

BAB 4

HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Penelitian

4.1.1 Gambaran Lokasi Penelitian

Penelitian dilakukan di Klinik Akupunktur Pakualaman yang berada di Jl. Purwanggan No. 55 A Pakualaman Kota Yogyakarta. Klinik Akupunktur Pakualaman Yogyakarta melayani Asuhan Akupunktur, dengan jumlah tempat tidur sebanyak 5 buah. Perlengkapan Asuhan Akupunktur yang disediakan berupa: jarum Akupunktur dengan berbagai ukuran, moksa, elektro stimulator, lampu infra merah, *Thermal Deep Penetration* (TDP), *Alcohol Swabs*, kapas steril, alkohol 70%, tempat bekas jarum, dan alat/bahan lain sesuai dengan kebutuhan. Pengumpulan data dilakukan di ruang konsultasi yang tertutup dan privasi. Asuhan Akupunktur dilakukan di ruangan Asuhan Akupunktur yang bersih, rapi, dan steril, lengkap dengan tirai, cahaya terang, dengan sirkulasi udara yang bagus dan sehat.

4.1.2 Karakteristik Partisipan

Nomor Register : 107/20/02/2020.
Tanggal Datang : 23-03-2020.
Nama : Nn. N.
Tgl lahir / Umur : 28-11-1998 / 21 tahun.
Jenis Kelamin : Perempuan.
Agama : Islam.
Pekerjaan : Mahasiswi.

Alamat Tinggal : Jl. Nangka II Gg. Persada 25. Paingan. RT 20 / RW 04.
Sleman. Daerah Istimewa Yogyakarta.

Nomor Telepon : 085101152116.

4.1.3 Tata Laksana Asuhan Akupunktur

Dalam penelitian ini, Asuhan Akupunktur dilaksanakan sesuai rencana sebanyak 6 kali sesi terapi. Asuhan pertama dimulai pada hari Senin tanggal 23 Maret 2020. Data hasil Asuhan Akupunktur yang sudah terkumpul diidentifikasi dan dipilih yang mempunyai nilai diagnostik untuk dilakukan reduksi data. Hasilnya adalah sebagai berikut:



Tabel 4.1 Ringkasan Tahapan Tata Laksana Terapi Akupunktur

No.	Tahap	Terapi 1 23 Maret 2020	Terapi 2 25-03-2020	Terapi 3 27-03-2020	Terapi 4 30-03-2020	Terapi 5 01-04-2020	Terapi 6 03-04-2020
1.	PEMERIKSAAN						
	Pengamatan (Wang)	Keadaan Shen: Cahaya mata: Redup. Warna wajah: Pucat. Mimik muka: Tampak lelah. Muram. Merenung.	Keadaan Shen: Cahaya mata: Redup. Warna wajah: Pucat. Mimik muka: Sudah alami tidak tampak lelah dan muram merenung.	Keadaan Shen: Cahaya mata: Redup. Warna wajah: Tidak pucat mulai kemerahan. Mimik muka: Berseri, tidak tampak lelah dan muram merenung.	Keadaan Shen: Cahaya mata: Terang. Warna wajah: Tidak pucat mulai kemerahan. Mimik muka: Berseri.	Keadaan Shen: Cahaya mata: Terang. Warna wajah: Tidak pucat mulai kemerahan. Mimik muka: Berseri.	Keadaan Shen: Cahaya mata: Terang. Warna wajah: Sudah kemerahan. Mimik muka: Berseri.
		Keadaan Wajah: Warna kulit wajah: Putih pucat. Kesegaran kulit wajah: Suram.	Keadaan Wajah: Warna kulit wajah: Putih pucat. Kesegaran kulit wajah: Suram.	Keadaan Wajah: Warna kulit wajah: Tidak pucat mulai kemerahan. Kesegaran kulit wajah: Segar.	Keadaan Wajah: Warna kulit wajah: Tidak pucat mulai kemerahan. Kesegaran kulit wajah: Segar.	Keadaan Wajah: Warna kulit wajah: Tidak pucat mulai kemerahan. Kesegaran kulit wajah: Segar.	Keadaan Wajah: Warna kulit wajah: Tidak pucat mulai kemerahan. Kesegaran kulit wajah: Segar.
		Keadaan Tubuh: Bagian wajah: - Mimik: Tampak lelah. Mata: - Warna: Kemerahan. Mulut / bibir: - Warna dan kesegaran: Merah	Keadaan Tubuh: Bagian wajah: - Mimik: Tampak alami. Mata: - Warna: Kemerahan. Mulut / bibir: - Warna dan kesegaran: Merah	Keadaan Tubuh: Bagian wajah: - Mimik: Tampak alami. Mata: - Warna: Kemerahan. Mulut / bibir: - Warna dan kesegaran: Merah	Keadaan Tubuh: Bagian wajah: - Mimik: Tampak alami. Mata: - Warna: Kemerahan. Mulut / bibir: - Warna dan kesegaran: Merah	Keadaan Tubuh: Bagian wajah: - Mimik: Tampak alami. Mata: - Warna: Kemerahan. Mulut / bibir: - Warna dan kesegaran:	Keadaan Tubuh: Bagian wajah: - Mimik: Tampak alami. Mata: - Warna: Kemerahan. Mulut / bibir: - Warna dan kesegaran:

