



**MODUL BUSSINESS HOME CARE
(NSA738)**

**MODUL SESI 10
TERAPI AKUPUNTUR**

DISUSUN OLEH
Dr. MIRA ASMIRAJANTI, SKP., MKEP

Universitas
Esa Unggul

UNIVERSITAS ESA UNGGUL
2019

MODUL 10

TERAPI AKUPUNTUR

A. KEMAMPUAN AKHIR YANG DIHARAPKAN

1. Mengetahui dan mengerti tentang latar belakang akupuntur.
2. Menyebutkan dan memahami tentang pengertian akupuntur.
3. Menjelaskan dan memahami tentang konsep akupuntur.
4. Menjelaskan dan memahami tentang prinsip akupuntur.
5. Menjelaskan dan memahami tentang manfaat akupuntur.

B. MATERI

1. Latar Belakang

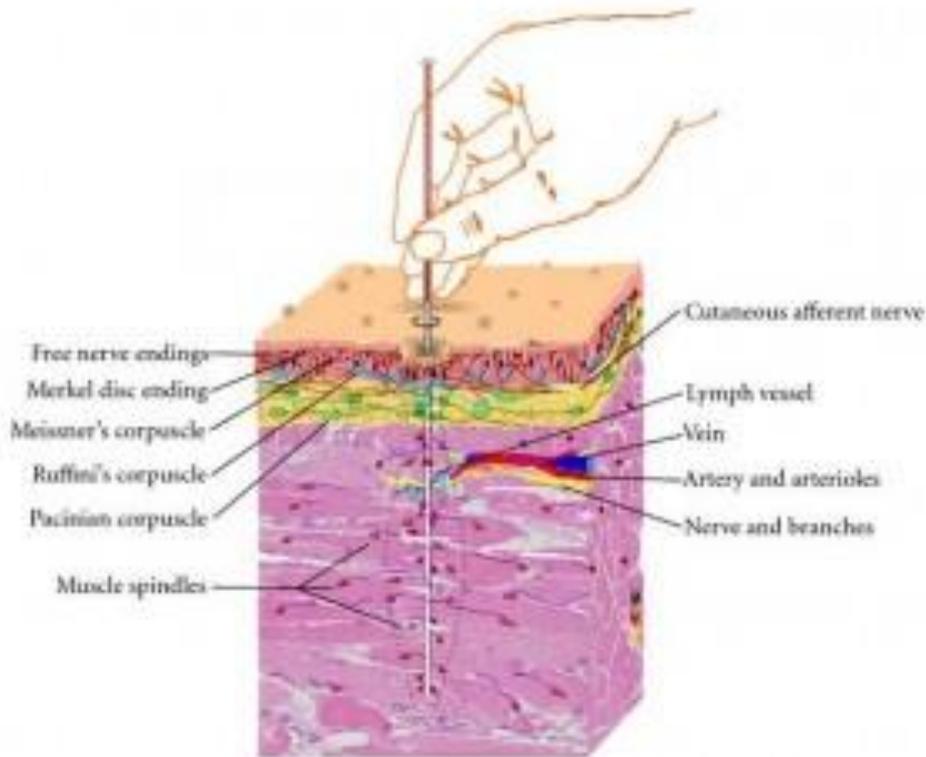
Perkembangan terapi komplementer atau alternatif di Indonesia akhir-akhir ini sangat pesat. Terapi komplementer menjadi salah satu pilihan masyarakat dalam menyelesaikan masalah kesehatannya. Masyarakat menggunakan terapi ini dengan berbagai alasan. Salah satu alasannya adalah filosofi holistik pada terapi komplementer yaitu adanya harmoni dalam diri dan promosi kesehatan dalam terapi komplementer untuk peningkatan kualitas hidup. Alasan lain karena adanya reaksi efek samping dari pengobatan konvensional yang diterima menyebabkan memilih terapi komplementer. Di fasilitas kesehatan tidak sedikit masyarakat bertanya tentang terapi komplementer pada petugas kesehatan seperti dokter dan perawat. Hal ini dapat menjadi peluang bagi perawat untuk berperan memberikan terapi komplementer. Salah satu terapi komplementer yang sering menjadi pilihan masyarakat adalah terapi akupuntur.

