

BAB 5

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil evaluasi yang dilakukan, dapat disimpulkan bahwa Asuhan Akupunktur pada penderita Sindrom Kelelahan Kronis di Rumah Sehat "Y" Bali yang dilakukan selama 6 kali sesi terapi mendapatkan hasil sebagai berikut:

1. Partisipan merasa tubuh bertenaga.
2. Aktivitas lebih bersemangat.
3. Tidak mudah kelelahan.
4. Rasa kantuk di siang hari sudah tidak terasa.
5. Feses sudah berbentuk.
6. Cahaya mata bersinar, wajah segar, kondisi segar dan aktif.
7. Suara menjadi lebih lantang.

5.2 Saran

5.2.1 Bagi Akupunktur Terapis

Disarankan kepada Akupunktur Terapis untuk menggunakan hasil penelitian studi kasus ini dalam menambah wawasan tentang cara menangani kasus Sindrom Kelelahan Kronis menggunakan modalitas Akupunktur.

5.2.2 Bagi Institusi Pendidikan

Disarankan kepada institusi pendidikan untuk menggunakan hasil penelitian studi kasus ini sebagai bahan pustaka bagi kemajuan ilmu Akupunktur dan referensi studi kasus tentang Asuhan Akupunktur pada penderita Sindrom

Kelelahan Kronis.

5.2.3 Bagi Partisipan

Disarankan kepada partisipan yang telah mendapatkan manfaat langsung dari pelaksanaan penelitian studi kasus Asuhan Akupunktur untuk kasus Sindrom Kelelahan Kronis ini untuk dapat mengelola stress dengan bijak, membagi waktu antara bekerja dan istirahat, serta menyempatkan diri untuk *refreshing* sebagai bentuk pemulihan dan pencegahan.

5.2.4 Bagi Pembaca

Disarankan kepada pembaca yang telah mendapatkan ilmu atau informasi tambahan tentang Asuhan Akupunktur untuk kasus Sindrom Kelelahan Kronis. ini untuk menyebarkan informasi tentang manfaat Asuhan Akupunktur pada penderita Sindrom Kelelahan Kronis kepada masyarakat luas.



DAFTAR PUSTAKA

- Atika. (2018). Mengenal Sindrom Kelelahan Kronis yang Bikin Badan Lemas. <https://www.klikdokter.com/info-sehat/read/3610038/mengenal-sindrom-kelelahan-kronis-yang-bikin-badan-lemas>. Diakses Februari 2022.
- IACFS/ME. (2014). Cronic Fatigue Sindrome & Myalgic Encephalomyelitis Primer For Clinical Practioner 2014 Edition, [https:// growthzonesitesprod.azureedge.net/wpcontent/uploads/sites/1869/2020/10/Primer_Post_2014_conference.pdf](https://growthzonesitesprod.azureedge.net/wpcontent/uploads/sites/1869/2020/10/Primer_Post_2014_conference.pdf). Diakses Februari 2022.
- Maciocia, G. (2008) The Practice of Chinese Medicine: the Treatment of Diseases with Acupuncture and Chinese Herbs, 2nd Edition. Elsevier, Curchill Livingstone. London.
- Maciocia G (2019) Diagnosis in Chinese Medicine A Comprehensive Guide, 2nd Edition. Elsevier, Curchill Livingstone, London.
- Nursalim, A. (2019). Lakukan Ini untuk Mengatasi Sindrom Kelelahan Kronis. <https://www.klikdokter.com/info-sehat/berita-kesehatan/lakukan-ini-untuk-mengatasi-sindrom-kelelahan-kronis>. Diakses Februari 2022.
- Saryono. (2010). Metodologi Penelitian Kualitatif dalam Bidang Kesehatan. Yuha Medika. Yogyakarta.
- Sadock, B. J. et al. (2007). Synopsis of Psychiatry, 10 Ed. Lippincott Williams and Wilkins. Philadelphia.
- Saputra, K. (2005). Akupunktur Indonesia. Airlangga University Press. Surabaya.
- Triangto, M. (2021). Cara Tingkatkan Sistem Imun Paling Praktis: Perhatikan

Intensitas Olahraga, Ungkap dr. Michael Triangto.

<https://papuabarat.pikiran-rakyat.com/gaya-hidup/pr-2113029181/cara-tingkatkan-sistem-imun-paling-praktis-perhatikan-intensitas-olahraga-ungkap-dr-michael-triangto>. Diakses Februari 2022.

Wang, T., Xu, C., Pan, K., Xiong, H. (2017). Acupuncture and Moxibustion for Chronic Fatigue Syndrome in Traditional Chinese Medicine: a Systematic Review and Metaanalysis. *Complementary and Alternative Medicine*. DOI 10.1186/s12906-017-1647-x.

Yin et al. (2021). Acupuncture for Chronic Fatigue Syndrome: An Overview of Systematic Reviews. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32279152/>. Diakses Juli 2022.

Yi dan Al Stone. (2008). *Traditional Chinese Medicine, Diagnosis Study Guide*. Eastland Press, Inc. USA.

