



**MODUL BUSSINESS HOME CARE
(NSA738)**

**MODUL SESI 13
PERAWAT DALAM KEPERAWATAN HOLISTIK**

DISUSUN OLEH

Dr. MIRA ASMIRAJANTI, SKP., MKEP

Universitas
Esa Unggul

UNIVERSITAS ESA UNGGUL

2019

MODUL 13

PERAWAT DALAM KEPERAWATAN HOLISTIK

A. KEMAMPUAN AKHIR YANG DIHARAPKAN

1. Mengetahui dan mengerti tentang latar belakang holistik.
2. Menyebutkan dan memahami tentang konsep holistik.
3. Menjelaskan dan memahami tentang keperawatan holistik.
4. Menjelaskan dan memahami tentang manfaat keperawatan holistik.

B. MATERI

1. Latar Belakang

Perkembangan ilmu dan teknologi memberikan dampak peningkatan pengetahuan masyarakat akan kesehatan. Masyarakat menyadari pentingnya kesehatan agar dapat bersaing di dunia yang super sibuk ini. Masyarakat menyadari jika mengalami penurunan kesehatan maka keterlibatan dirinya dalam penyembuhan adalah besar, sehingga banyak masyarakat yang memilih terapi yang menggabungkan teknik pengobatan Barat dan teknik pengobatan Timur. Jumlah masyarakat yang memilih terapi gabungan ini dari hari ke hari makin meningkat. Perawat memiliki peran untuk mendorong dan mengajarkan masyarakat untuk memilih secara cerdas pengobatan yang sesuai untuk dirinya. Pengobatan secara holistik yang mempertimbangkan aspek pikiran, perasaan, dan fungsi fisiologis tubuh yang saling berhubungan.

2. Konsep Holistik

Holistik berdasarkan hasil penelitian merupakan keselerasan pikiran, tubuh dan ruh. Berdasarkan ilmu psikoneuroimunologi (PNI), Psikoneuroimunologi adalah studi tentang bagaimana tubuh dan pikiran terhubung dan bagaimana kepercayaan, pikiran, dan emosi mempengaruhi kesehatan bahwa holistik merupakan hubungan yang kompleks antara aspek kognitif, afektif dan fisik manusia. Otak menransmisikan sinyal di sepanjang saraf untuk meningkatkan fungsi kekebalan tubuh yang normal. Pikiran manusia dapat mengubah aspek fisiologi dari tubuhnya. Semua sel tubuh memiliki reseptor untuk neuropeptida (asam amino yang diproduksi di otak dan bagian lain dalam tubuh yang bertindak sebagai komunikator kimia) yang dilepaskan ketika neurotransmitter (zat kimia yang diproduksi oleh tubuh yang

memfasilitasi transmisi saraf) memberi sinyal emosi di otak. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa orang dapat mempengaruhi kesehatan mereka sesuai dengan apa yang mereka pikirkan dan rasakan. Sistem psikis yang kompleks dan kimia tubuh yang terjalin sekarang sebagai suatu koneksi yang tidak terpisahkan menjadi satu kesatuan, yang saling berhubungan antara pikiran, perasaan, dan fungsi fisiologis tubuh.

Terapi holistik adalah salah satu disiplin ilmu yang mandiri dan merupakan gabungan dari berbagai macam pengobatan (termasuk di dalamnya sistem pengobatan barat atau konvensional dan sistem pengobatan timur atau *eastern medicine*). Terapi holistik harus dapat dipertanggungjawabkan agar organ tubuh bekerja secara optimal sehingga terjadi keseimbangan kerja fisik, psikis, mental dan emosional. Konsep kesehatan holistik merupakan usaha yang mencakup keseluruhan yaitu preventif, promotif, kuratif dan rehabilitatif.

3. Keperawatan Holistik

Keperawatan holistik merupakan seni dan ilmu merawat manusia yang mengetahui bahwa setiap orang adalah unik dalam SEMUA ekspresi diri. Keperawatan holistik didasarkan pada penerimaan konsep bahwa tubuh, pikiran, dan jiwa saling berhubungan yang mencakup aspek fisiologis, psikologis, sosiokultural, intelektual, dan spiritual dari masing-masing individu. Perawat agar dapat memberikan pelayanan keperawatan secara holistik sering mempelajari dan menggunakan teknik komplementer untuk meningkatkan kesejahteraan dan kebahagiaan pasien. Kunci dari keperawatan holistik adalah KEPEDULIAN atau *CARING*.