Terapi Akupuntur merupakan terapi yang menggunakan teori pengobatan Cina. Terapi akupuntur memiliki falsafah alami yang menyatakan bahwa manusia dan makhluk hidup lainnya merupakan bagian dari alam. Hukum dan kaidah alam berlaku pada seluruh makhluk hidup. Pada proses kehidupan terdapat suatu tenaga yang disebut energi penting atau Qi (dibaca: Chi). Energi penting ini selalu bergerak dalam tubuh melalui suatu lintasan tertentu dan membentuk suatu rangkaian yang tidak putus-putusnya. Lintasan jalan energi ini dikenal dengan sebutan meridian. Pada energi penting terdiri dari dua macam sifat, yaitu Yin-Yang. Yin-Yang saling berlawanan, saling membentuk dan saling menunjang

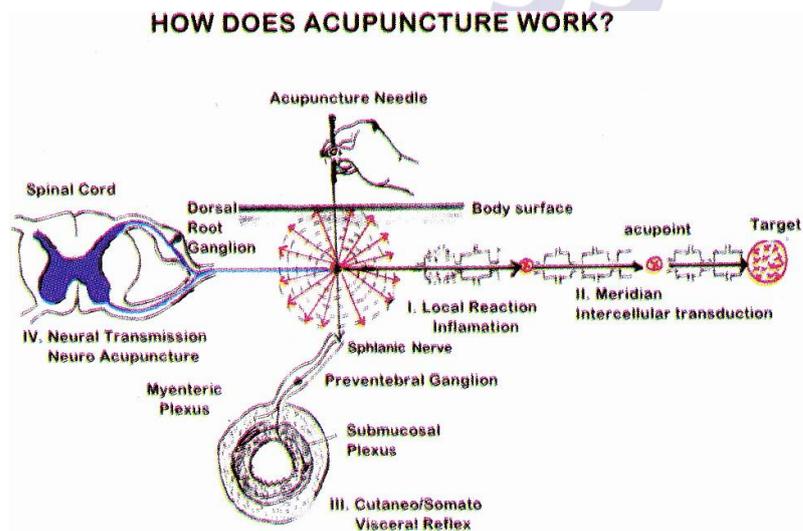
sehingga berbeda dalam keadaan keseimbangan. Falsafah ini merupakan dasar utama dalam cara terapi akupuntur.

2. Pengertian akupuntur

Akupuntur merupakan cara pengobatan yang dilakukan dengan cara menusukkan jarum pada titik-titik tertentu pada tubuh manusia di bawah kulit dan bahkan menembus jaringan otot.



Cara kerja akupuntur dapat dilihat pada gambar di bawah ini:



Akupuntur untuk merangsang, mengatur dan memperbaiki keseimbangan energi. Jarum yang digunakan terbuat dari logam (emas, perak, baja atau stainless) kecil dan elastis. Titik yang digunakan dipilih secara cermat oleh akupunturis agar tujuan akupuntur dapat tercapai. Titik penusukan tergantung pada lokasi gangguan dan cara akupunturis untuk mempengaruhi Qi. Titik ini tidak harus langsung berhubungan dengan keluhan pasien, misalnya untuk pengobatan gangguan kepala dapat saja diambil titik pengobatan pada kaki yang terletak pada meridian yang bersangkutan.

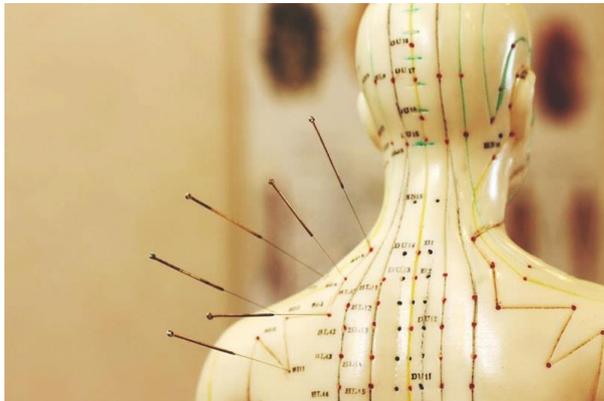
Jarum akupuntur padat dan jauh lebih halus dibandingkan jarum suntik, dengan panjang antara 12 mm – 10 cm. Jarum ditusukkan sedalam 6 mm – 7.5 cm tergantung kurus - gemuk pasien dan lokasi titik pengobatan serta gangguan superficial (permukaan) dan profunda (dalam). Jarum dapat dibiarkan tertancap selama beberapa detik sampai satu jam, tetapi umumnya 20 menit.

