

TUGAS AKHIR

**ASUHAN AKUPUNKTUR PADA LANSIA NY. “X” PENDERITA
INSOMNIA DI RUMAH ASUH LANSIA GRIYA ASIH LAWANG**



OLEH

KARANTINA CAHYANINGRUM

NIM 17.3.009

PROGRAM STUDI AKUPUNKTUR

POLITEKNIK KESEHATAN RS dr. SOEPRAOEN MALANG

2020

TUGAS AKHIR

**ASUHAN AKUPUNKTUR PADA LANSIA NY. “X” PENDERITA
INSOMNIA DI RUMAH ASUH LANSIA GRIYA ASIH LAWANG**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Mendapatkan

Gelar Ahli Madya Akupunktur (A.Md.Akup.)

Pada Program Studi Akupunktur Politeknik Kesehatan RS dr. Soepraoen Malang



PROGRAM STUDI AKUPUNKTUR

POLITEKNIK KESEHATAN RS dr. SOEPRAOEN MALANG

2020

CURICULUM VITAE



Nama : Karantina Cahyaningrum

Tempat, Tanggal Lahir : Tanjungpinang, 23 Januari 1998

NIM : 17.3.009

Alamat : Jalan Nusantara KM. 18 RT/RW: 002/002, Kelurahan Gunung Lengkuas, Kecamatan Bintan Timur, Kabupaten Bintan, Provinsi Kepulauan Riau.

Riwayat Pendidikan :

- 1) TPA/TPQ Bahrul Ulum Kijang.
- 2) SD Negeri 009 Bintan Timur.
- 3) SMP Islam Terpadu Al Madinah Tanjungpinang.
- 4) SMA N 4 (BINAAN) Tanjung Balai Karimun.

LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Karantina Cahyaningrum
Tempat/Tanggal Lahir : Tanjungpinang, 23 Januari 1998
NIM : 17.3.009
Alamat : Jalan Nusantara KM. 18 RT/RW: 002/002,
Kel. Gunung Lengkuas, Kec. Bintan Timur,
Kab. Bintan, Provinsi Kepulauan Riau

Menyatakan bahwa Tugas Akhir ini merupakan hasil karya sendiri dan belum pernah dibuat oleh orang lain untuk memperoleh gelar dari berbagai jenjang pendidikan di perguruan tinggi manapun.

Jika dikemudian hari saya terbukti melanggar atas pernyataan tersebut diatas, maka saya bersedia menerima sanksi akademik dari almamater.

Malang, 6 Juli 2020

Yang Menyatakan,



Karantina Cahyaningrum

NIM. 17.3.009

MOTTO

VENI VIDI VICI

Veni → Venire : Saya datang

Vidi → Videre : Saya lihat

Vici → Vincere : Saya telah menaklukkan



LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

Tugas Akhir dengan judul “Asuhan Akupunktur Pada Lansia Ny. “X”
Penderita Insomnia Di Rumah Asuh Lansia Griya Asih Lawang” telah

Disetujui untuk Diujikan di Depan Tim Penguji.

Nama : Karantina Cahyaningrum

Nim : 17.3.009

Tanggal : 6 Juli 2020

Oleh :

Pembimbing 1,

Pembimbing 2,

dr. Leny Candra Kurniawan, A.Md.Akp., M.M. dr. Mayang Wulandari, A.Md.Akp.,M.M.

LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI

Tugas Akhir dengan judul “Asuhan Akupunktur Pada Lansia Ny. “X”
Penderita Insomnia Di Rumah Asuh Lansia Griya Asih Lawang”.

Telah Diujikan di Depan Tim Penguji

Nama : Karantina Cahyaningrum

Nim : 17.3.009

Pada Tanggal : 6 Juli 2020

Tanda Tangan

Penguji I : Chantika Mahadini, A.Md.Akp., S.Psi., M.Psi.