Keperawatan holistik memiliki sifat penyembuhan yang berarti menjadikan manusia utuh. Penting untuk dipastikan bahwa penyembuhan di sini tidak sama dengan menyembuhkan, yaitu menghilangkan salah satu penyakit tetapi merupakan proses yang mengaktifkan kekuatan penyembuhan dari dalam diri individu itu sendiri. Penyembuh atau terapis berperan sebagai fasilitator dalam penyembuhan. Penyembuh atau terapis berhubungan dengan individu dan

membantu individu sebagai pemandu, agen perubahan, atau sarana individu untuk mencapai, melakukan atau meningkatkan penyembuhan.

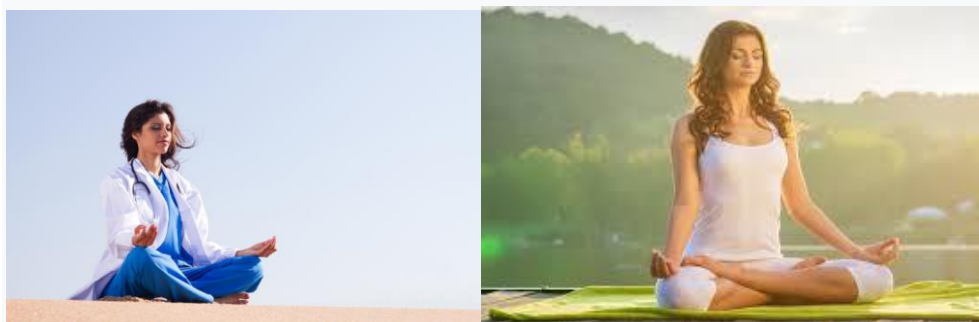
Menurut (DeLaune & Ladner, 2010) bahwa potensi penyembuhan ada di dalam diri kita masing-masing. Seorang penyembuh sebaiknya tidak menyembuhkan orang lain, tetapi dia harus berperan untuk memotivasi orang lain untuk mampu menyembuhkan dirinya sendiri dengan potensi yang dimilikinya.

Keperawatan holistik menggunakan intervensi terapi komplementer. Teknik Intervensinya terdiri dari berbagai kategori yaitu

- a. Terapi pada tubuh dan pikiran, seperti relaksasi, meditasi, pencitraan, biofeedback, dan hipnosis.

Meditasi

Meditasi adalah suatu tehnik latihan dalam meningkatkan kesadaran, dengan membatasi kesadaran pada satu objek stimulasi yang tidak berubah pada waktu tertentu untuk mengembangkan dunia internal atau dunia batin seseorang, sehingga meningkatkan pemahaman tentang hidup baginya. Meditasi merupakan latihan olah jiwa yang dapat menyeimbangkan fisik, emosi. mental dan spiritual seseorang.



Meditasi yang dilakukan individu akan menghasilkan reaksi yang mampu meningkatkan kesehatan secara umum dengan memperlancar proses metabolisme tubuh, laju denyut jantung lebih teratur, peredaran darah lancar, mengatasi berbagai macam penyakit, mendorong racun dan kotoran dari dalam tubuh keluar, menurunkan tingkat agretifitas

dan perilaku-perilaku buruk dampak dari stres, menurunkan tingkat egosentris. Meditasi dapat meningkatkan hubungan intrapersonal ataupun interpersonal menjadi lancar, mengurangi kecemasan, memudahkan dalam mengendalikan diri dan meningkat kesejahteraan.

b. Terapi dengan gerakan tubuh seperti senam thaici

Senam Thaici

Senam Tai Chi merupakan salah satu olahraga yang banyak dilakukan oleh para lanjut usia. Selain lebih tidak beresiko bahaya, senam Tai Chi ini dapat dilakukan secara masal yang berfungsi sebagai ajang silaturahmi, reduksi stress, dan ajang komunikasi sosial. Gerakan Tai Chi adalah "senam" meditatif yang memberikan manfaat bagi raga sekaligus jiwa. Latihan fisik dari gerakan-gerakan Tai Chi dan olah napasnya telah diteliti memiliki banyak manfaat terapeutik, artinya berlatih Tai Chi dapat membantu kesembuhan suatu penyakit atau gangguan pada tubuh. Seperti meredakan stres, meringankan rasa sakit pada persendian, meningkatkan keseimbangan dan kelenturan tubuh.



