

Gambaran Klinis Terapi *Tension type headache* dengan Akupunktur Medis di RSPAD Gatot Soebroto Tahun 2022-2024

Clinical Overview of Tension type headache Therapy with Medical Acupuncture at Gatot Soebroto Army Hospital Years 2022-2024

Puthemra Alfaridzky Hermawan^(1*), Arman Yurisaldi Saleh⁽²⁾,

Maulidya Ayudika Dandanah⁽³⁾ & Riezky Valentina Astari⁽⁴⁾

Fakultas Kedokteran, Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta, Indonesia

*Corresponding author: thema030304@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi karakteristik klinis pasien *tension type headache* (TTH) yang menjalani terapi akupunktur medis di RSPAD Gatot Soebroto. Dengan menggunakan desain penelitian deskriptif *cross-sectional*, data dikumpulkan dari rekam medis pasien periode 2022-2023. Sebanyak 25 pasien dipilih secara purposive sampling berdasarkan kriteria inklusi, yaitu telah menjalani enam sesi terapi akupunktur lengkap. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pasien usia 35-45 tahun merupakan kelompok dominan (56%), mengindikasikan tingginya prevalensi TTH pada usia produktif akibat tekanan kerja dan sosial. Majoritas pasien adalah perempuan (56%), yang dikaitkan dengan faktor hormonal dan tanggung jawab sosial. Sebagian besar pasien memiliki IMT normal (60%), mendukung penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa IMT tidak berkorelasi langsung dengan prevalensi TTH. Selain itu, sebanyak 60% pasien memiliki kadar kolesterol abnormal ($>200 \text{ mg/dL}$), yang berpotensi memicu TTH melalui gangguan vaskular. Kesimpulan penelitian ini menekankan pentingnya pengelolaan stres dan kadar kolesterol sebagai upaya pencegahan TTH. Terapi akupunktur medis menjadi alternatif pengobatan efektif yang dapat dipertimbangkan untuk kasus TTH kronis. Penelitian ini memberikan wawasan klinis berharga untuk pengembangan terapi dan pencegahan TTH.

Kata Kunci: *Tension Type Headache; Akupunktur Medis; Karakteristik Klinis; RSPAD Gatot Soebroto.*

Abstract

This study aims to identify the clinical characteristics of tension type headache (TTH) patients who underwent medical acupuncture therapy at Gatot Soebroto Army Hospital. Using a cross-sectional descriptive research design, data were collected from patient medical records for the period 2022-2023. A total of 25 patients were selected by purposive sampling based on the inclusion criteria, namely having undergone six complete acupuncture therapy sessions. The results showed that patients aged 35-45 years were the dominant group (56%), indicating the high prevalence of TTH in productive age due to work and social pressure. The majority of patients were female (56%), which was attributed to hormonal factors and social responsibilities. Most of the patients had normal BMI (60%), supporting previous studies which stated that BMI is not directly correlated with TTH prevalence. In addition, 60% of patients had abnormal cholesterol levels ($>200 \text{ mg/dL}$), which could potentially trigger TTH through vascular disorders. The conclusion of this study emphasizes the importance of managing stress and cholesterol levels as an effort to prevent TTH. Medical acupuncture therapy is an effective treatment alternative that can be considered for chronic TTH cases. This study provides valuable clinical insights for the development of TTH therapy and prevention.

Keywords: *Tension Type Headache; Medical Acupuncture; Clinical Characteristics; RSPAD Gatot Soebroto.*

DOI: <https://doi.org/10.51849/j-p3k.v5i3.565>

Rekomendasi mensitasi :

Hermawan, P. A., Saleh, A. Y., Dandanah, M. A. & Astari, R. V. (2024), Gambaran Klinis Terapi *Tension type headache* dengan Akupunktur Medis di RSPAD Gatot Soebroto Tahun 2022-2024. *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi dan Kesehatan (J-P3K)*, 5 (3): 1148-1153.