Akupunturis adalah seseorang yang memiliki pengetahuan dan keterampilan untuk melaksanakan praktik akupuntur. Seorang akupunturis harus menguasai secara mendalam tentang titik-titik meridian dan ketelitian yang baik agar terhindar dari kesalahan menusuk pembuluh darah atau organ penting lain. Pada penusukkan yang baik, tidak boleh mengeluarkan darah, jika ada itu hanya satu atau dua titik saja. Akupunturis harus mencegah terjadinya infeksi silang, sehingga harus menggunakan jarum yang steril atau disposibel. Tusukkan jarum harus tidak sakit, hanya sedikit rasa ditusuk jarum dan jika jarum ditusukkan lebih dalam akan terasa seperti tertetrum.

Akupunturis dapat juga memberikan rangsangan pada jarum untuk memberikan rasa “tersetrum” pada titik meridian tersebut. Pada beberapa kasus, akupunturis mungkin akan memberikan moksibusi yaitu pembakaran daun nei (*Artemisia vulgaris*) kering untuk menghangatkan atau merangsang titik tertentu pada tubuh pasien. Proses ini memberikan pengaruh yang kuat untuk merangsang Qi tubuh di bagian yang menunjukkan gejala dingin.

Pasien dianjurkan untuk mengisi perut 1 jam sebelum pengobatan untuk menghindari rasa lelah, lesu atau pusing. Setelah pasien selesai penusukan

dianjurkan meminum 2 gelas air putih untuk meningkatkan peredaran darah dan menghindarkan kerja berat.



3. Konsep akupuntur

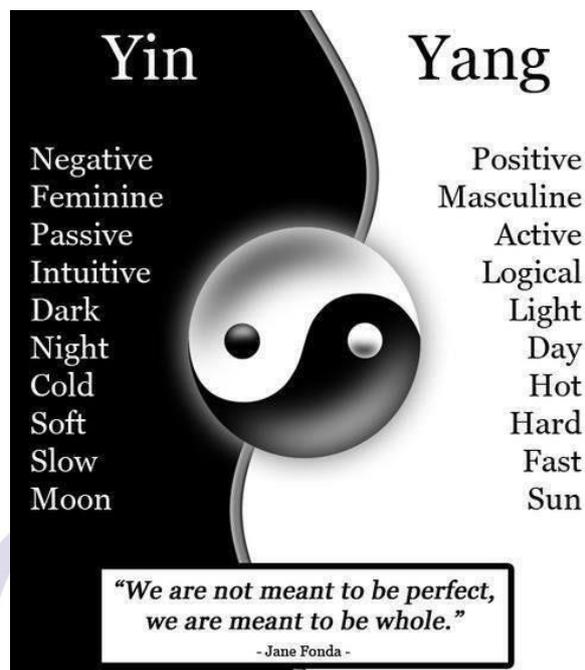
Manusia disebut sehat berdasarkan falsafah akupuntur ditentukan oleh kemampuan manusia mempertahankan keseimbangan dan keselarasan dalam tubuhnya. Manusia disebut sakit, apabila terjadi gangguan keseimbangan dan keselarasan, sedangkan proses normal tubuh tidak mampu mengatasinya. Konsep-konsep yang sering digunakan pada terapi akupuntur adalah sebagai berikut:

a. Konsep Yin – Yang dan Lima tahapan (meridian)