Senam Tai Chi juga dipercaya dapat menjadi alternatif untuk meredakan stress. Menurut (Anwar, 2011) “dalam gerakan senam Tai Chi menitik beratkan pada gerakan tubuh yang lambat, anggun, yang dipadu dengan seni olah pernapasan secara halus dan berirama”. Teknik inilah yang menjadikan Tai Chi dipercaya mampu membebaskan pikiran untuk mencapai rasa ketenangan batin. Dengan kata lain menurut pendapat tersebut senam Tai Chi dapat

menenangkan pikiran seseorang untuk dapat meredakan tingkat stress. Dengan menurunnya tingkat stress pada diri seseorang, seseorang tersebut akan terhindar dari anxiety dan depresi, yang itu semua merupakan indikator dari gangguan kesehatan mental emosional.

- c. Terapi dengan sentuhan seperti akupuntur, pijat, shiatsu, akupresur, refleksiologi dan kiropraksi.

Terapi Kiropraksi

Terapi Kiropraksi adalah cara khusus pengobatan gangguan pada otot dan persendian dengan jalan memperbaiki posisi tulang belakang dan persendian. Kiropraksi merupakan gabungan antara ilmu dan seni. Terapi ini meliputi tehnik diagnosis yang berdasarkan ilmu kedokteran ortodoks digabung dengan ilmu pengetahuan dan kedokteran modern. Terapi ini harus dilakukan oleh terapi yang kompeten.



Tujuan terapi ini adalah untuk menormalkan kembali biomekanis tulang belakang atau persendian. Seorang terapis menetapkan diagnosis berdasarkan riwayat kesehatannya dan pemeriksaan fisik dengan cara palpasi (meraba) pada tulang belakang atau persendian untuk memeriksa adanya penyimpangan gerakan normal. Penyimpangan tersebut menunjukkan adanya gangguan biomekanis pada persendian yang jika diperbaiki dapat mengurangi gangguan yang dirasakan pasien. Terapis juga dapat meminta foto rontgen untuk melihat keadaan struktur tulang pasien agar dapat menentukan apakah dapat dilakukan terapi kiropraksi atau tidak.

Gangguan posisi dan atau pergerakan sendi dapat diperbaiki dengan mengendurkan otot yang kejang dan urat yang kaku, sedangkan untuk tulang belakang dengan menghentakkannya secara cepat dan tepat. Gerakan ini bermaksud untuk mengurangi tekanan pada saraf tulang belakang tertentu, yang biasa menjadi penyebab rasa sakit.

d. Terapi nutrisi seperti herbalisme.

Terapi Herbalisme

Prinsip utama terapi herbalisme adalah pentingnya menggunakan ekstrak tumbuhan utuh, bukan isolasi atau tiruan zat tertentu yang mempunyai fungsi spesifik. Tujuan terapi herbalisme adalah mengatasi defisiensi dan secara umum meningkatkan vitalitas, membantu penyembuhan alami dan mengembalikan kesehatan pasien ke kondisi berimbang, bukan hanya menghilangkan gejala.



Seorang terapis herbalis akan mengajukan sejumlah pertanyaan, menyusun gambaran lengkap kesehatan dan gaya hidup pasien serta mencari petunjuk tentang penyebab keluhan pasien. Pasien akan diberikan herbal sebagai obat untuk pasien. Herbal yang diberikan pada setiap pasien akan berbeda, tergantung pada kondisi dan kebutuhan pasien untuk mendorong tubuh pasien menjadi normal kembali.

- e. Terapi spiritual seperti penyembuhan iman, penyembuhan doa dan penumpangan tangan.

Terapi spiritual penyembuhan doa

Terapi penyembuhan doa adalah suatu terapi atau penyembuhan gangguan psikologis yang dilakukan secara sistematis dengan berdasarkan pada konsep Al Quran dan Assunnah. Terapi ini terbukti efektif memberikan pengaruh terhadap penanggulangan depresi maupun gangguan psikologis lainnya. Terapi ini sangat berpengaruh untuk membangun rasa penerimaan diri (self acceptance) sehingga klien tidak merasa depresi lagi dan menyesali nasibnya. Bahkan sebaliknya klien akan mampu mengekspresikan perasaannya kepada kehidupan dan kesehatan mental yang lebih baik. Pendekatan spiritual berperan penting dalam mengekspresikan perasaan dan memberikan kenyamanan bagi klien.