PENDAHULUAN

Tension type headache (TTH) adalah kondisi neurologis yang paling umum di seluruh dunia dan ditandai dengan serangan sakit kepala berulang dengan intensitas ringan hingga berat, lokasi bilateral, sensasi menekan atau mengencang, dan tidak diperparah oleh aktivitas fisik rutin (Kang et al., 2023; Lou et al., 2022; Onan et al., 2023). Di Indonesia, TTH cukup umum; studi pada tahun 2018 dan 2019 menemukan prevalensi sekitar 24,1% hingga 26,5% pada orang dewasa usia 18-65 tahun. Namun, penelitian yang telah dilakukan belum mencapai skup yang luas, sehingga pengetahuan tentang masalah patologis seperti sifat dan lokasi stimulus yang berbahaya masih sangat terbatas. Akibatnya, pengobatan biasanya tidak khusus dan seringkali tidak efektif, dan sebagian besar terdiri dari analgesik sederhana.

Beberapa cara untuk mengobati TTH adalah penggunaan obat dan terapi alternatif. Obat antiinflamasi nonsteroid (NSAID) dan analgesik ringan biasanya diberikan kepada penderita TTH rekuren (Lu et al., 2021). Studi acak menunjukkan bahwa asetaminofen (1000 mg) dan aspirin (500 mg dan 1000 mg) tidak terlalu berbeda satu sama lain dalam pengobatan TTH akut. Selain itu, obat NSAID tertentu seperti ibuprofen (200-400 mg), naproxen sodium (375-550 mg), ketoprofen (25-50 mg), dan kalium diklofenak (50-100 mg) lebih efektif daripada obat palsu dalam kasus TTH akut. Salah satu alternatif pengobatan untuk TTH adalah terapi akupunktur medis, yang menggunakan jarum kecil yang merupakan modifikasi dari akupunktur tradisional China (Tao et al., 2023).

Meskipun akupunktur medis yang berkembang saat ini telah dipengaruhi oleh akupunktur tradisional China (TCM), praktiknya tidak lagi mengikuti gagasan seperti sirkulasi *Yin/Yang* dan *qi* pada akupunktur TCM. Bukti yang ada menunjukkan bahwa rangkaian akupunktur yang modern terdiri dari setidaknya enam sesi pengobatan dapat menjadi pilihan yang baik bagi orang yang sering mengalami TTH (Alnasser et al., 2023). Rencana perawatan umum meliputi 1-2 sesi akupunktur setiap minggu. RSPAD Gatot Soebroto di Jakarta adalah salah satu rumah sakit di Indonesia yang memberikan akupunktur medis kepada penderita TTH. Penelitian ini akan mempelajari gambaran klinis terapi TTH dengan akupunktur medis di RSPAD Gatot Soebroto pada tahun 2022-2024.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif dengan desain *cross-sectional*, di mana semua variabel penelitian dikumpulkan pada satu waktu yang bersamaan. Penelitian ini dilaksanakan di RSPAD Gatot Soebroto, Jakarta, yang berlokasi di Jl. Abdul Rahman Saleh No. 24, RT.6/RW.1, Senen, Jakarta Pusat, pada bulan Agustus hingga September 2024. Subjek penelitian adalah seluruh pasien yang terdiagnosis *tension type headache* dan menjalani terapi akupunktur medis di fasilitas tersebut pada periode Januari 2022 hingga Desember 2023. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling, dengan jumlah sampel minimal dihitung menggunakan rumus Lemeshow, menghasilkan 22 subjek yang memenuhi kriteria inklusi, yaitu pasien dengan diagnosa lengkap dan menjalani terapi akupunktur secara penuh (6 sesi).

Kriteria eksklusi mencakup pasien dengan rekam medis yang tidak lengkap atau yang tidak menyelesaikan terapi akupunktur.