		pucat. Kering.	pucat. Kering.	pucat. Kering.	pucat. Kering.	Merah pucat. Kering.	Merah pucat. Kering.
		Lidah: Otot Lidah: Ada tapak gigi. Ada retakan di tengah lidah.	Lidah: Otot Lidah: Ada tapak gigi. Ada retakan di tengah lidah.	Lidah: Otot Lidah: Ada tapak gigi. Ada retakan di tengah lidah.	Lidah: Otot Lidah: Ada tapak gigi. Ada retakan di tengah lidah.	Lidah: Otot Lidah: Tapak gigi berkurang. Retakan di tengah lidah berkurang.	Lidah: Otot Lidah: Tapak gigi berkurang. Retakan di tengah lidah berkurang.
	Pendengaran- Penciuman (Wen)	Pendengaran (auskultasi): - Keluarnya suara: Lirih.	Pendengaran (auskultasi): - Keluarnya suara: Lirih.	Pendengaran (auskultasi): - Keluarnya suara: Lirih.	Pendengaran (auskultasi): - Keluarnya suara: Mulai kuat.	Pendengaran (auskultasi): - Keluarnya suara: Kuat.	Pendengaran (auskultasi): - Keluarnya suara: Kuat.
	Wawancara (Wen)	Keluhan Utama: Susah tidur sejak 1 bulan yang lalu. Keluhan Tambah: Kepala pusing.	Keluhan Utama: Susah tidur sejak 1 bulan yang lalu. Keluhan Tambah: Kepala pusing.	Keluhan Utama: Susah tidur sejak 1 bulan yang lalu. Keluhan Tambah: Kepala pusing.	Keluhan Utama: Susah tidur sejak 1 bulan yang lalu. Keluhan Tambah: Kepala pusing.	Keluhan Utama: Susah tidur sejak 1 bulan yang lalu. Keluhan Tambah: Kepala pusing.	Keluhan Utama: Susah tidur sejak 1 bulan yang lalu. Keluhan Tambah: Kepala pusing.
		Sejarah penyakit sekarang: - Keadaan terjadinya penyakit: Susah tidur sejak 1 bulan yang lalu. Saat banyak tugas kuliah sering begadang sampai larut malam dan paginya langsung kuliah kembali.	Sejarah penyakit sekarang: - Keadaan terjadinya penyakit: Susah tidur sejak 1 bulan yang lalu. Saat banyak tugas kuliah sering begadang sampai larut malam dan paginya langsung kuliah kembali.	Sejarah penyakit sekarang: - Keadaan terjadinya penyakit: Susah tidur sejak 1 bulan yang lalu. Saat banyak tugas kuliah sering begadang sampai larut malam dan paginya langsung	Sejarah penyakit sekarang: - Keadaan terjadinya penyakit: Susah tidur sejak 1 bulan yang lalu. Saat banyak tugas kuliah sering begadang sampai larut malam dan paginya langsung	Sejarah penyakit sekarang: - Keadaan terjadinya penyakit: Susah tidur sejak 1 bulan yang lalu. Saat banyak tugas kuliah sering begadang sampai larut malam dan	Sejarah penyakit sekarang: - Keadaan terjadinya penyakit: Susah tidur sejak 1 bulan yang lalu. Saat banyak tugas kuliah sering begadang sampai larut malam dan

