

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Myalgia atau sering disebut nyeri otot merupakan kondisi nyeri yang terjadi pada jaringan otot dan dapat dialami oleh individu dari berbagai kelompok usia. Kondisi ini umumnya disebabkan oleh aktivitas fisik berlebihan, postur tubuh yang tidak ergonomis, serta kelelahan otot yang terjadi secara berulang, juga berkurangnya elastisitas otot akibat usia (I. K. Sari et al., 2025). Seiring meningkatnya tuntutan aktivitas fisik dan pola kerja modern, keluhan nyeri otot semakin sering dijumpai dalam kehidupan sehari-hari. *Myalgia* termasuk dalam kelompok gangguan muskuloskeletal yang berdampak langsung terhadap fungsi fisik dan kualitas hidup individu, sehingga menjadi salah satu masalah kesehatan yang penting untuk mendapatkan perhatian serius (Barjandi et al., 2023).

Myalgia tidak hanya menjadi masalah pada tingkat individu, tetapi juga merupakan permasalahan kesehatan global. Berdasarkan *Global Burden of Disease (GBD) Study 2021*, sekitar 1,71 miliar orang di dunia mengalami gangguan muskuloskeletal, termasuk nyeri otot, yang menyumbang sekitar 17% dari total *Years Lived with Disability (YLDs)* secara global. Kondisi ini menempatkan gangguan muskuloskeletal sebagai salah satu penyebab utama disabilitas di dunia dengan *age-standardised*

prevalence rate (ASPR) mencapai 19,83% (WHO, 2024). Di Indonesia, *Myalgia* merupakan keluhan kesehatan yang sering dijumpai, khususnya pada kelompok usia produktif dan individu dengan aktivitas fisik tinggi. Penelitian nasional melaporkan bahwa prevalensi *Myalgia* berada pada kisaran 45%–59% pada populasi tertentu, terutama pada pekerja dengan aktivitas fisik berat dan gerakan yang dilakukan secara berulang (I. K. Sari et al., 2025).

Jika ditinjau lebih lanjut pada tingkat regional, khususnya di Provinsi Jawa Barat, gangguan muskuloskeletal termasuk nyeri otot masih banyak dialami oleh masyarakat. Penelitian yang dilakukan pada tenaga kesehatan di Jawa Barat menunjukkan bahwa sekitar 41%–51% responden mengalami keluhan gangguan muskuloskeletal (Jehosua et al., 2024). Tingginya angka tersebut mengindikasikan bahwa nyeri otot masih menjadi permasalahan kesehatan yang relevan dan berpotensi sering ditemukan di fasilitas pelayanan kesehatan tingkat pertama.

Permasalahan *Myalgia* tersebut juga tampak nyata pada tingkat lokal. Menurut data *Number of Cases of 10 Most Diseases by Type of Diseases in Tasikmalaya Municipality* menunjukkan bahwa *Myalgia* menempati peringkat kelima dari sepuluh besar penyakit terbanyak di Kota Tasikmalaya dengan jumlah kasus mencapai 20.964 kasus pada tahun 2025 (Dinas Kesehatan Tasikmalaya, 2025). Secara khusus, data di Puskesmas Sambongpari menunjukkan adanya kecenderungan peningkatan jumlah kasus *Myalgia* dalam tiga tahun terakhir, yaitu sebanyak 371 kasus pada

tahun 2023, meningkat menjadi 593 kasus pada tahun 2024, dan kembali meningkat menjadi 772 kasus pada tahun 2025. Tingginya angka kejadian *Myalgia* di wilayah kerja Puskesmas Sambongpari menunjukkan bahwa nyeri otot masih menjadi masalah kesehatan yang signifikan pada tingkat pelayanan kesehatan primer dan memerlukan penatalaksanaan yang komprehensif, khususnya melalui penerapan terapi nonfarmakologis yang aman, efektif, dan mudah diaplikasikan oleh tenaga kesehatan (Puskesmas Sambongpari, 2026).