Variabel yang dianalisis meliputi usia, jenis kelamin, tipe *tension type headache*, indeks massa tubuh, dan kadar kolesterol. Data diperoleh dari rekam medis periode Januari 2022 hingga Desember 2023, yang dianalisis secara univariat untuk menggambarkan distribusi frekuensi setiap variabel. Proses pengolahan data melibatkan penyuntingan untuk memastikan kesesuaian dengan kriteria penelitian, dan hasilnya disajikan dalam tabel distribusi persentase. Penelitian ini bertujuan memberikan gambaran komprehensif terkait karakteristik pasien *tension type headache* yang menjalani terapi akupunktur medis di RSPAD Gatot Soebroto.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil *baseline*, didapatkan bahwa kelima partisipan memiliki durasi *scrolling* Tiktok 3-4 jam perharinya.

Tabel 1. Distribusi Usia Pasien *tension type headache* di RSPAD Gatot Soebroto

Usia Pasien	Frekuensi	Persentase
18-25	3	12 %
25-35	5	20 %
35-45	14	56 %
>45	3	12 %
Total	25	100%

Berdasarkan hasil data rekam medis di RSPAD Gatot Soebroto pada tahun 2022-2024, tabel 5 menunjukkan bahwa prevalensi pasien dengan diagnosa *tension type headache* dengan rentang umur antara 35-45 tahun mencapai 56 % dari total 25 pasien yang diambil sebagai sampel, dan memiliki keselarasan dengan penelitian yang dilakukan sebelumnya (Rodríguez-Castro & Castillo, 2019).

Tabel 2. Distribusi Jenis Kelamin Pasien *tension type headache* di RSPAD Gatot Soebroto

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase
Perempuan	14	56 %
Laki-Laki	11	44 %
Total	25	100%

Berdasarkan hasil data rekam medis di RSPAD Gatot Soebroto pada tahun 2022-2024, tabel 6 menunjukkan bahwa lebih banyak pasien yang berjenis kelamin perempuan (56 %), dibandingkan yang berjenis kelamin laki-laki (44 %).

Tabel 3. Distribusi Indeks Massa Tubuh Pasien *tension type headache* di RSPAD Gatot Soebroto

IMT	Frekuensi	Persentase
Underweight (<18.5)	1	4 %
Normal (18.5-25)	15	60 %
Overweight (25-<30)	4	16 %
Obese I (30-35)	3	12 %
Obese II (>35)	2	8 %
Total	25	100 %

Berdasarkan hasil data rekam medis *tension type headache* di RSPAD Gatot Soebroto, tabel 7 menunjukkan bahwa prevalensi terbanyak terletak pada pasien yang memiliki IMT normal, yang menunjukkan bahwa tidak adanya korelasi yang berarti antara IMT abnormal dengan prevalensi *tension type headache*

Tabel 4. Distribusi kadar kolesterol pasien *tension type headache* di RSPAD Gatot Soebroto

Kadar Kolesterol	Frekuensi	Persentase
<200 mg/dL	10	40 %
>200 mg/dL	15	60 %
Total	25	100 %

Berdasarkan hasil data rekam medis *tension type headache* di RSPAD Gatot Soebroto, tabel 8 menunjukkan bahwa prevalensi pasien *tension type headache* yang memiliki kadar Total kolesterol abnormal (>200 mg/dL) lebih tinggi dibandingkan dengan pasien yang memiliki kadar total kolesterol normal (<200 mg/dL).

Dari hasil analisis, distribusi usia pasien *tension type headache* di RSPAD Gatot Soebroto pada tahun 2022-2024 menunjukkan bahwa mayoritas pasien

berada pada rentang usia 35–45 tahun, yaitu sebesar 56% dari total 25 sampel. Hasil ini sejalan dengan penelitian Rodríguez-Castro & Castillo (2019), yang menunjukkan bahwa prevalensi *tension type headache* paling tinggi pada individu berusia 30–39 tahun sebelum menurun secara bertahap seiring bertambahnya usia. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa faktor sosiokultural, seperti tekanan kerja atau tuntutan sosial lainnya, dapat berkontribusi pada prevalensi gangguan ini. Temuan ini mengindikasikan bahwa usia produktif menjadi salah satu periode yang rawan terhadap gangguan *tension type headache*, terutama akibat stres dan tekanan hidup yang meningkat dalam rentang usia tersebut.