		- Perubahan keadaan penyakit: Keluhan diperburuk karena minum kopi.	- Perubahan keadaan penyakit: Keluhan diperburuk karena minum kopi.	kuliah kembali. - Perubahan keadaan penyakit: Keluhan diperburuk karena minum kopi.	kuliah kembali. - Perubahan keadaan penyakit: Keluhan diperburuk karena minum kopi.	paginya langsung kuliah kembali. - Perubahan keadaan penyakit: Keluhan diperburuk karena minum kopi.	paginya langsung kuliah kembali. - Perubahan keadaan penyakit: Keluhan diperburuk karena minum kopi.
		Sejarah pola hidup pribadi: - Sifat pekerjaan yang dilakukan, sifat kerja-istirahat, sifat kehidupansehari-hari: Pekerja otak. Banyak tugas kuliah sehingga sering tidur di atas jam 2 malam, bahkan menjelang pagi dan paginya ikut kuliah lagi. - Sifat kebiasaan pola makan minum: Tidak ada nafsu makan. Makan 2 kali sehari dengan porsi sedikit. - Kondisi kejiwaan:	Sejarah pola hidup pribadi: - Sifat pekerjaan yang dilakukan, sifat kerja-istirahat, sifat kehidupansehari-hari: Pekerja otak. Banyak tugas kuliah sehingga sering tidur di atas jam 2 malam, bahkan menjelang pagi dan paginya ikut kuliah lagi. - Sifat kebiasaan pola makan minum: Tidak ada nafsu makan. Makan 2 kali sehari dengan porsi sedikit. - Kondisi kejiwaan:	Sejarah pola hidup pribadi: - Sifat pekerjaan yang dilakukan, sifat kerja-istirahat, sifat kehidupansehari-hari: Pekerja otak. Banyak tugas kuliah sehingga sering tidur di atas jam 2 malam, bahkan menjelang pagi dan paginya ikut kuliah lagi. - Sifat kebiasaan pola makan minum: Tidak ada nafsu makan. Makan 2 kali sehari dengan porsi sedikit.	Sejarah pola hidup pribadi: - Sifat pekerjaan yang dilakukan, sifat kerja-istirahat, sifat kehidupansehari-hari: Pekerja otak. Banyak tugas kuliah sehingga sering tidur di atas jam 2 malam, bahkan menjelang pagi dan paginya ikut kuliah lagi. - Sifat kebiasaan pola makan minum: Tidak ada nafsu makan. Makan 2 kali sehari dengan porsi sedikit.	Sejarah pola hidup pribadi: - Sifat pekerjaan yang dilakukan, sifat kerja-istirahat, sifat kehidupansehari-hari: Pekerja otak. Banyak tugas kuliah sehingga sering tidur di atas jam 2 malam, bahkan menjelang pagi dan paginya ikut kuliah lagi. - Sifat kebiasaan pola makan minum: Nafsu makan mulai bertambah. Makan 3 kali	Sejarah pola hidup pribadi: - Sifat pekerjaan yang dilakukan, sifat kerja-istirahat, sifat kehidupansehari-hari: Pekerja otak. Banyak tugas kuliah sehingga sering tidur di atas jam 2 malam, bahkan menjelang pagi dan paginya ikut kuliah lagi. - Sifat kebiasaan pola makan minum: Nafsu makan mulai bertambah. Makan 3 kali

		Sering berpikir. Mudah cemas. Mudah lupa.	Sering berpikir. Mudah cemas. Mudah lupa.	- Kondisi kejiwaan: Sering berpikir. Mudah cemas. Mudah lupa.	- Kondisi kejiwaan: Sering berpikir. Mudah cemas. Mudah lupa.	sehari dengan porsi sedang. - Kondisi kejiwaan: Sering berpikir. Mudah cemas. Mudah lupa.	sehari dengan porsi sedang. - Kondisi kejiwaan: Sering berpikir. Mudah cemas. Mudah lupa.
		Gejala penyakit sekarang: - Keluhan rasa/sensasi pada bagian tubuh: Kepala pusing. Dada berdebar-debar. - Rasa haus: Ada rasa haus, tetapi tidak ingin minum. - Penglihatan: Sedikit kabur. - Tidur: Sulit memulai tidur. Tidur terganggu mimpi.	Gejala penyakit sekarang: - Keluhan rasa/sensasi pada bagian tubuh: Kepala pusing. Dada berdebar-debar. - Rasa haus: Ada rasa haus, tetapi tidak ingin minum. - Penglihatan: Sedikit kabur. - Tidur: Sulit memulai tidur. Tidur terganggu mimpi.	Gejala penyakit sekarang: - Keluhan rasa/sensasi pada bagian tubuh: Kepala pusing. Dada berdebar-debar. - Rasa haus: Ada rasa haus, tetapi tidak ingin minum. - Penglihatan: Sedikit kabur. - Tidur: Sulit memulai tidur. Tidur terganggu mimpi.	Gejala penyakit sekarang: - Keluhan rasa/sensasi pada bagian tubuh: Kepala pusing. Dada berdebar-debar. - Rasa haus: Ada rasa haus, tetapi tidak ingin minum. - Penglihatan: Sedikit kabur. - Tidur: Sulit memulai tidur. Tidur terganggu mimpi.	Gejala penyakit sekarang: - Keluhan rasa/sensasi pada bagian tubuh: Kepala pusing. Dada berdebar-debar. - Rasa haus: Ada rasa haus, sudah minum banyak air putih. - Penglihatan: Sedikit kabur. - Tidur: Sulit memulai tidur. Tidur terganggu mimpi.	Gejala penyakit sekarang: - Keluhan rasa/sensasi pada bagian tubuh: Kepala pusing sudah berkurang. Dada berdebar-debar sudah berkurang. - Rasa haus: Ada rasa haus, sudah minum banyak air putih. - Penglihatan: Sedikit kabur.
	Perabaan (Qie)	Perabaan titik khusus: HT 7 (<i>Shenmen</i>) enak tekan. BL 15 (<i>Xinshu</i>) enak tekan. BL 20 (<i>Pishu</i>) enak	Perabaan titik khusus: HT 7 (<i>Shenmen</i>) enak tekan. BL 15 (<i>Xinshu</i>) enak tekan. BL 20 (<i>Pishu</i>) enak	Perabaan titik khusus: HT 7 (<i>Shenmen</i>) enak tekan. BL 15 (<i>Xinshu</i>) enak tekan. BL 20 (<i>Pishu</i>)	Perabaan titik khusus: HT 7 (<i>Shenmen</i>) enak tekan. BL 15 (<i>Xinshu</i>) enak tekan. BL 20 (<i>Pishu</i>)	Perabaan titik khusus: HT 7 (<i>Shenmen</i>) enak tekan. BL 15 (<i>Xinshu</i>) enak tekan. BL 20 (<i>Pishu</i>)	Perabaan titik khusus: HT 7 (<i>Shenmen</i>) enak tekan. BL 15 (<i>Xinshu</i>) enak tekan. BL 20 (<i>Pishu</i>)