Tingginya angka kejadian *Myalgia* tidak terlepas dari berbagai faktor penyebab yang dialami masyarakat sehari-hari. Aktivitas fisik berlebihan, postur kerja yang tidak ergonomis, serta kelelahan otot yang terjadi secara terus-menerus dapat memicu nyeri otot yang berkepanjangan. Apabila kondisi ini tidak ditangani secara optimal, *Myalgia* dapat menimbulkan berbagai dampak, antara lain penurunan kemampuan melakukan aktivitas sehari-hari, gangguan tidur, penurunan produktivitas kerja, serta penurunan kualitas hidup individu (I. K. Sari et al., 2025). Dampak tersebut tidak hanya dirasakan oleh individu, tetapi juga meningkatkan beban pelayanan kesehatan.

Praktik pelayanan kesehatan, khususnya di fasilitas pelayanan kesehatan tingkat pertama, penatalaksanaan *Myalgia* hingga saat ini masih didominasi oleh terapi farmakologis, seperti penggunaan analgesik dan obat *antiinflamasi nonsteroid* (OAINS). Meskipun efektif dalam menurunkan nyeri, penggunaan OAINS dalam jangka panjang berpotensi menimbulkan

efek samping, antara lain gangguan gastrointestinal dan gangguan fungsi ginjal (Liu et al., 2025). Kondisi ini menunjukkan bahwa terapi farmakologis memiliki keterbatasan apabila digunakan secara berkelanjutan, sehingga diperlukan alternatif penatalaksanaan yang lebih aman.

Alternatif dari keterbatasan terapi farmakologis, penatalaksanaan *Myalgia* juga dapat dilakukan melalui terapi nonfarmakologis yang lebih aman dan minim efek samping. Terapi nonfarmakologis direkomendasikan dalam manajemen nyeri otot karena dapat membantu menurunkan intensitas nyeri, meningkatkan relaksasi otot, serta memperbaiki fungsi fisik pasien (WHO, 2024). Salah satu terapi nonfarmakologis yang mudah diaplikasikan di masyarakat dan pelayanan kesehatan tingkat pertama adalah kompres jahe hangat. Jahe (*Zingiber officinale*) mengandung senyawa aktif seperti *gingerol* dan *shogaol* yang memiliki efek antiinflamasi dan analgesik, sehingga mampu menurunkan nyeri melalui mekanisme vasodilatasi dan peningkatan aliran darah lokal (Azmi et al., 2024). Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa pemberian kompres jahe hangat efektif dalam menurunkan skala nyeri muskuloskeletal (Andini & Rahmadiyah, 2022).

Terapi nonfarmakologis lain yang relevan dalam penatalaksanaan *Myalgia* adalah *Massage Effleurage*. *Massage Effleurage* merupakan teknik pijat dengan gerakan mengusap secara perlahan dan ritmis yang bertujuan untuk meningkatkan sirkulasi darah, merangsang sistem limfatik, serta mengurangi spasme dan ketegangan otot. Teknik ini bekerja melalui

mekanisme *gate control theory*, yaitu dengan menghambat transmisi impuls nyeri ke sistem saraf pusat sehingga menurunkan persepsi nyeri otot yang dirasakan pasien (Hana et al., 2026). *Massage Effleurage* juga terbukti efektif dalam menurunkan nyeri otot, termasuk pada kondisi *Delayed Onset Muscle Soreness* (DOMS) yang termasuk dalam kategori myalgia.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa kompres jahe hangat dan *Massage Effleurage* secara terpisah efektif dalam menurunkan nyeri otot. Kompres jahe hangat meningkatkan suhu lokal yang menyebabkan vasodilatasi sehingga aliran darah ke area yang nyeri meningkat dan membantu mempercepat perbaikan jaringan (Nita et al., 2026). Sementara itu, *Massage Effleurage* merangsang sirkulasi darah dan sistem limfatik yang membantu mengurangi edema serta ketegangan otot (Hana et al., 2026). Namun, penelitian yang mengombinasikan kedua intervensi tersebut masih terbatas, khususnya pada pasien *Myalgia* di pelayanan kesehatan tingkat pertama. Padahal kombinasi keduanya dapat memberikan efek yang sinergis, karena kompres jahe hangat terlebih dahulu meningkatkan relaksasi otot dan aliran darah, yang kemudian dilengkapi oleh *Massage Effleurage* dalam meningkatkan sirkulasi serta mengurangi ketegangan otot, sehingga secara bersama-sama berkontribusi pada penurunan intensitas nyeri *Myalgia* .