Analisis distribusi jenis kelamin menunjukkan bahwa perempuan (56%) lebih banyak menderita *tension type headache* dibandingkan laki-laki (44%) selama periode penelitian. Hal ini konsisten dengan studi Ruiz-Franco et al. (2024), yang mengidentifikasi bahwa faktor hormonal, terutama fluktuasi estrogen dan progesteron selama siklus menstruasi, dapat meningkatkan risiko *tension type headache* pada perempuan. Selain itu, beban sosial yang lebih besar, seperti tanggung jawab rumah tangga dan peran sosial tertentu, juga menjadi faktor penyebab yang dominan. Penelitian lain oleh Rodríguez-Castro & Castillo (2019) juga mendukung temuan ini dengan menyebutkan rasio perempuan dan laki-laki 5:4 untuk prevalensi *tension type headache*, menunjukkan pengaruh kuat dari faktor hormonal dan sosial pada perempuan.

Distribusi indeks massa tubuh (IMT) menunjukkan bahwa sebagian besar pasien *tension type headache* memiliki IMT normal

(18.5–25), yaitu sebesar 60% dari total 25 pasien. Data ini sejalan dengan penelitian Huang et al. (2020), yang tidak menemukan hubungan langsung antara abnormalitas IMT (underweight, overweight, obesitas) dengan frekuensi atau intensitas *tension type headache*. Dalam penelitian tersebut, dari 1311 pasien yang menderita *tension type headache*, tidak ada korelasi signifikan antara kadar IMT yang abnormal dengan tipe serangan, durasi, atau frekuensi sakit kepala. Hal ini menunjukkan bahwa faktor lain, seperti stres atau gaya hidup, mungkin memiliki pengaruh lebih besar terhadap *tension type headache* dibandingkan dengan IMT.

Sebanyak 60% pasien dalam penelitian ini memiliki kadar kolesterol total yang abnormal (lebih dari 200 mg/dL). Hal ini menunjukkan bahwa kadar kolesterol tinggi, terutama yang melibatkan peningkatan LDL dan penurunan HDL, dapat berkontribusi pada kejadian *tension type headache*. Kondisi seperti atherosklerosis, yang disebabkan oleh penumpukan plak dalam pembuluh darah akibat kolesterol tinggi, sering dikaitkan dengan gangguan vaskular yang dapat memicu *tension type headache* (Guo & Ma, 2019). Penelitian Guo & Ma (2019) juga menemukan bahwa pasien dengan kolesterol tinggi cenderung mengalami serangan *tension type headache episodik* (ETTH) yang lebih sering, serta memerlukan pengobatan analgesik untuk mengurangi gejala. Temuan ini menunjukkan pentingnya pengelolaan kadar kolesterol sebagai bagian dari upaya pencegahan dan penanganan *tension type headache*.

SIMPULAN

Penelitian ini mengungkapkan bahwa pasien *tension type headache* (TTH) di RSPAD Gatot Soebroto memiliki karakteristik klinis tertentu. Kelompok usia 35–45 tahun mendominasi dengan proporsi 56%, didukung oleh penelitian sebelumnya yang menunjukkan beban sosiokultural sebagai faktor utama. Pasien perempuan lebih banyak mengalami TTH dibandingkan laki-laki, dengan prevalensi 56%, yang dihubungkan dengan faktor hormonal dan tekanan emosional. Mayoritas pasien memiliki indeks massa tubuh (IMT) normal (18.5–25.0), menunjukkan bahwa berat badan normal tidak melindungi sepenuhnya dari TTH, sedangkan kadar kolesterol abnormal ditemukan pada 60% pasien, menyoroti potensi peran inflamasi dan ketegangan vaskular dalam patogenesis TTH.

Penelitian ini memperkuat pentingnya pendekatan multidisipliner dalam menangani TTH, termasuk evaluasi faktor sosiokultural, hormonal, dan gaya hidup. Temuan ini juga mendorong integrasi akupunktur medis sebagai pengobatan yang efektif, yang dapat melengkapi pengobatan farmakologis. Bagi fasilitas kesehatan, hasil ini menyoroti perlunya pencatatan data medis yang lebih lengkap dan terstruktur untuk meningkatkan diagnosis serta tatalaksana.