		tekan. Perabaan nadi: - Nadi umum: Tenggelam lemah kecil.	tekan. Perabaan nadi: - Nadi umum: Tenggelam lemah kecil.	enak tekan. Perabaan nadi: - Nadi umum: Tenggelam lemah kecil.	enak tekan. Perabaan nadi: - Nadi umum: Tenggelam lemah kecil.	enak tekan. Perabaan nadi: - Nadi umum: Tenggelam lemah kecil.	enak tekan. Perabaan nadi: - Nadi umum: Tenggelam lemah kecil.
	Data Tambahan	Tinggi Badan: 158 cm. Berat Badan: 52 kg.	Tinggi Badan: 158 cm. Berat Badan: 52 kg.	Tinggi Badan: 158 cm. Berat Badan: 52 kg.	Tinggi Badan: 158 cm. Berat Badan: 52 kg.	Tinggi Badan: 158 cm. Berat Badan: 52 kg.	Tinggi Badan: 158 cm. Berat Badan: 52 kg.
2.	DIAGNOSIS						
	Penyakit	Sulit tidur.					
	Sindrom	Defisiensi <i>Qi</i> Jantung dan Limpa.					
3.	PERENCANAAN						
	Prinsip Terapi dan Cara Terapi:	Tonifikasi <i>Qi</i> Jantung dan Limpa. Menguatkan <i>Qi</i> dan Darah. Menenangkan Pikiran.					
	Pemilihan Alat dan Bahan Terapi:	<ul style="list-style-type: none"> - Semua terapi ini menggunakan Jarum Akupunktur ukuran 25 mm dengan diameter 0,25 mm. - Kapas steril. - Alkohol 70%. - Elektrostimulator. - Bak bengkak, pinset, kom, botol jarum bekas. - Alat dan bahan yang lain sesuai dengan kebutuhan. 					
	Pemilihan Titik dan Cara Manipulasi:	<ul style="list-style-type: none"> - <i>Shenmen</i> (HT 7) dan <i>Xinshu</i> (BL 15). Fungsi: Menutrinsi Jantung dan menenangkan pikiran. Tonifikasi. - <i>Pishu</i> (BL 20) dan <i>Yinlingquan</i> (SP 9), merupakan titik <i>Shu</i> Belakang Limpa dan titik <i>He</i> Limpa. Fungsi: menguatkan fungsi Limpa untuk membentuk <i>Qi</i> dan Darah. Tonifikasi. - <i>Zusanli</i> (ST 36), <i>Sanyinjiao</i> (SP 6), dan <i>Qihai</i> (CV 6). Fungsi: Menguatkan <i>Jiao</i> Tengah untuk menghasilkan <i>Qi</i> dan Darah. Tonifikasi. - <i>Sishencong</i> (EX-HN 1), <i>Baihui</i> (GV 20), dan <i>Shenting</i> (GV 24). Fungsi: Menenangkan pikiran, menyembuhkan kecemasan, menyembuhkan <i>Insomnia</i>. Netral. 					
	Jadwal Terapi:	Terapi dilaksanakan sebanyak 3 kali seminggu sebanyak 6 kali terapi (2 minggu). Partisipan dianjurkan datang 2 hari lagi untuk terapi selanjutnya.					
	Anjuran dan Saran:	<ul style="list-style-type: none"> - Rutin Terapi Akupunktur sesuai dengan jadwal yang ditentukan. - Banyak minum air putih dan menghindari minuman yang dingin. 					