Penerapan terapi nonfarmakologis merupakan bagian dari *evidence-based nursing* (EBN) yang bertujuan meningkatkan kualitas asuhan keperawatan berdasarkan bukti ilmiah. Penatalaksanaan nyeri akut (SDKI

D.0077) maupun kronis (SDKI D.0078) dilaksanakan sesuai dengan Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI), salah satunya melalui intervensi nonfarmakologis seperti Manajemen Nyeri (SIKI I.08238) dengan terapi panas/Terapi Paparan Panas (SIKI I.14586) dan Terapi Pemijatan/*Massage Effleurage* (SIKI I.08251) yang dapat dilakukan secara mandiri oleh perawat, dengan luaran keperawatan berupa penurunan intensitas nyeri, peningkatan kenyamanan, dan perbaikan fungsi fisik pasien. (Rusti & Latifah, 2025). Namun, *evidence-based nursing* terkait kombinasi kompres jahe hangat dan *Massage Effleurage* pada pasien *Myalgia* masih terbatas. Padahal penatalaksanaan nonfarmakologis ini mudah untuk dilakukan dan dijangkau oleh masyarakat luas.

Berdasarkan tingginya angka kejadian *Myalgia* secara global, nasional, regional, hingga lokal di wilayah kerja Puskesmas Sambongpari, serta keterbatasan bukti ilmiah mengenai kombinasi terapi nonfarmakologis berbasis keperawatan, maka penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh kombinasi kompres jahe hangat dengan *Massage Effleurage* sebagai terapi nonfarmakologis terhadap intensitas nyeri otot pada pasien *Myalgia*.

B. Rumusan Masalah

Nyeri otot merupakan keluhan utama yang sering dialami oleh pasien *Myalgia* akibat ketegangan otot yang berkepanjangan, aktivitas fisik berlebih, maupun gangguan muskuloskeletal. Nyeri yang dirasakan dapat mengganggu aktivitas sehari-hari serta menurunkan kualitas hidup pasien.

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi nyeri otot tersebut adalah melalui terapi nonfarmakologis, yaitu pemberian kompres jahe hangat yang dikombinasikan dengan *Massage Effleurage*. Oleh karena itu, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: “Apakah kombinasi kompres jahe hangat dan *Massage Effleurage* berpengaruh terhadap penurunan intensitas nyeri otot pada pasien myalgia?”

C. Tujuan Penelitian

a. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh kombinasi kompres jahe hangat dan *Massage Effleurage* sebagai terapi nonfarmakologis terhadap intensitas nyeri pada pasien *Myalgia*.

b. Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi intensitas nyeri pada pasien *Myalgia* sebelum diberikan kombinasi kompres jahe hangat dan *Massage Effleurage*.
2. Mengidentifikasi intensitas nyeri pada pasien *Myalgia* setelah diberikan kombinasi kompres jahe hangat dan *Massage Effleurage*.
3. Menganalisis perbedaan intensitas nyeri sebelum dan sesudah pemberian kombinasi kompres jahe hangat dan *Massage Effleurage* pada pasien *Myalgia*.

D. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sebuah kontribusi terhadap pengembangan ilmu keperawatan, khususnya dalam bidang manajemen nyeri *Myalgia* melalui pendekatan nonfarmakologis. Hasil penelitian ini dapat menambah referensi ilmiah mengenai efektivitas kombinasi kompres jahe hangat dan *Massage Effleurage* sebagai intervensi keperawatan komplementer, serta menjadi dasar bagi penelitian selanjutnya dalam pengembangan praktik keperawatan berbasis bukti.

