

BAB 5

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Asuhan akupunktur pada pasien kesulitan tidur (*insomnia*) di Rumah Sehat “IS” Jakarta dapat ditarik kesimpulan, bahwa penatalaksanaan akupunktur telah dilakukan sesuai dengan tahapan pelaksanaan tindakan terapi akupunktur, yaitu:

- Pengumpulan data menggunakan instrumen Lembar data klien (LDK)
- Pereduksian data menggunakan empat cara pemeriksaan
- Penegakan diagnosis dan sindrom
- Penyusunan rencana asuhan
- Implementasi rencana asuhan
- Evaluasi setiap sesi terapi

Dari tahapan-tahapan penatalaksanaan Akupunktur yang penulis telah lakukan didapat hasil :

1. Ada perbaikan waktu tidur, klien sudah bisa tidur dibawah jam 24.00 dan lama tidur 5,5 – 6 jam.
2. Tidak bermimpi.
3. Kepala sudah tidak pusing.
4. Perut sudah tidak kembung.
5. Rasa pegal di badan, tangan dan kaki berkurang.

5.2 Saran

1. Bagi Institusi Pendidikan

Setelah diketahui pengaruh Akupunktur terhadap kasus gangguan kesulitan tidur mempunyai efektifitas yang baik, diharapkan hasil penelitian studi kasus ini dapat lebih dikembangkan, khususnya

Akupunktur untuk terapi Gangguan Kesulitan Tidur (*Insomnia*).

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Studi kasus ini dapat digunakan sebagai referensi penelitian bidang akupunktur terutama akupunktur untuk gangguan kesulitan tidur (*insomnia*), bahwa dengan melakukan penusukan jarum akupunktur pada titik-titik tertentu, dapat mengurangi ketegangan dan meningkatkan respon relaksasi, sehingga tercapai homeostatis tubuh. dan diharapkan jika waktu terapi lebih diperpanjang akan dapat memberikan hasil yang maksimal.

3. Bagi Profesi Akupunktur

Studi kasus ini dapat memberikan tambahan informasi, bahwa akupunktur dapat memberikan alternatif solusi penyembuhan bagi penderita insomnia.



DAFTAR PUSTAKA

- Anshori, M Isa. 2016. *Penanganan Insomnia dengan Terapi Akupunktur pada Titik Shenmen (HT 7), Zusanli (ST 36) dan Sanyinjiao (SP 6) serta Pemberian Herbal Infusa Biji Pala (Myristica Fragrans Hoult)* Tugas Akhir. Universitas Airlangga
- Dian Puspitha Candra. 2018. *Diagnosis dan Penanganan Insomnia Kronik*. Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. Rumah Sakit Umum Pusat Sanglah Denpasar
- Foks, Claudia. 2008. *Atlas Of Acupuncture*. Churchill Livingstone
- Ghaddafi, Muammar. 2013. *Tatalaksana Insomnia Dengan Farmakologi Atau Non-farmakologi*. Ilmu Psikiatri Fakultas Kedokteran Universitas Udayana.
- Maciocia, Giovanni. 1989. *The Foundations of Chinese Medicine*. Churchill Livingstone, Edinburgh.
- Marelli, S., Castelnuovo, A., Somma, A., Castronovo, V., Mombelli, S., & Bottoni, D. et al. (2020). *Impact of Covid 19 lockdown on sleep quality in university students and administration staff*. Journal Of Neurology. <https://doi.org/10.1007/s00415-020>
- Nurwati, Ida, Lilik Wijayanti, Endang Listyaningsih, Selfi Handayani, Balgis dan Paramasari Dirgahayu. 2020. *Modul Blok AKupunktur Medik2020*. Fakultas Kedokteran UNS
- Raf, Knowledge. 2018. *Insomnia dan Gangguan Tidur Lainnya*. Gramedia Digital Indonesia
- Sari, Asna Syafitri, Sigit Nugroho, 2014, *Persepsi Pasien Putri Physical Therapy Clinic terhadap Efektivitas Sport Massage dalam Mengatasi Penyebab Kesulitan Tidur*, Medikora, Vol. XIII No. 1
- Shi, L., Lu, Z., Que, J., Huang, X., Liu, L., & Ran, M. et al. (2020). *Prevalence of and Risk Factors Associated With Mental Health Symptoms Among the*

General Population in China During the Coronavirus Disease 2019 Pandemic. JAMA Network Open, 3(7), e2014053.
<https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2020.14053>

Sim Kie Jie. 1997. *Dasar Teori Ilmu Akupunktur, Identifikasi dan Klasifikasi Penyakit*, Gramedia

Sim Kie Jie. 2008. *Ilmu Terapi Akupunktur*, TCM Publication, Singapore

Supriyanto, Irwan. 2021. “*Penatalaksanaan Gangguan Tidur*”, *alomedika.com*, 15 Juli 2021. <https://www.alomedika.com/penyakit/psikiatri/gangguan-tidur/penatalaksanaan>.

Xiwen, Luo. 2008. *Introductory study of Huangdi Neijing*. China Press Of TCM

Yustium Semium. 2006. *Kesehatan Mental*. Penerbit Kanisius.

Zhanwen Liu and Liang Liu. 2009. *Essensial Of Chinese Medicine Vol 3*.

Springer Verlag London