:()

Penguji II : dr. Leny Candra Kurniawan, A.Md.Akp.,M.M.

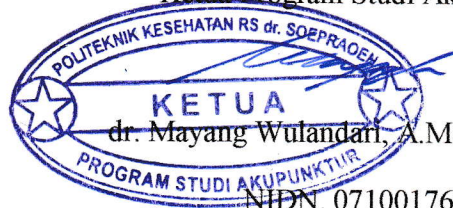
:()

Penguji III : dr. Mayang Wulandari, A.Md.Akp.,M.M.

:()

Mengetahui,

Ketua Program Studi Akupunktur



dr. Mayang Wulandari, A.Md.Akp., M.M.

NIDN. 0710017605

KATA PENGANTAR

Puji Syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan petunjuk dan rahmat-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan Tugas Akhir yang berjudul “Asuhan Akupunktur Pada Lansia Ny. “X” Penderita Insomnia di Rumah Asuh Lansia Griya Asih Lawang” sesuai dengan waktu yang ditentukan.

Penyusunan Tugas Akhir ini disusun sebagai salah satu persyaratan untuk menyelesaikan pendidikan Program Diploma III Akupunktur di Politeknik Kesehatan RS dr. Soepraoen Malang.

Dalam penyusunan Tugas Akhir ini, peneliti mendapatkan banyak bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak, oleh karena itu peneliti mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Letkol Ckm Arief Efendi, SMPH., SH., S.Kep., Ners., MM., M.Kes., selaku Direktur Politeknik Kesehatan RS dr. Soepraoen Malang.
2. dr. Mayang Wulandari, A.Md.Akp., M.M., selaku Ketua Program Studi Akupunktur Politeknik Kesehatan RS dr. Soepraoen Malang sekaligus Pembimbing II dan Penguji III dalam penelitian ini.
3. Ibu Natalie P. Poluan, selaku Ketua Rumah asuh Anak dan Lansia Griya Asih Lawang yang telah memfasilitasi kegiatan penelitian.
4. Ibu Chantika Mahadini, A.Md.Akp., S.Psi., M.Psi., selaku Penguji I.
5. dr. Leny Candra Kurniawan, A.Md.Akp., M.M., selaku Pembimbing I dan Penguji II yang telah memberikan masukan dan saran untuk kesempurnaan Tugas Akhir.
6. Partisipan yang telah bersedia menjadi narasumber serta membantu dalam pembuatan Tugas Akhir ini, sehingga dapat terselesaikan dengan baik.
7. Orang tua saya yang telah mendo'akan dan memberi motivasi kepada saya sebagai Peneliti untuk menyelesaikan pembuatan Tugas Akhir ini.
8. Mughtamis Bahrul Ulum dan Roni Handoko yang telah membantu dan menyemangati dari awal sampai akhir pembuatan Tugas Akhir ini.
9. Vience Novianty Kartikasari dan Haniifah Dwi Kurniasih yang telah bersedia membantu dan menjadi fasilitator dari awal pengerjaan sampai akhir pembuatan Tugas Akhir ini.

10. Rekan-rekan mahasiswa Program Studi Akupunktur dan seluruh pihak yang telah membantu kelancaran Tugas Akhir ini yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Peneliti menyadari bahwa Tugas Akhir ini masih banyak kekurangan. Oleh karena itu, peneliti mengharapkan adanya kritik dan saran dari semua pihak demi kesempurnaan Tugas Akhir ini. Peneliti berharap semoga Tugas Akhir ini bermanfaat bagi pembaca.

Malang, 6 Juli 2020

Peneliti



ABSTRAK

Cahyaningrum, K. 2020. *Asuhan Akupunktur Pada Lansia Ny. "X" Penderita Insomnia di Rumah Asuh Lansia Griya Asih Lawang*. Program Studi Akupunktur. Politeknik Kesehatan RS dr. Soepraoen Malang. Pembimbing 1, dr. Leny Candra Kurniawan, A.Md.Akp., M.M. Pembimbing 2, dr. Mayang Wulandari, A.Md.Akp., M.M.