		<ul style="list-style-type: none"> - Makan yang teratur dan bergizi. - Istirahat yang cukup. - Hindari makanan yang pedas dan gorengan. - Hindari minum kopi.
4.	PELAKSANAAN	
	Persiapan fasilitas, alat, dan bahan	Memeriksa kebersihan dan kerapihan tempat tidur, jarum akupunktur filiform ukuran 25 mm x 0,25 mm, kapas steril, alkohol 70%, moksa batang, dan alat bantu (elektro stimulator).
	Persetujuan klien	Mengisi lembar <i>informed consent</i> yang meliputi tata cara tindakan pelayanan, tujuan tindakan alternatif tindakan lain, resiko, komplikasi, dan prognosis tindakan yang dilakukan. Persetujuan ini diberikan secara lisan dan tertulis dan ditandatangani oleh yang memberikan persetujuan.
	Penataan posisi klien	Partisipan dalam posisi yang paling nyaman selama terapi. Pasien diposisikan terlentang di atas dipan pasien.
	Dekontaminasi tangan	Tangan terapis dicuci terlebih dahulu dengan air sabun atau disterilisasi menggunakan alkohol 70% sebelum memasukkan atau mencabut jarum karena kapan pun ada risiko terjadi infeksi silang dari terapis atau antar pasien.
	Pemakaian Alat Pelindung Diri	Menggunakan sarung tangan untuk mencegah terjadinya infeksi. Sebelum memasukkan dan mencabut jarum, tangan terapis disterilisasi menggunakan alkohol 70% untuk mengurangi risiko infeksi silang dari terapis atau antar pasien.
	Persiapan jarum	Selalu menggunakan jarum baru, dan hanya dibuka pada saat hendak menusukkan jarum. Memeriksa apakah kondisi jarum masih bagus atau tidak, seperti apakah ada karat, bengkok, dan sebagainya.
	Persiapan lokasi penusukan	Titik Akupunktur yang dipilih disterilisasi menggunakan alkohol 70%.
	Durasi penjaruman.	Setelah ditusukkan, jarum akupunktur dibiarkan tertancap selama 30 menit. Setelah ditusukkan, elektroda elektro stimulator dipasang ke jarum Akupunktur. Dilakukan moksa pada titik tersebut.
	Pengumpulan jarum dan penghitungan jarum setelah dicabut	Mencabut, mengumpulkan, dan menghitung jarum bekas pakai untuk memastikan tidak ada jarum yang tertinggal di tubuh partisipan untuk selanjutnya dibuang ke dalam tempat sampah khusus jarum. Jarum bersifat sekali pakai untuk 1 pasien dalam 1 kali pengobatan.
	Dekontaminasi peralatan	Peralatan disemprot/diseka dengan menggunakan alkohol 70%, selanjutnya disteril ke alat steril ultraviolet.
	Kesiapsiagaan	Peneliti menunggu di samping partisipan, segera mengambil tindakan jika terjadi efek samping yang tidak diinginkan.

	Tanggapan Tindakan (Responsi)	Menanyakan pendapat partisipan tentang proses penjaruman, perubahan keluhan utama dan keluhan tambahan, atau ketidaknyamanan.					
	Pencegahan risiko trauma dan cedera	Melakukan tindakan terapi sesuai SOP untuk mencegah terjadinya trauma/cedera, demi kenyamanan pasien. Memberikan saran kepada partisipan agar tidak merubah posisi tubuh, tidak segan-segan minta bantuan atau memanggil terapis jika terasa tidak nyaman.					
	Pengenaan kembali pakaian klien	Mempersilahkan atau membantu partisipan untuk mengenakan pakaian semula kembali ketika tindakan terapi sudah berakhir.					
	Penyimpanan benda tajam	Memastikan semua jarum atau benda tajam yang membahayakan klien disimpan di dalam tempat khusus.					
	Ketaatan azas kesehatan dan keselamatan	Tindakan Akupunktur dilakukan mengutamakan kesehatan dan keselamatan partisipan agar tidak terjadi hal-hal yang tidak diinginkan.					
5.	EVALUASI SETELAH TERAPI						
5.1	EVALUASI PROSES						
	Daerah bekas tusukan Jarum Akupunktur	Berwarna kemerahan. Tidak ada perdarahan bawah kulit. Daerah bekas moksa tidak melepuh.	Berwarna kemerahan. Tidak ada perdarahan bawah kulit. Daerah bekas moksa tidak melepuh.	Berwarna kemerahan. Tidak ada perdarahan bawah kulit. Daerah bekas moksa tidak melepuh.	Berwarna kemerahan. Tidak ada perdarahan bawah kulit. Daerah bekas moksa tidak melepuh.	Berwarna kemerahan. Tidak ada perdarahan bawah kulit. Daerah bekas moksa tidak melepuh.	Berwarna kemerahan. Tidak ada perdarahan bawah kulit. Daerah bekas moksa tidak melepuh.
	Pengamatan (Wang)	Mimik muka: Sudah alami tidak tampak lelah, muram, dan merenung.	Mimik muka: Sudah alami tidak tampak lelah, muram, dan merenung.	Warna wajah: Tidak pucat mulai kemerahan. Mimik muka: Berseri, tidak tampak lelah dan muram merenung.	Cahaya mata: Terang. Warna wajah: Tidak pucat mulai kemerahan. Mimik muka: Berseri, tidak tampak lelah dan	Cahaya mata: Terang. Warna wajah: Tidak pucat mulai kemerahan. Mimik muka: Berseri, tidak	Cahaya mata: Terang. Warna wajah: Tidak pucat mulai kemerahan. Mimik muka: Berseri, tidak

