

# Perbandingan Efektivitas Terapi Manual Akupunktur antara Modalitas Press Needle dengan Jarum Filiformis terhadap Gejala Insomnia dan Hormon Melatonin Serum pada Tenaga Kesehatan yang Menangani Pasien COVID-19 di RSCM. = Comparison of the Effectiveness of Manual Acupuncture Therapy between Press Needle and Filiform Needle for Symptoms of Insomnia and Melatonin Hormone Serum on COVID-19 Frontline Health Workers at RSCM.

Diana Marsha Fredy, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20524309&lokasi=lokal>

---

## Abstrak

Pendahuluan: Insomnia merupakan gangguan tidur yang ditandai dengan kesulitan dalam memulai atau mempertahankan tidur atau kualitas tidur yang buruk. Tenaga kesehatan bekerja dalam kondisi pandemi sebagai lini terdepan dapat menyebabkan kecemasan, stres, depresi sehingga mempengaruhi perubahan pola tidur, seperti insomnia, yang berakibat pada kesehatan fisik dan mental. Terapi farmakologis mempunyai beberapa efek samping. Akupunktur bisa menjadi salah satu pilihan terapi nonfarmakologis dalam mengobati insomnia. Tujuan penelitian ini untuk membandingkan efektivitas dan efek samping antara manual akupunktur dengan modalitas press needle dengan jarum filiformis dalam mengatasi gejala insomnia. Metode: Desain penelitian ini adalah uji klinis acak terkontrol tersamar tunggal dengan kontrol jarum filiformis. Penelitian ini diikuti oleh 34 orang tenaga kesehatan dengan gejala insomnia. Subjek penelitian dialokasikan secara acak ke dalam kelompok perlakuan (n=17) dan kontrol (n=17). Pada kelompok perlakuan dilakukan pemasangan press needle pada titik PC6 Neiguan, HT7 Shenmen, ST36 Zusanli, SP6 Sanyinjiao dan dilakukan akupresur 3 kali sehari selama 20 detik selama 2 minggu, sementara pada kelompok kontrol mendapatkan jarum filiformis diretensi 20 menit selama 3 kali seminggu selama 2 minggu pada titik yang sama. Penilaian dengan skor PSQI diambil sebelum, paska terapi, follow up 2 dan 4 minggu paska terapi dan hormon melatonin serum sebelum dan paska terapi. Hasil: Terdapat penurunan skor PSQI paska terapi baik pada kelompok press needle maupun jarum filiformis ( $p < 0,001$ ) dan efek terapi akupunktur pada kedua kelompok masih bertahan setelah 4 minggu paska terapi. Tidak terdapat perbedaan signifikan hormon melatonin paska terapi pada masing-masing kelompok ( $p = 0,381$  dan  $p = 0,136$ ). Tidak terdapat perbedaan rerata antara kelompok press needle dibandingkan jarum filiformis pada skor PSQI paska terapi, follow up 2 dan 4 minggu paska terapi dan hormon melatonin paska terapi dengan masing-masing ( $p > 0,05$ ). Analisa komponen PSQI antara kedua kelompok terdapat perbedaan bermakna pada durasi tidur ( $p = 0,045$ ) dan komponen PSQI-3 faktor pada efisiensi tidur ( $p = 0,038$ ). Berdasarkan frekuensi terapi, durasi terapi dan efek samping press needle lebih unggul dibandingkan jarum filiformis. Kesimpulan: Press needle sama baiknya dengan jarum filiformis dalam mengatasi gejala insomnia. Press needle bisa menjadi pilihan terapi nonfarmakologis yang efektif untuk gejala insomnia pada tenaga kesehatan selama pandemi COVID-19.

..... Introduction: Insomnia is a sleep disorder characterized by difficulty initiating or maintaining sleep or poor sleep quality. Health workers working in pandemic conditions as the front line can cause anxiety, stress, depression so that it affects changes in sleep patterns, such as insomnia, which results in physical and mental health. Pharmacological therapy has several side effects. Acupuncture can be a non-pharmacological

therapy option in treating insomnia. The purpose of this study was to compare the effectiveness and side effects of manual acupuncture with press needle and filiform needle modalities in treating insomnia symptoms. Methods: The study design was a single-blind randomized controlled trial with filiform needle as a control. A total of 34 subjects health workers with symptoms of insomnia were randomly allocated into treatment (n=17) and control (n=17) groups. Subjects in treatment group will received press needle at PC6 Neiguan, HT7 Shenmen, ST36 Zusanli, SP6 Sanyinjiao and followed by acupressure stimulation 3 times a day for 20 seconds for 2 weeks, while in the control group the filiform needle was retained for 20 minutes for 3 times a week for 2 weeks at the same location. Assessments with PSQI scores were taken before, after treatment, follow-up 2 and 4 weeks after therapy and serum melatonin before and after therapy. Results: There was a decrease in PSQI scores after treatment in press needle and filiform needle groups ( $p < 0.001$ ) and the effect of acupuncture therapy in both groups persisted after 4 weeks post-therapy. There was no significant difference in post-therapy melatonin in each group ( $p = 0,381$  and  $p = 0,136$ ). There was no significant difference between the press needle group and the filiform needle group in the mean score of PSQI post-therapy, 2 and 4 weeks follow-up after therapy and melatonin hormone serum post-therapy in all measurement ( $p > 0.05$ ). Analysis of the PSQI component between the two groups showed a significant difference in sleep duration ( $p = 0.045$ ) and the PSQI-3 factor component on sleep efficiency ( $p = 0.038$ ). Based on the frequency of therapy, duration of therapy and side effects, the press needle is superior to the filiform needle. Conclusion: The press needle has the same effectiveness compared to filiform needle in treating insomnia patients. Press needles can be an effective non-pharmacological treatment option for insomnia symptoms for frontline health workers during the COVID-19 pandemic.