Insomnia diartikan sebagai keluhan kurangnya jumlah waktu tidur pada malam hari. Menurut *World Health Organization* (WHO) orang lanjut usia (lansia) adalah seseorang yang telah memasuki usia 60 tahun keatas. Tidak sedikit lansia yang menderita insomnia, oleh karena itu pengobatan akupunktur sangat efektif dan menjadi pilihan tepat karena tidak memiliki efek samping.

Dalam penelitian ini digunakan pendekatan penelitian kualitatif. Satu orang lansia sebagai partisipan untuk dilakukan penelitian. Terapi akupunktur dilakukan di Rumah Asuh Lansia Griya Asih Lawang selama 3 minggu. Metode pengumpulan data dilakukan dengan cara: pengamatan (*Wang*), pendengaran dan penciuman (*Wen*), wawancara (*Wen*), dan palpasi (*Qie*) disertai studi dokumentasi.

Setelah melakukan penelitian akupunktur terhadap insomnia memperoleh hasil yang cukup bagus yaitu partisipan sudah bisa memulai tidur lebih awal dan sudah jarang terbangun saat tertidur dikarenakan ingin minum.

Untuk meningkatkan keefektifitasan hasil terapi, sebaiknya hindari stress dan terus berpikir positif, sering olahraga, serta makan sayur dan buah yang rutin.

Kata Kunci : *Akupunktur, Lansia, Insomnia*

DAFTAR ISI

Cover	i
Cover Dalam	ii
Curriculum Vitae	iii
Lembar Pernyataan	iv
Motto	v
Lembar Persetujuan	vi
Lembar Pengesahan	vii
Kata Pengantar	viii
Abstrak	x
Daftar Isi	xi
Daftar Tabel	xv
Daftar Gambar	xvi
Daftar Singkatan dan Istilah	xvii
Daftar Lampiran	xx
BAB 1 PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Batasan Masalah	3
1.3 Rumusan Masalah	3
1.4 Tujuan	4
1.5 Manfaat Penelitian	4
1.5.1 Manfaat Teoritis	4
1.5.2 Manfaat Praktis	4
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Konsep Lansia	6
2.1.1 Pengertian Lansia	6
2.1.2 Batasan Lansia Menurut WHO (<i>World Health Organisation</i>)	6
2.2 Konsep Tidur Menurut Kedokteran Barat (<i>Western Medicine</i>)	7
2.2.1 Definisi Tidur	7

2.2.1.1	Tidur Secara Umum	7
2.2.1.2	Fisiologi Tidur Normal	7
2.2.2	Kebutuhan Tidur Pada Lansia	8
2.2.3	Jumlah Tidur	9
2.3	Insomnia Menurut Kedokteran Barat (<i>Western Medicine</i>)	9
2.3.1	Definisi Insomnia	9
2.3.2	Patofisiologi Insomnia	10
2.3.3	Penyebab Insomnia	11
2.3.4	Tipe Insomnia.....	11
2.3.5	Diagnosis Insomnia.....	12
2.3.6	Etiologi Insomnia.....	15
2.3.7	Komplikasi Insomnia	15
2.3.8	Tata Laksana	17
2.3.8.1	Terapi Insomnia	17
2.3.8.2	Farmakologi	19
2.3.9	Efek Samping Obat	21
2.4	Konsep Tidur Menurut <i>Chinese Medicine</i> (CM)	21
2.4.1	Definisi Tidur	21
2.4.2	Perbandingan Fisiologi Tidur.....	23
2.5	Insomnia Menurut <i>Chinese Medicine</i> (CM)	24
2.5.1	Definisi Insomnia	24
2.5.2	Diagnosis Insomnia.....	25
2.5.3	Etiologi dan Patogenesis	27
2.6	Tatalaksana Terapi Akupunktur Untuk Insomnia	29
2.6.1	Definisi Akupunktur.....	29
2.6.2	Diferensiasi Sindrom dan Terapi Insomnia.....	30
2.7	Kerangka Konsep	32