					muram merenung.	tampak lelah dan muram merenung.	tampak lelah dan muram merenung.
	Pendengaran (Wen)	Belum ada perubahan.	Belum ada perubahan.	Belum ada perubahan.	Keluarnya suara: Mulai kuat.	Keluarnya suara: Kuat.	Keluarnya suara: Kuat.
	Wawancara (Wen)	Belum ada perubahan.	Ada perubahan membaik pada partisipan, yaitu setelah Terapi Akupunktur partisipan bisa tidur mulai pukul 23.00 dan terbangun pukul 05.00 dan keluhan kepala pusing sudah hilang.	Ada perubahan membaik pada partisipan, yaitu setelah Terapi Akupunktur partisipan mulai tidur pukul 24.00 (dikarenakan harus mengerjakan tugas kuliah) dan terbangun pukul 05.00, tidur masih terganggu mimpi, tetapi sudah tidak terlalu mengganggu pikiran.	Ada perubahan membaik pada partisipan, yaitu setelah Terapi Akupunktur partisipan tidurnya sudah lebih pulas dan kadang masih terganggu mimpi tetapi sudah tidak terlalu mengganggu. Partisipan tidur pukul 23.00 sampai pukul 05.30.	Ada perubahan membaik pada partisipan, yaitu setelah Terapi Akupunktur partisipan mengatakan dapat tidur lebih awal yaitu pukul 22.00 dan terbangun pukul 05.00, tidurnya sudah lebih nyenyak dan tidak mudah terbangun di malam hari.	Ada perubahan membaik pada partisipan, yaitu setelah Terapi Akupunktur partisipan mengatakan sekarang sudah bisa tidur lebih awal yaitu pukul 22.00 atau 22.30 dan bangun kurang lebih pukul 05.00. Tidur sudah lebih nyenyak, sudah merasa nyaman untuk tidur, dan saat bangun tidur merasa lebih segar.
	Perabaan (Qie)	Belum ada perubahan.	Belum ada perubahan.	Belum ada perubahan.	Belum ada perubahan.	Belum ada perubahan.	Belum ada perubahan.
5.1	EVALUASI HASIL						
	Kelayakan kelanjutan terapi	Layak dilanjutkan.	Layak dilanjutkan.	Layak dilanjutkan.	Layak dilanjutkan.	Layak dilanjutkan.	Selesai terapi.

6	PROGNOSIS DAN KESIMPULAN						
	Prognosis	Baik	Baik	Baik	Baik	Baik	Baik
	Kesimpulan	Akupunktur membantu partisipan merasa lebih nyaman dengan semua keluhan.	Akupunktur membantu partisipan dalam meringankan keluhan utama sulit tidur.	Akupunktur membantu partisipan dalam meringankan keluhan utama sulit tidur.	Akupunktur membantu partisipan dalam meringankan keluhan utama sulit tidur.	Akupunktur membantu partisipan dalam meringankan keluhan utama sulit tidur.	Akupunktur membantu partisipan dalam meringankan keluhan utama sulit tidur.