Bagi ilmu pengetahuan dan teknologi (IPTEK), penelitian ini diharapkan dapat menambah khazanah referensi ilmiah di bidang keperawatan, khususnya terkait penerapan kombinasi terapi nonfarmakologis pada pasien *Myalgia*. Selain itu, hasil penelitian ini dapat menjadi sebuah landasan bagi penelitian selanjutnya dalam mengembangkan intervensi keperawatan komplementer yang lebih efektif. Penelitian ini juga diharapkan mampu mendukung pengembangan inovasi serta praktik keperawatan yang berbasis pada bukti ilmiah (*evidence-based practice*).

b. Manfaat Praktis

a) Bagi Subjek Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat langsung bagi subjek penelitian, yaitu pasien *Myalgia*, dalam membantu menurunkan intensitas nyeri melalui penerapan

kombinasi kompres jahe hangat dan *Massage Effleurage* sebagai terapi nonfarmakologis yang aman, mudah dilakukan, dan minim efek samping. Intervensi ini juga diharapkan dapat meningkatkan rasa nyaman, relaksasi, serta kemampuan pasien dalam melakukan aktivitas sehari-hari sehingga berdampak positif terhadap kualitas hidup.

b) Bagi Pelayanan Kesehatan dan Keperawatan

1. Penelitian ini menjadi alternatif intervensi nonfarmakologis dalam penatalaksanaan nyeri pada pasien *Myalgia* .
2. Penelitian ini mendukung penerapan asuhan keperawatan berbasis bukti (*evidence-based practice*).
3. Penelitian ini menjadi bahan pertimbangan dalam pengembangan terapi komplementer di pelayanan kesehatan.
4. Penelitian ini dapat digunakan sebagai materi edukasi bagi pasien dan keluarga terkait manajemen nyeri.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian

No.	Judul Penelitian	Penulis dan Tahun	Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan dan Perbedaan
1.	Efektifitas Penggunaan Kompres Hangat dan Kompres Dingin terhadap Nyeri Otot (<i>Myalgia Kaki</i>) Pada Usia Lanjut	Waryantini, Astri (2020)	<i>Pra eksperiment dengan pendekatan (one group pretest posttest)</i>	Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan efektivitas antara pemberian kompres hangat dan kompres dingin terhadap penurunan nyeri otot pada lansia, di mana kompres hangat terbukti lebih efektif dalam menurunkan intensitas nyeri dibandingkan kompres dingin. Oleh karena itu, intervensi kompres hangat dapat direkomendasikan sebagai terapi nonfarmakologis yang dapat dilakukan secara mandiri di rumah dengan bantuan keluarga atau orang terdekat (Waryantini & Astri, 2020).	Persamaan: Persamaan pada penggunaan metode kompres hangat sebagai bentuk manajemen nyeri nonfarmakologis bagi penderita nyeri. Perbedaan: Peneliti ini menasar pasien <i>Myalgia</i> Dan mengkombinasikan kompres jahe hangat dengan terapi <i>Effleurage Massage</i> .

No.	Judul Penelitian	Penulis dan Tahun	Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan dan Perbedaan
2.	Efektivitas Kompres Hangat Jahe Merah Untuk Menurunkan Intensitas Nyeri Pada Penderita Osteoarthritis	Faiza Yuniati, Dewi Anjarwati, Indra Febriani, Ismar Agustin (2023)	<i>One group pre-test dan post-tes</i>	Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada klien 1 dan klien 2 dengan masalah nyeri kronis, pemberian kompres jahe hangat selama 4 minggu dengan frekuensi dua kali per minggu, sehingga total intervensi sebanyak 8 kali dengan durasi 15 menit setiap sesi, mampu menurunkan skala nyeri. Pada klien 1, skala nyeri menurun dari 5 menjadi 2, sedangkan pada klien 2 skala nyeri menurun dari 6 menjadi 3, sehingga masing-masing mengalami penurunan sebesar 3 poin (Yuniati et al., 2023).	Persamaan: Menggunakan kompres jahe hangat untuk menurunkan intensitas nyeri. Perbedaan: Penelitian ini mengkhususkan pada pasien osteoarthritis sedangkan peneliti memiliki sasaran subjek lain yaitu pasien Myalgia. Penelitian ini juga menggunakan metode tunggal (hanya jahe), sedangkan peneliti menggunakan intervensi kombinasi antara kompres jahe dan teknik <i>Massage Effleurage</i> .