BAB 3 METODE PENELITIAN

3.1	Desain Penelitian.....	33
3.2	Batasan Istilah	33
3.3	Partisipan.....	34

3.4	Lokasi dan Waktu Penelitian	35
3.5	Kerangka Kerja	35
3.6	Pengumpulan Data	36
3.7	Uji Keabsahan Data.....	37
3.8	Analisis Data	37
3.9	Etika Penelitian	38

BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1	Gambar Diri Partisipan	40
4.2	Gambaran Lokasi Penelitian	40
4.3	Hasil Observasi Pada Partisipan	41
4.3.1	Observasi Kegiatan Dan Kehidupan Partisipan Sehari-hari	41
4.3.2	Observasi Hubungan Partisipan Dengan Peneliti	41
4.3.3	Observasi Partisipan Berdasarkan Chinese Medicine.....	41
4.3.3.1	Terapi Pertama Pada tanggal 25 Maret 2020 (Kunjungan Pertama).....	42
4.3.3.2	Terapi Kedua Pada tanggal 27 Maret 2020 (Kunjungan Ke-2)	45
4.3.3.3	Terapi Ketiga Pada tanggal 29 Maret 2020 (Kunjungan Ke-3).....	48
4.3.3.4	Terapi Keempat Pada tanggal 31 Maret 2020 (Kunjungan Ke-4)	51
4.3.3.5	Terapi Kelima Pada tanggal 02 April 2020 (Kunjungan Ke-5).....	53
4.3.3.6	Terapi Keenam Pada tanggal 04 April 2020 (Kunjungan Ke-6)	56
4.3.3.7	Terapi Ketujuh Pada tanggal 06 April 2020 (Kunjungan Ke-7)	59
4.3.3.8	Terapi Kedelapan Pada tanggal 08 April 2020 (Kunjungan Ke-8).....	62
4.3.3.9	Terapi Kesembilan Pada tanggal 10 April 2020 (Kunjungan Ke-9).....	64

4.3.3.10	Terapi Kesepuluh Pada tanggal 12 April 2020 (Kunjungan Ke-10).....	67
4.4	Diagnosis Kasus	70
4.5	Penatalaksanaan Terapi Yang Telah Diberikan	71
4.6	Keterbatasan Penelitian	72
4.7	Perjalanan Terapi	72
4.8	Pembahasan.....	77
4.8.1	Perjalanan Penyakit Berdasarkan Teori	77
4.8.2	Perjalanan Sindrom Berdasarkan Teori.....	77
4.9	Penjelasan Terapi	78
4.9.1	Mekanisme Akupunktur Dapat Menyembuhkan Insomnia Menurut Kedokteran Barat (<i>Western Medicine</i>).....	78
4.9.2	Mekanisme Akupunktur Dapat Menyembuhkan Insomnia Menurut Kedokteran Timur (<i>Eastern Medicine</i>)	78
BAB 5 SIMPULAN DAN SARAN		
5.1	Simpulan	80
5.2	Saran.....	80
DAFTAR PUSTAKA		
LAMPIRAN		

DAFTAR TABEL

Daftar Tabel	Halaman
Tabel 2.1 Rata-rata Jumlah Tidur Per Hari	9
Tabel 2.2 Perbandingan Fisiologi Tidur Menurut Pengobatan Barat dan Pengobatan Cina Klasik	23



DAFTAR GAMBAR

<u>Daftar Gambar</u>	<u>Halaman</u>
Gambar 2.1 Bagan Kerangka Konsep Asuhan Akupunktur Pada Lansia Penderita Insomnia di Rumah Asuh Lansia Griya Asih Lawang.....	32
Gambar 3.1 Bagan Kerangka Kerja Asuhan Akupunktur Pada Lansia Penderita Insomnia di Rumah Asuh Lansia Griya Asih Lawang.....	35