4.2 Pembahasan Hasil Penelitian

4.2.1 Pembahasan pada Pemeriksaan

Hasil pemeriksaan pada pertemuan 1 (23 Maret 2020) didapatkan data sebagai berikut:

- Keluhan Utama: Keluhan Utama: Susah tidur sejak 1 bulan yang lalu.
Keluhan Tambahan: Kepala pusing.
- Hasil pemeriksaan Pengamatan (*Wang*): Cahaya mata: Redup. Warna wajah: Pucat. Mimik muka: Tampak lelah. Muram. Merenung. Warna kulit wajah: Putih pucat. Kesegaran kulit wajah: Suram. Mulut / Bibir: Merah pucat. Kering. Lidah: Otot Lidah: Ada tapak gigi. Ada retakan di tengah lidah.
- Hasil pemeriksaan Pendengaran-Penciuman (*Wen*): Keluarnya suara: Lirih.
- Hasil pemeriksaan Wawancara (*Wen*): Sejarah penyakit sekarang: Susah tidur sejak 1 bulan yang lalu. Saat banyak tugas kuliah sering begadang sampai larut malam dan paginya langsung kuliah kembali. Keluhan diperburuk karena minum kopi. Belum pernah melakukan terapi.
Sejarah pola hidup pribadi klien: Pekerja otak. Banyak tugas kuliah sehingga sering tidur di atas jam 2 malam, bahkan menjelang pagi dan paginya ikut kuliah lagi.
Kondisi kejiwaan: Sering berpikir. Mudah cemas. Mudah lupa.
Gejala penyakit sekarang: Kepala pusing. Dada berdebar-debar. Tidak ada nafsu makan. Makan 2 kali sehari dengan porsi sedikit. Ada rasa haus tetapi tidak ingin minum. Penglihatan sedikit kabur. Sulit memulai tidur. Tidur terganggu mimpi.

- Hasil pemeriksaan Perabaan (*Qie*): Perabaan titik khusus: HT 7 (*Shenmen*) enak tekan. BL 15 (*Xinshu*) enak tekan. BL 20 (*Pishu*) enak tekan. Nadi umum: Dalam lemah kecil.

Hasil pemeriksaan pada pertemuan 6 (03-04-2020) didapatkan data sebagai berikut:

- Keluhan Utama: Ada perubahan membaik pada partisipan, yaitu setelah Terapi Akupunktur partisipan mengatakan sekarang sudah bisa tidur lebih awal yaitu pukul 22.00 atau 22.30 dan bangun kurang lebih pukul 05.00. Tidur sudah lebih nyenyak, sudah merasa nyaman untuk tidur, dan saat bangun tidur merasa lebih segar.
- Hasil pemeriksaan Pengamatan (*Wang*): Mimik muka: Segar. Warna kulit wajah: Kemerahan. Lidah: Gemuk, warna merah muda, bintik biru menghilang. Keadaan Shen: Cahaya mata: Terang. Warna wajah: Sudah kemerahan. Mimik muka: Berseri. Keadaan Wajah: Warna kulit wajah: Tidak pucat mulai kemerahan. Kesegaran kulit wajah: Segar. Keadaan Tubuh: Bagian wajah: Mimik: Tampak alami. Mulut / Bibir: Warna dan kesegaran: Merah pucat. Kering. Lidah: Otot Lidah: Tapak gigi berkurang. Retakan di tengah lidah berkurang.
- Hasil pemeriksaan Pendengaran-Penciuman (*Wen*): Keluarnya suara: Kuat.
- Hasil pemeriksaan Wawancara (*Wen*): Gejala penyakit sekarang: Kepala pusing sudah berkurang. Dada berdebar-debar sudah berkurang. Nafsu makan mulai bertambah. Makan 3 kali sehari dengan porsi sedang. Rasa haus: Ada rasa haus, sudah minum banyak air putih. Penglihatan: Sedikit kabur.

- Hasil pemeriksaan Perabaan (*Qie*): Perabaan titik khusus: HT 7 (*Shenmen*) enak tekan. BL 15 (*Xinshu*) enak tekan. BL 20 (*Pishu*) enak tekan. Nadi umum: Dalam lemah kecil.

Terdapat beberapa perbedaan hasil pemeriksaan pada pertemuan 1 (23 Maret 2020) dengan hasil pemeriksaan pada pertemuan 6 (03-04-2020). Sangat wajar dan memang diharapkan jika gejala dan tanda hasil pemeriksaan pada partisipan berubah menjadi lebih baik, karena partisipan mematuhi dan melaksanakan Terapi Akupunktur rutin sesuai jadwal serta melaksanakan anjuran dan saran dari Akupunktur Terapis sehingga gejala dan tanda yang tampak sebelum diterapi menjadi hilang pada sesi terapi pertemuan 6 (03-04-2020).

4.2.2 Pembahasan pada Diagnosis

Berdasarkan reduksi data hasil pemeriksaan tersebut di atas, ditentukan bahwa Diagnosis Akupunktur yang ditegakkan pada pertemuan 1 (23 Maret 2020) adalah Sulit tidur dengan Sindrom Defisiensi *Qi* Jantung dan Limpa. Setelah dilakukan sesi terapi hingga mencapai 6 kali terapi, Diagnosis Akupunktur yang ditegakkan pada pertemuan 6 (03-04-2020) masih tetap Sulit tidur dengan Sindrom Defisiensi *Qi* Jantung dan Limpa tetapi partisipan sudah mengalami perbaikan.