Penerimaan keadaan sakit klien akan mendorong individu tersebut akan lebih dekat dengan Tuhan dan menerima penyakitnya sebagai cobaan dari Tuhan. Pada terapi spiritual ini, a qalbu dan akal pikiran sebagai sasaran terapi dalam menangani berbagai penyakit psikologis. Terapi spiritual islami bersifat fleksibel, prefentif, kreatif, dan rehabilitasi.

- f. dan terapi dengan menggunakan metodologi lainnya.

Meskipun setiap tehnik intervensi komplementer berbeda, tetapi memiliki falsafah yang sama yaitu mengaktifkan kekuatan penyembuhan dari dalam diri individu itu sendiri.

Penyembuhan dari dalam diri individu itu sendiri menggunakan tehnik pengaturan diri. Tehnik pengaturan diri adalah metode yang mengajarkan pada seseorang agar dapat secara sadar mengendalikan beberapa fungsi pada sistem saraf simpatik misalnya detak jantung, laju pernapasan, dan tekanan darah. Prinsip dari penyembuhan adalah setiap individu harus mendapatkan keseimbangan, menemukan harmoni dan keutuhan ketika terjadi perubahan dari dalam diri individu.

Perawat mampu berperan sebagai penyembuh dan banyak yang mempelajari untuk menjadi penyembuh agar dapat melaksanakan keperawatan secara holistik. Perawat sebagai tenaga kesehatan profesional yang berperan untuk membantu masyarakat dalam meningkatkan derajat kesehatannya. Perawat harus mampu melakukan edukasi agar masyarakat mampu untuk memilih terapi komplementer dan konvensional yang sesuai untuk dirinya. Perawat memiliki tantangan untuk dapat memberikan keperawatan holistik. Edukasi adalah fungsi utama keperawatan holistik dan sangat diperlukan masyarakat. Masyarakat harus memahami tentang keperawatan holistik yang aman dan umumnya tidak dapat sekali datang langsung sembuh.

Perawat harus mampu melakukan pendekatan dan membangun kepercayaan dengan baik agar klien merasa bebas untuk mengungkapkan semua masalah yang terkait dengan kesehatan mereka. Perawat harus mampu menunjukkan keterbukaan terhadap pertanyaan klien dan perawatan diri yang diinginkan dengan tanpa penilaian. Perawat dapat belajar lebih banyak tentang klien dan membantu mereka menemukan perawatan yang paling cocok.

Perawat holistik harus mempertahankan keahlian teknis, keterampilan interpersonal, dan kemampuan berpikir kritis. Selain kompetensi yang disyaratkan itu, perawat harus membuat prinsip, metode, dan keterampilan ilmiah, tetapi kita juga perlu mengajari orang cara untuk menjadi lebih mandiri ketika kita mengubah peran dari pengasuh menjadi penyembuh. Perawat sebagai penyembuh memiliki tujuan membantu klien memanggil sumber daya batin mereka untuk penyembuhan.

Perawat untuk dapat mencapai tujuan penyembuhan harus memperhatikan hal-hal di bawah ini:

- a. memiliki pengetahuan
- b. tujuan perawat harus fokus sebagai penyembuh
- c. menghormati perbedaan
- d. harus terus berusaha untuk sehat dan seimbang.

Perawat holistik membantu klien memanggil sumber daya batin mereka untuk penyembuhan dengan memperhatikan hal-hal sebagai berikut:

- a. Pikiran dan tubuh adalah satu kesatuan yang tidak terpisahkan.
- b. Orang bertanggung jawab atas pilihan mereka sendiri.
- c. Orang memiliki kekuatan untuk menyelesaikan masalah mereka sendiri.
- d. Kesejahteraan dan kebahagiaan seseorang terdiri dari keselarasan fisik, emosional, mental, dan spiritual.