DAFTAR SINGKATAN DAN ISTILAH

DAFTAR SINGKATAN

BZDs	: Benzodiazepine
CBT	: <i>Cognitive Behavioral Therapy</i>
CM	: <i>Chinese Medicine</i>
EEG	: Elektroensefalogram
PHK	: Pemutusan Hubungan Kerja
REM	: <i>Rapid Eye Movement</i>
WHO	: <i>World Health Organization</i>



DAFTAR ISTILAH



<i>Acus</i>	: Jarum
<i>Anonimity</i>	: Tanpa nama
<i>Coding</i>	: Kode
<i>Confidentiality</i>	: Kerahasiaan
<i>Devisit</i>	: Kekurangan
<i>Disinhibiting Effect</i>	: Efek menghambat
<i>Elderly</i>	: Usia lanjut
<i>Gan</i>	: Hati
<i>Hang Over</i>	: Ketergantungan
<i>High Arousal State</i>	: Angka Harapan Hidup
<i>Hun</i>	: Elemen kayu
<i>Informed Consent</i>	: Persetujuan
<i>Intensifying Daytime Sleepiness</i>	: Mengintensifkan kantuk siang hari
<i>Jiao</i>	: Saluran
<i>Long Acting</i>	: Jangka waktu yang lama
<i>Meridian</i>	: Saluran jalur energi
<i>Middle Age</i>	: Usia pertengahan
<i>Mien</i>	: Tidur nyenyak
<i>Old</i>	: Usia lanjut tua
<i>Po</i>	: Elemen logam
<i>Puncture</i>	: Tusuk
<i>Qi</i>	: Energi
<i>Qie</i>	: Perabaan (Palpasi)

<i>Rage Reaction</i>	: Reaksi kemarahan
<i>Shen</i>	: Semangat atau roh
<i>Shen</i>	: Elemen api
<i>Short Acting</i>	: Jangka waktu yang pendek
Sindrom	: Kesimpulan yang berbentuk kalimat pendek
<i>Very Old</i>	: Usia sangat tua
<i>Wang</i>	: Pengamatan (Inspeksi)
<i>Wei Qi</i>	: Energi pertahanan
<i>Wen</i>	: Wawancara (Anamnesis)
<i>Wen</i>	: Pendengaran (Auskultasi) dan Penciuman (Olfaksi)
<i>Xin</i>	: Jantung
<i>Xu</i>	: Kurang
<i>Xue</i>	: Darah
<i>Yang</i>	: Sesuatu yang bersifat panas, terang
<i>Yang Qiao Mai</i>	: Meridian motilitas
<i>Yi</i>	: Elemen tanah
<i>Yin</i>	: Segala sesuatu yang bersifat dingin, gelap
<i>Zang Fu</i>	: Organ dalam tubuh
<i>Zhi</i>	: Elemen air

DAFTAR LAMPIRAN

Judul Lampiran

- Lampiran 1** Jadwal Kegiatan Penelitian Penyusunan Tugas Akhir
- Lampiran 2** Surat Permohonan Izin Pengambilan Data
- Lampiran 3** Surat Balasan Izin Pengambilan Data dan Melakukan Penelitian
- Lampiran 4** Lembar Permohonan Menjadi Partisipan
- Lampiran 5** Lembar Persetujuan Menjadi Partisipan (*Informed Consent*)
- Lampiran 6** Tabel Kunjungan Terapi
- Lampiran 7** Lembar Data Partisipan
- Lampiran 8** Kartu Bimbingan Tugas Akhir
- Lampiran 9** Daftar Titik Akupunktur Untuk Insomnia
- Lampiran 10** Foto Penelitian