4.2.3 Pembahasan pada Terapi

Berdasarkan Diagnosis pada pertemuan 1 (23 Maret 2020) hingga pertemuan 6 (03-04-2020), di mana hasilnya semuanya sama, yaitu Sulit tidur dengan Sindrom Defisiensi *Qi* Jantung dan Limpa, maka ditentukanlah Prinsip dan Cara Terapi: Tonifikasi *Qi* Jantung dan Limpa. Menguatkan *Qi* dan Darah.

Menenangkan Pikiran.. Untuk Titik Akupunktur yang digunakan adalah sebagai berikut (Yin, 2000):

1. *Shenmen* (HT 7) dan *Xinshu* (BL 15). Fungsi: Menutrasi Jantung dan menenangkan pikiran. Tonfikasi.
2. *Pishu* (BL 20) dan *Yinlingquan* (SP 9), merupakan titik *Shu* Belakang Limpa dan titik *He* Limpa. Fungsi: menguatkan fungsi Limpa untuk membentuk *Qi* dan Darah. Tonfikasi.
3. *Zusanli* (ST 36), *Sanyinjiao* (SP 6), dan *Qihai* (CV 6). Fungsi: Menguatkan *Jiao* Tengah untuk menghasilkan *Qi* dan Darah. Tonfikasi.
4. *Sishencong* (EX-HN 1), *Baihui* (GV 20), dan *Shenting* (GV 24). Fungsi: Menenangkan pikiran, menyembuhkan kecemasan, menyembuhkan Insomnia. Netral.

Pada studi kasus ini, Terapi Akupunktur dikombinasikan dengan Hipnoterapi. Hipnoterapi membantu merileksasikan tubuh sehingga dengan rileksasi ini dapat memberikan rasa nyaman untuk memenuhi kebutuhan tidur. Dalam kondisi rileks yang sempurna seluruh sel dalam tubuh akan mengalami reproduksi, penyembuhan alami berlangsung, produksi hormon tubuh diseimbangkan, dan pikiran mengalami penyegaran. Sehingga dapat meningkatkan pemenuhan kebutuhan tidur (Umar, 2008; Widada, 2010).

Hipnoterapi dilakukan satu kali yaitu pada 24 Maret 2020, satu hari setelah dilakukan Terapi Akupunktur yang pertama. Hipnosis bukan tidur, tetapi suatu wujud konsentrasi, kondisi tersebut terlihat berlawanan menggunakan hipnosis untuk membantu orang dengan gangguan tidur. Hipnosis dapat bermanfaat karena mempengaruhi keadaan dari relaksasi fisik yang sesuai dengan tidur serta

mengurangi frekuensi tidur bangun yang biasanya dihubungkan dengan kebingungan dan kecemasan (Spiegel, 1990).

Hal yang memicu keberhasilan terapi kombinasi Akupunktur dan Hipnoterapi pada kasus ini adalah partisipan yang rutin menjalani terapi sesuai dengan jadwal yang sudah ditentukan. Melaksanakan anjuran dan saran yang diberikan oleh terapis kepada partisipan, dan Titik Akupunktur yang diformulasikan pasti juga sangat berpengaruh dalam keberhasilan terapi.

Untuk Terapi Akupunktur pada kasus ini dilakukan sebanyak enam kali dan hipnoterapi satu kali. Proses tersebut sudah cukup mendapatkan hasil yang bagus. Untuk mendapatkan hasil yang lebih optimal, sebaiknya partisipan harus menjalankan Terapi Akupunktur sebanyak 12 kali (satu seri terapi).

4.3 Mekanisme Kerja Terapi Akupunktur untuk Mengatasi Insomnia

Terjadinya penyembuhan pada partisipan penderita Nyeri Haid tersebut di atas sesuai dengan teori mekanisme kerja Terapi Akupunktur sebagai berikut:

1. Terapi Akupunktur dalam kasus ini berfungsi untuk mentonifikasi Jantung dan Limpa, menguatkan *Qi* dan Darah, dan menenangkan pikiran, sehingga klien dapat memulai tidur dengan baik dan kualitas tidur juga menjadi baik (Yin, 2000).
2. Terapi Akupunktur dalam kasus ini dapat meregulasi neurotransmitter dan hormon, di mana keduanya berperan dalam meregulasi tidur serta meningkatkan kualitas tidur dan menghilangkan keluhan akibat insomnia seperti pusing (Huang, 2011).
3. Terapi Akupunktur dapat meningkatkan latensi tidur, kualitas tidur, dan dapat menghilangkan keluhan akibat insomnia melalui modulasi aktivitas sistem

saraf simpatis dan parasimpatis yang merupakan bagian dari sistem saraf otonom (Huang, 2011).