4. Manfaat keperawatan holistik

Keperawatan holistik ini dapat dilakukan di semua fasilitas kesehatan termasuk praktik mandiri keperawatan, karena inti utama dari keperawatan holistik ini adalah membantu individu untuk dapat melakukan penyembuhan sendiri. Manfaat dari keperawatan holistik dapat dilakukan untuk semua klien yang mengalami gangguan keseimbangan pada dirinya. Perawat yang berperan sebagai penyembuh harus menjaga keseimbangan diri dan masyarakat sekitarnya

5. Perbedaan keperawatan holistik dan konvensional

Keperawatan konvensional adalah teknik pengobatan atau pemulihan suatu penyakit yang dilakukan oleh tenaga-tenaga medis seperti dokter, dimana teknik tersebut telah dilakukan penelitian dan percobaan sebelumnya sehingga sudah tersertifikasi. Keperawatan konvensional adalah pengobatan yang memandang tubuh manusia secara terpisah-pisah, lebih condong memperhatikan gejala daripada “akar penyakit” serta mengobati secara fisiologis, tidak secara keseluruhan. Pada keperawatan konvensional, segala bentuk sambilan obat kimia dan operasi. Terdapat beberapa bentuk terapi konvensional, yakni terapi dan operasi atau pembedahan. Terapi

konvensional merupakan teknik pengobatan yang diterapkan di rumah sakit di seluruh dunia.

Perbedaan yang paling mendasar antara keperawatan holistik dan konvensional terletak pada cara mengobati dan memahami suatu penyakit. Terapi konvensional memandang penyakit hanya sebagai suatu kondisi biologis yang ditandai dengan kelainan pada fungsi atau struktur organ-organ tertentu atau seluruh sistem organ. Sedangkan keperawatan holistik menganggap penyakit lebih dari itu selain biologis mereka juga melibatkan aspek spiritual, psikologis dan sosial tertentu dari orang yang terkena. Di bawah ini terlihat tabel perbedaan keperawatan holistik.

Tabel Perbedaan Keperawatan Konvensional dan Keperawatan Holistik

Keperawatan Konvensional	Keperawatan Holistik
Modern dan memakai teknologi canggih.	Modern dan memakai teknologi canggih.
Ditunjang uji ilmiah, tapi kurang ditunjang kesaksian kesembuhan pasien.	Ditunjang uji ilmiah + ditunjang banyak kesaksian kesembuhan pasien (Inilah yang selalu tidak diperhatikan oleh masyarakat bahwa selain uji ilmiah, seharusnya ada bukti nyata dari kesaksian para pasien yang berhasil sembuh karena uji ilmiah bisa dimanipulasi, sedangkan realita tidak bisa dimanipulasi).
Uji ilmiah lebih banyak dilakukan di dalam laboratorium.	Uji ilmiah dilakukan di dalam laboratorium dan di lapangan (Perlu sadari bahwa realita manusia tidak tinggal di dalam laboratorium, jadi diperlukan uji ilmiah di lapangan untuk menentukan validitas kebenaran suatu pengobatan. Habitat asli manusia bukan di dalam laboratorium

	tapi di lingkungan bebas yang “penuh warna”).
Mengandalkan obat-obatan kimia dan operasi.	Tidak mengandalkan obat-obatan kimia dan operasi.
Memandang penyakit dan kondisi manusia secara terpisah.	Memandang penyakit dan kondisi manusia secara menyeluruh.
Lebih cenderung menekan gejala.	Mengatasi akar penyakit dan gajalanya.
Sintetis atau tidak alami.	Alami.
Banyak memiliki efek samping.	Bukan efek samping, tapi reaksi awal atau proses penyembuhan.
Mahal.	Murah bahkan bisa gratis.
Hasil yang terlihat dalam mengurangi atau menghilangkan gejala penyakit cepat.	Hasil yang terlihat dalam mengurangi atau menghilangkan gejala penyakit cepat, ada kasus bisa lebih cepat lagi.
Mencemari lingkungan.	Tidak mencemari lingkungan.
Pengobatan tidak aman dikonsumsi dalam jangka panjang, apalagi untuk seumur hidup.	Pengobatan aman dikonsumsi dalam jangka panjang, apalagi untuk seumur hidup.

c. LATIHAN SOAL

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

1. Konsep keperawatan holistik adalah
2. Apa kunci keperawatan holistik yang harus dipahami dan diamalkan oleh seorang perawat dalam membantu penyembuhan klien.
3. Mengapa perawat harus berperan sebagai penyembuh dalam membantu klien yang sakit.
4. Mengapa pikiran manusia dapat mengubah aspek fisiologi dari tubuhnya.
5. Apa yang merupakan fungsi utama keperawatan holistik.