No.	Judul Penelitian	Penulis dan Tahun	Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan dan Perbedaan
3.	Analysis Intervention Giving Warm Compress with Boiled Ginger in the Elderly who Sufferer Osteoarthritis: Case Study	Susan Susyanti, Windi (2024)	Studi kasus deskriptif dengan pendekatan <i>Evidence Based Practice</i> (EBP).	Intervensi pemberian kompres hangat menggunakan air rebusan jahe yang dilakukan secara rutin terbukti efektif menurunkan skala nyeri sendi pada lansia. Analisis menunjukkan bahwa suhu hangat meningkatkan sirkulasi darah dan kandungan jahe memberikan efek analgesik alami yang mengurangi respon nyeri pada penderita OA (Susyanti & Windi, 2024).	<p>Persamaan: Persamaan pada penggunaan zat aktif jahe dan metode kompres hangat sebagai bentuk manajemen nyeri nonfarmakologis bagi penderita nyeri.</p> <p>Perbedaan: Jurnal ini hanya menekankan pada aspek termoterapi dan zat kimia jahe, sementara peneliti menambahkan manipulasi mekanik melalui teknik <i>Massage Effleurage</i> dengan perbedaan sasaran penelitian dimana penelitian ini melakukan pada subjek Osteoarthritis sedangkan peneliti menyasar pasien dengan Myalgia.</p>

No.	Judul Penelitian	Penulis dan Tahun	Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan dan Perbedaan
4.	Chronic Pain Nursing Care for Elderly Gout Patients Using Warm Water Compress Therapy Using Lemongrass and Ginger	Jefri Kabukut Ndatang, Hilda Mazarina Devi (2024)	Studi kasus deskriptif pada asuhan keperawatan lansia dengan nyeri kronis.	Hasil evaluasi menunjukkan bahwa kombinasi kompres jahe dan serai mampu menurunkan tingkat nyeri kronis dari skala sedang ke skala ringan. Responden melaporkan adanya rasa nyaman dan penurunan ketegangan pada area sendi setelah dilakukan kompres secara periodik (Ndatang & Devi, 2020).	Persamaan: Persamaan terletak pada penggunaan Jahe sebagai media terapi komplementer dan fokus pada masalah keperawatan nyeri. Perbedaan: Diagnosa medis pada jurnal adalah <i>Gout Arthritis</i> (Asam Urat), sedangkan peneliti secara spesifik meneliti pada pasien <i>Myalgia</i> . Dan pada jurnal ini mengkombinasikan kompres serai dan jahe, sedangkan penelitian peneliti fokus pada kompres jahe dan dikombinasikan dengan <i>Massage Effleurage</i>

No.	Judul Penelitian	Penulis dan Tahun	Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan dan Perbedaan
5.	Efektifitas <i>Massage Effleurage</i> dalam mengurangi Gejala <i>Delayed Onset Muscle Soreness (DOMS)</i> Pada Otot Gastronemius	Muhammad Nailal Hana, Sri Sumartiningsih, Fajar Syamsudin, Sugiarto (2026)	Desain <i>kuasi-eksperimen pretest posttest</i> intervensi 1 hari	Hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi <i>Effleurage Massage</i> secara signifikan mengurangi skor nyeri akibat <i>Delayed Onset Muscle Soreness (DOMS)</i> (Hana et al., 2026).	Persamaan: penggunaan teknik <i>Massage Effleurage</i> sebagai metode nonfarmakologis dan variabel terikat yaitu nyeri pada <i>Musculoskeletal Pain</i> Atau <i>Myalgia</i> Perbedaan: Jurnal ini murni menggunakan terapi pijat tanpa unsur tambahan, sedangkan peneliti menambahkan kompres jahe hangat untuk memaksimalkan relaksasi otot sebelum dipijat.

