journal of Health Psychology*, 26(14), 2730–2742. <https://doi.org/10.1177/1359105320926526>
- Karjalian, F., Momennasab, M., Yoosefinejad, A. K., & Jahromi, S. E. (2020). The Effect of Acupressure on the Severity of Pruritus and Laboratory Parameters in Patients Undergoing Hemodialysis: A Randomized Clinical Trial. *JAMS Journal of Acupuncture and Meridian Studies*, 13(4), 117–123. <https://doi.org/10.1016/j.jams.2020.05.002>
- Rehman, I. U., Wu, D. B.-C., Ahmed, R., Khan, N. A., Rahman, A. U., Munib, S., Lee, L. H., Chan, K. G., & Khan, T. M. (2018). A Randomized Controlled Trial for Effectiveness of Zolpidem Versus Acupressure on Sleep in Hemodialysis Patients Having Chronic Kidney Disease-Associated Pruritus. *Medicine*, 97(31), e10764. <https://doi.org/10.1097/MD.00000000000010764>
- Wu, Y., Yang, L., Li, L., Wu, X., Zhong, Z., He, Z., Ma, H., Wang, L., Lu, Z., Cai, C., Zhao, D., Meng, X., Qi, A., Yang, A., Su, G., Guo, X., Liu, X., Zou, C., & Lin, Q. (2018). Auricular Acupressure for Insomnia in Hemodialysis Patients: Study Protocol for a Randomized Controlled Trial. *Trials*, 19(1), 171. <https://doi.org/10.1186/s13063-018-2546-2>
- Yonata, A., Islamy, N., Taruna, A., & Pura, L. (2022). Factors Affecting Quality of Life in Hemodialysis Patients. *International Journal of General Medicine*, 15, 7173–7178. <https://doi.org/10.2147/IJGM.S375994>