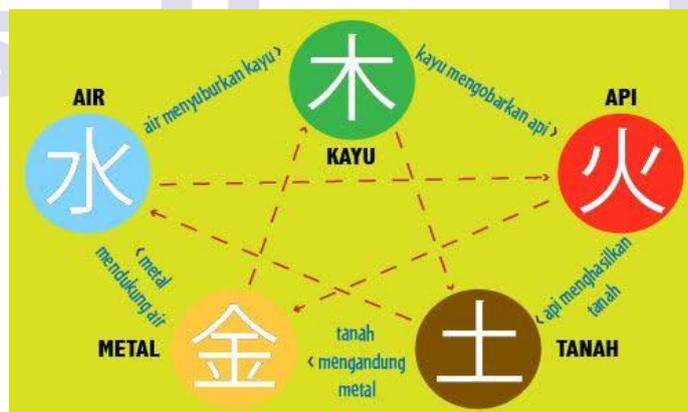
Konsep ini berdasarkan atas pengamatan alam sekitar, membandingkan keadaan dan kejadian alam di luar tubuh dengan fisiologi dan patologi manusia, serta pengaruh lingkungan alam terhadap tubuh manusia. Yin – Yang adalah dua hal yang satu sama lain saling bertentangan tetapi keduanya saling membutuhkan dan memiliki hubungan yang erat. Yin dikonotasikan dengan sifat lembut, gelap, dingin dan basah, sedangkan Yang dikonotasikan keras, terang, panas dan kering.

Setiap bagian tubuh manusia memiliki kedua sifat tersebut. Setiap gejala memiliki kedua aspek itu, tidak ada Yin tanpa adanya Yang. Yin – Yang merupakan sistem total dan masing-masing tidak berarti apabila berdiri sendiri. Pada orang sehat, Yin – Yang berstatus dinamis namun seimbang. Aktivitas siang hari lebih bersifat Yang, sementara pada malam hari bersifat Yin. Kedua sifat tersebut selalu saling mengimbangi. Jika salah satu

berlebihan, hingga keseimbangan terganggu, maka akan timbul gejala atau keluhan.



Orang yang sakit akan menampilkan gejala kelebihan Yin atau Yang. Keluhan akibat kelebihan pasokan dingin ke dalam tubuh, atau yang tampak dengan gejala dingin (wajah pucat, dingin pada kaki dan tangan) maka dinyatakan sebagai kondisi Yin. Sebaliknya kondisi akibat panas disebut Yang. Terapi dilakukan untuk menyeimbangkan kembali Yin – Yang.



Konsep lima tahapan (meridian) merupakan pengelompokan semua fenomena alam menjadi lima yaitu kayu, api, tanah, logam dan air. Konsep ini berakar pada penggantian musim dan proses alam yang terjadi pada masing-masing tahapnya. Setiap unsur mewakili satu tahap dalam

pergantian musim. Ciri utama setiap tahapan ditentukan oleh apa yang terjadi di alam di setiap musim. Dalam siklus tahunan, satu musim digantikan oleh musim lain sampai akhirnya kembali ke musim yang sama. Tumbuhan bertunas, tumbuh, berbuah dan mati kembali pada musim dingin. Intinya adalah keselarasan di tiap pergantian tahapan serta keseimbangan antar tiap tahapan.

b. Konsep Qi (Chi)

Qi (Chi) sebagai energi atau daya kehidupan dalam tubuh manusia yang berperan penting dalam berbagai aktivitas penting baik spiritual, emosi, mental maupun fisik. Kesehatan seseorang ditentukan oleh keseimbangan dan tidak terputusnya aliran Qi dalam tubuh. Qi bekerja untuk mempertahankan aliran darah dan cairan tubuh, menghangatkan, melawan



penyakit dan menjaga tubuh terhadap pengaruh 'lingkungan luar' seperti angin, dingin, kelembaban dan panas. Jika aliran Qi mengalami gangguan berlebihan atau kekurangan maka fungsi tubuh tidak bekerja dengan baik sehingga menyebabkan sakit.

c. Konsep organ dalam (Zangfu)

Pada manusia, organ dalam (zangfu) dan aktivitasnya, lintasan (jingluo), jaringan dan semua bagian tubuh saling berhubungan dengan salah satu dari lima tahapan. Hubungan antar organ dalam menyerupai hubungan antar musim, yaitu saling mendukung dan menekan. Organ dalam “Zangfu” terdiri dari dua kata yaitu ‘Zang’ yang berarti organ dalam dan ‘Fu’ yang berarti isi perut. Zang dan Fu adalah sebagai berikut:

1) Zang

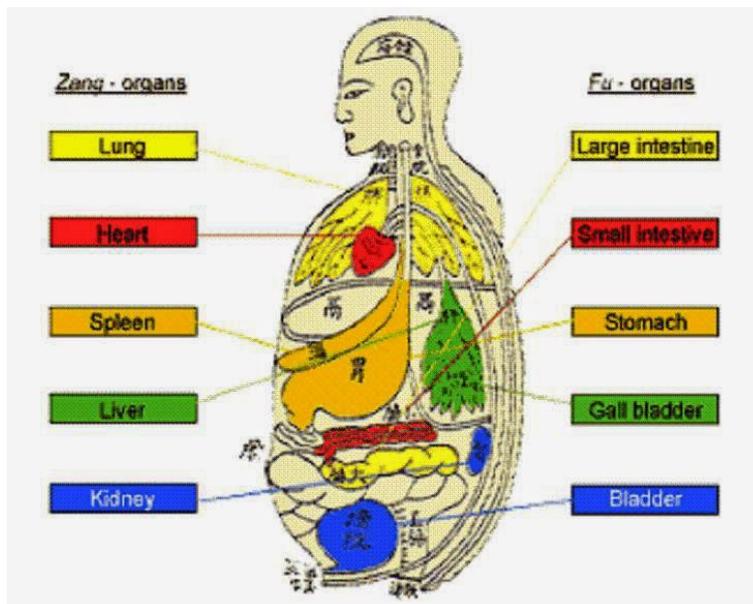
Zang merupakan organ masif yang menyimpan Qi dan lebih bersifat Yin. Ada lima Zang utama yaitu paru-paru, limpa, jantung, ginjal dan hati. Zang keenam adalah selaput jantung, tetapi perannya tidak terlalu besar. Zang utama adalah sebagai berikut:

- a) Jantung berperan utama dalam peredaran darah. Jantung menyimpan Shen, kesadaran seseorang. Jantung dan Shen dianggap pengatur semua aktivitas fisiologis, spiritual dan emosi. Paru-paru bertanggung jawab untuk mengambil udara dan merubahnya menjadi Qi.
- b) Paru-paru sangat berperan dalam peredaran darah Qi dan perlindungan tubuh terhadap penyakit-penyakit luar.
- c) Lambung bersama-sama dengan Limpa terutama pengaturan pencernaan. Lambung menerima makanan, menyaring zat-zat vital yang akan diubah oleh Limpa menjadi Qi dan mengedarkannya ke seluruh tubuh.
- d) Ginjal sebagai tempat penyimpanan Jing atau sari merupakan pusat kesehatan seseorang. Ginjal sering disebut sebagai sumber Yin dan Yang bagi tubuh. Ginjal berperan penting dalam mengatur keseimbangan air dalam tubuh dan erat berkaitan dengan tulang dan pinggang.
- e) Hati berperan dalam mengatur pergerakan Qi dan mencegah penyumbatan aliran Qi, darah dan cairan tubuh.

2) Fu

Fu merupakan organ berongga tempat lewatnya makanan. Organ ini lebih aktif dari Zang yang berarti lebih bersifat Yang. Fu ada enam buah

yaitu usus besar, lambung, usus kecil, sanjiao, kandung kemih dan kandung empedu.



Organ-organ Yin dan Yang ini dihubungkan melalui titik meridian. Organ-organ ini juga berpasangan dalam fungsinya. Limpa – lambung misalnya mempunyai hubungan fungsi yang erat. Setiap pasangan organ dihubungkan dengan salah satu dari Lima Tahapan. Hubungan ini sangat dalam diagnosis. Tubuh dan pikiran tidak dapat dibedakan, fungsi mental dan spiritual seseorang tidak dapat dipisahkan dari fungsi fisiknya. Gangguan emosi dapat disebabkan gangguan Qi. Emosi tertentu berhubungan dengan organ tertentu.

4. Prinsip akupuntur

Terapi akupuntur memiliki tiga prinsip umum akupuntur, yaitu

- a. Pertama adalah terapi akar (Ben) dan cabang (Biao).