No.	Judul Penelitian	Penulis dan Tahun	Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan dan Perbedaan
6.	Efektifitas Terapi Kompres Hangat Dan <i>Massage Effleurage</i> terhadap Pengurangan Rasa Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif	Riska Susanti Pasaribu, Ridesman, Citra Kartika Tarigan, Asnita Sinaga, Mediyana (2022)	<i>quasi experimental study and the design used is a research design in which the experimental subjects in the experimental class and the control class are not randomly selected, using the one group post test approach without controlling people.</i>	Hasil analisis menggunakan Uji Wilcoxon menunjukkan nilai Zhitung sebesar -5,069 dengan Ztabel sebesar 1,69 pada taraf signifikansi 5%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa nilai Zhitung \leq Ztabel, serta diperoleh nilai signifikansi (p value) sebesar 0,000. Karena nilai p value \leq 0,05, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pemberian kompres hangat dan <i>Massage Effleurage</i> terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif (Pasaribu et al., 2022).	Persamaan: Penggunaan teknik <i>Massage Effleurage</i> dan kompres hangat prinsip kerja terapi yang mengutamakan kenyamanan pasien melalui sentuhan fisik. Perbedaan: Konteks penelitian ini adalah nyeri persalinan kala I, sedangkan peneliti berfokus pada manajemen nyeri pada <i>Myalgia</i> dan dikombinasikan dengan jahe hangat pada metode kompresnya.

No.	Judul Penelitian	Penulis dan Tahun	Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan dan Perbedaan
7.	Teknik <i>Effleurage Massage</i> dan Kompres Hangat Berpengaruh terhadap Penurunan Tingkat Nyeri <i>Afterpains</i> pada Ibu Nifas di PMB A Kota Jakarta Selatan Tahun 2022	Pipit Pitriani, Ageng Septa Rini, Rizkiana Putri (2023)	<i>Quasi eksperiment</i> dengan pendekatan <i>pre-posttest, non-equivalent control group design</i>	Hasil uji Wilcoxon menunjukkan nilai p-value sebesar 0,001 ($p \leq 0,05$), sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Berdasarkan hasil perhitungan negative ranks, terdapat 15 responden pada intervensi dan 14 responden pada kelompok kontrol yang mengalami penurunan nyeri. Hal ini menunjukkan bahwa pemberian kompres hangat dan teknik pijat <i>Effleurage</i> berpengaruh terhadap penurunan intensitas nyeri pada wanita pasca melahirkan. (Pitriani et al., 2023).	Persamaan: Menggunakan teknik intervensi yang sama yaitu <i>Massage Effleurage</i> dan kompres hangat bertujuan untuk membuktikan efektivitas terapi tersebut terhadap penurunan nyeri. Perbedaan: Variabel terikat pada jurnal adalah <i>afterpain</i> pada ibu nifas, sementara peneliti meneliti nyeri pada pasien <i>Myalgia</i> dikombinasikan dengan jahe hangat pada metode kompresnya.

No.	Judul Penelitian	Penulis dan Tahun	Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan dan Perbedaan
8.	Studi Kasus: Efektifitas <i>Effleurage Massage</i> Pada Nyeri Akut Pasien Post Sectio Caesarea Di Ruang Kana RSUD Wonosari.	Dwi Juwartini, Dwi Wiwit Widiastuti, Yusniarita, Dewi Kusumaningtyas (2025)	Deskriptif studi kasus dengan frekuensi intervensi 15 menit selama 3 hari.	Hasil asuhan keperawatan selama 3x24 jam menunjukkan bahwa tindakan <i>Effleurage Massage</i> punggung efektif menurunkan intensitas nyeri akut pada pasien pasca operasi SC, ditandai dengan penurunan skala nyeri dan perbaikan tanda-tanda vital (Juwartini et al., 2025).	Persamaan: Memiliki kesamaan dalam prosedur tindakan <i>Effleurage Massage</i> sebagai acuan pemberian terapi. Perbedaan: Jenis nyeri yang diteliti adalah nyeri akut pasca pembedahan, sedangkan penelitian peneliti adalah nyeri <i>Myalgia</i> dan dikombinasikan dengan kompres jahe hangat.