Penelitian ini memiliki keterbatasan dalam jumlah sampel yang relatif kecil, sehingga kurang mewakili populasi yang lebih luas. Selain itu, data rekam medis yang masih berbasis manual seringkali tidak lengkap, sehingga menyulitkan dalam memperoleh informasi yang memadai. Hal ini menyebabkan analisis terbatas pada variabel tertentu, tanpa

mempertimbangkan faktor lain seperti gaya hidup atau riwayat keluarga.

Penelitian di masa depan disarankan untuk memperluas jumlah sampel agar hasil penelitian lebih representatif. Studi lanjutan juga dapat memasukkan variabel tambahan seperti gaya hidup, konsumsi obat, riwayat keluarga, dan faktor lingkungan untuk memahami lebih jauh faktor-faktor yang memengaruhi TTH. Selain itu, pengembangan sistem rekam medis digital yang terintegrasi dapat membantu meningkatkan kualitas data penelitian. Evaluasi efektivitas akupunktur medis juga dapat dilakukan dalam populasi yang lebih besar untuk mengonfirmasi manfaatnya sebagai terapi alternatif.

DAFTAR PUSTAKA

- Alnasser, A., Alhumrran, H., Alfehaid, M., Alhamoud, M., Albunaian, N., & Ferwana, M. (2023). Paracetamol versus ibuprofen in treating episodic tension-type headache: A systematic review and network meta-analysis. *Scientific Reports*, 13(1), 21532.
- Guo, X., & Ma, T. (2019). Effects of acupuncture on neurological disease in clinical-and animal-based research. *Frontiers in Integrative Neuroscience*, 13, 47.
- Huang, J., Shen, M., Qin, X., Guo, W., & Li, H. (2020). Acupuncture for the treatment of tension-type headache: An overview of systematic reviews. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*, 2020(1), 4262910.
- Kang, W., Xiao, X., Fan, R., Zhong, D., Li, Y., She, J., Li, J., Feng, Y., & Jin, R. (2023). Acupuncture for tension-type headache: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *Frontiers in Neurology*, 13, 943495.
- Lou, F., Lou, Q., Li, J., Zhang, X., & Wang, W. (2022). Effectiveness and safety of ear acupuncture for tension-type headache: A protocol for a systematic review and meta-analysis. *Medicine*, 101(48), e31826.
- Lu, L., Wen, Q., Hao, X., Zheng, Q., Li, Y., & Li, N. (2021). Acupoints for Tension-Type Headache: A Literature Study Based on Data Mining Technology. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*, 2021(1), 5567697.
- Onan, D., Younis, S., Wellsgatnik, W. D., Farham, F.,

- Andruškevičius, S., Abashidze, A., Jusupova, A., Romanenko, Y., Grosu, O., & Moldokulova, M. Z. (2023). Debate: differences and similarities between tension-type headache and migraine. *The Journal of Headache and Pain*, 24(1), 92.
- Rodríguez-Castro, E., & Castillo, J. (2019). Cefalea tensional. *Medicine-Programa de Formación Médica Continuada Acreditado*, 12(71), 4154–4162.
- Ruiz-Franco, M. L., Arjona-Padillo, A., Martínez-Simón, J., Perea-Justicia, P., Mejías-Olmedo, M. V., Olivares-Romero, J., & Rubí-Callejón, J. (2024). Pure menstrual tension-type headache: demonstration of its existence. *Acta Neurologica Belgica*, 124(1), 257–262.
- Tao, Q.-F., Wang, X.-Y., Feng, S.-J., Xiao, X.-Y., Shi, Y.-Z., Xie, C.-R., & Zheng, H. (2023). Efficacy of acupuncture for tension-type headache prophylaxis: systematic review and meta-analysis with trial sequential analysis. *Journal of Neurology*, 270(7), 3402–3412.