Terapi akar (Ben) dan cabang (Biao) merupakan prinsip pengobatan terpenting dalam pengobatan Cina. Pokok prinsip ini adalah menetapkan inti atau akar dari suatu penyakit agar dapat menentukan terapi yang efektif. Akar merupakan ketidakselarasan Yin dan Yang. Lima tahapan atau Qi yang menimbulkan cabang yaitu gejala atau aspek sekunder penyakit tersebut.

b. Kedua adalah pengaturan Yin dan Yang.

Terapi akupuntur ini memulihkan keseimbangan antara Yin dan Yang. Diagnosis menentukan adanya kekurangan atau kelebihan Yin dan Yang dalam tubuh. Apakah mempengaruhi satu atau lebih organ dalam (Zangfu). Titik meridian akupuntur yang dipilih harus meningkatkan Yang dalam tubuh. Melemahnya Qi normal dapat disebabkan oleh penumpukan Qi patogen yang menghambat fungsi organ dalam (Zangfu) dan meridian (jingluo).

c. Ketiga adalah menguatkan Qi normal dan mengeluarkan Qi patogen (penyebab penyakit)

5. Manfaat akupuntur

Akupuntur memiliki kemanjuran yang menakjubkan dan efektif dalam pengobatan penyakit-penyakit yang susah atau tidak dapat disembuhkan dengan pengobatan medis, sehingga ilmu akupuntur berkembang pesat. Ada beberapa manfaat **utama** akupuntur, antara lain:

a. Mengurangi rasa nyeri



Terapi akupuntur bisa mengurangi nyeri akibat sakit kepala kronis. Berdasarkan hasil penelitian akupuntur efektif untuk terapi pasien dengan migrain, tegang di kepala dan beragam bentuk gangguan sakit kepala lain membuktikan bahwa terapi akupuntur dapat mengurangi nyeri kepala kronis 62% lebih efektif dibandingkan dengan obat yang hanya mampu mengurangi rasa nyeri kepala hingga 45%. Akupuntur juga dapat mengurangi nyeri yang biasa terjadi setelah operasi di kepala, kanker leher, mengurangi efek kemoterapi seperti mual.

b. Meningkatkan kesuburan

Terapi akupuntur dapat meningkatkan vitalitas seksual baik pada pria maupun wanita, menyeimbangkan hormon-hormon dalam tubuh, meningkatkan sirkulasi darah di daerah rahim dan sekitarnya serta meningkatkan produksi dan kualitas sel telur atau sperma.



c. Menghaluskan kulit

Terapi akupuntur juga memiliki manfaat untuk kecantikan atau estetik. Terapi ini dapat menghaluskan kulit, menghilangkan keriput atau mengencangkan kulit dan mengobati jerawat. Terapi ini juga mengaktifkan *inner beauty* yaitu kecantikan yang terpancar dari dalam jiwa atau batin seseorang dengan membersihkan dan kemudian mempertebal aura



kecantikan yang menyelimuti wajahnya. Semakin tebal kecantikan seseorang semakin bercahaya lah wajahnya. Wajahnya akan terlihat berbinar-binar dan memancarkan daya tarik yang sangat kuat terhadap orang lain maupun pasangannya. Penusukan titik akupuntur akan merangsang sistem pensarafan sehingga menimbulkan reaksi setempat, reaksi melalui jalur saraf tepi maupun saraf pusat dan reaksi pelepasan zat-zat neurohormonal.

d. Melangsingkan tubuh

Terapi akupuntur untuk melangsingkan tubuh adalah dengan cara menusukkan jarum di meridian yang tersambung dengan thalamus. Thalamus merupakan bagian otak yang mengatur sistem lapar dan haus, detak jantung, jam tidur dan bekerja, pencernaan, dan kontrol keseimbangan cairan tubuh.



c. **LATIHAN SOAL**

Untuk memperdalam pemahaman Anda mengenai materi di atas, kerjakan latihan berikut:

1. Sebutkan alasan mengapa sekarang banyak masyarakat Indonesia yang menggunakan terapi komplementer
2. Apa falsafah alami dari terapi akupuntur
3. Menurut teori akupuntur, manusia dikatakan sakit
4. Sifat yin dikonotasikan dengan sifat
5. Berperan penting dalam kehidupan manusia

Universitas
Esa Unggul