

BAB 4

HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Gambaran Lokasi Penelitian

Lokasi tempat penelitian untuk studi kasus ini di Klinik Akupunktur “KH” Jakarta yang terletak di Jl. Boulevard Artha Gading, Kelapa Gading Barat. Lokasi ini tepat bagi peneliti maupun partisipan untuk melakukan terapi dikarenakan memang merupakan klinik akupunktur yang memiliki fasilitas yang mendukung asuhan akupunktur, dalam hal ini untuk kasus nyeri punggung bawah.

4.1.2 Karakteristik Partisipan

Tanggal Pertama Datang	: 16 Maret 2021
Nama	: CH
Tanggal Lahir / Umur	: 02 Januari 2001 / 20 tahun
Jenis Kelamin	: Perempuan
Agama	: Kristen
Pekerjaan	: Mahasiswa
Alamat	: Jl Bukit Gading Raya, Jakarta Utara
Nomor Telepon	: 0810-8897-9080

4.1.3 Tata Laksana Asuhan Akupunktur

Dalam penelitian studi kasus ini, Asuhan Akupunktur dilaksanakan sesuai rencana sebanyak 8 kali sesi terapi selama 4 minggu (2x/minggu) Asuhan pertama dimulai pada hari Selasa tanggal 16 Maret 2021.

Tabel 4.1 Jadwal Terapi Partisipan CH

Tahapan Terapi	Tanggal Sesi Terapi	Jam
1	Selasa, 16 Maret 2021	14.00 – 15.30
2	Kamis, 18 Maret 2021	
3	Selasa, 23 Maret 2021	
4	Kamis, 25 Maret 2021	
5	Selasa, 30 Maret 2021	
6	Kamis, 01 April 2021	
7	Selasa, 06 April 2021	
8	Kamis, 08 April 2021	

Data hasil Asuhan Akupunktur yang sudah terkumpul adalah sebagai berikut:



Tabel 4.2 Resume Tahapan Tata Laksana Terapi Akupunktur

No	Tahap	TERAPI 1 16 Maret 2021	TERAPI 2 18 Maret 2021	TERAPI 3 23 Maret 2021	TERAPI 4 25 Maret 2021	TERAPI 5 30 Maret 2021	TERAPI 6 01 April 2021	TERAPI 7 06 April 2021	TERAPI 08 08 April 2021
1	Pengamatan (Wang)	Mimik wajah bersemangat, mata bersinar, kulit putih bersih segar, postur tubuh miring ke arah kanan	Mimik wajah bersemangat, mata bersinar, kulit putih bersih segar, postur tubuh miring ke arah kanan	Mimik wajah bersemangat, mata bersinar, kulit putih bersih segar, postur tubuh miring ke arah kanan	Mimik wajah bersemangat, mata bersinar, kulit putih bersih segar, postur tubuh miring ke arah kanan	Mimik wajah bersemangat, mata bersinar, kulit putih bersih segar, postur tubuh mulai lurus	Mimik wajah bersemangat, mata bersinar, kulit putih bersih segar, postur tubuh mulai lurus	Mimik wajah bersemangat, mata bersinar, kulit putih bersih segar, postur tubuh tegap lurus	Mimik wajah bersemangat, mata bersinar, kulit putih bersih segar, postur tubuh tegap lurus
	Pendengaran (Wen)	Suara pelan, jelas nyambung	Suara pelan, jelas nyambung	Suara pelan, jelas nyambung	Suara pelan, jelas nyambung	Suara pelan, jelas nyambung	Suara pelan, jelas nyambung	Suara pelan, jelas nyambung	Suara pelan, jelas nyambung
	Wawancara awal (Wen)	Nyeri punggung bawah sejak 3 (tiga) minggu lalu akibat duduk selama lebih dari 8 jam di ruangan ber-AC, saat berdiri punggung bawah sebelah kiri tiba-tiba terasa ketarik, punggung bawah terasa nyeri dan kaku terutama saat berbaring dan memutarbalikkan badan, diperparah saat terkena dingin,	Nyeri punggung bawah terasa terutama saat berbaring dan memutarbalikkan badan, diperparah saat terkena dingin, BAB dan BAK lancar tidak terdapat kendala, suka makanan manis dan minum air es.	Nyeri punggung bawah terasa terutama saat berbaring dan memutarbalikkan badan, diperparah saat terkena dingin, BAB dan BAK lancar tidak terdapat kendala, suka makanan manis dan minum air es.	Nyeri punggung bawah hilang timbul, kambuh saat berbaring dan memutarbalikkan badan, otot punggung bawah masih kaku, diperparah saat terkena dingin, BAB dan BAK lancar tidak terdapat kendala, suka makanan manis namun sudah mengurangi minum air es.	Nyeri punggung bawah hilang timbul, terkadang kambuh saat berbaring dan memutarbalikkan badan, otot punggung bawah masih sedikit kaku, diperparah saat terkena dingin, BAB dan BAK lancar tidak terdapat kendala, suka makanan manis namun sudah mengurangi minum air es.	Nyeri punggung bawah jauh berkurang dan hampir tidak terasa, otot punggung bawah sudah tidak kaku, BAB dan BAK lancar tidak terdapat kendala, suka makanan manis namun sudah mengurangi minum air es.	Nyeri punggung bawah sudah tidak terasa, BAB dan BAK lancar tidak terdapat kendala, suka makanan manis namun sudah mengurangi minum air es.	Nyeri punggung bawah sudah tidak terasa, BAB dan BAK lancar tidak terdapat kendala, suka makanan manis namun sudah mengurangi minum air es.

		BAB dan BAK lancar tidak terdapat kendala, suka makanan manis dan minum air es.							
	Lidah	Lidah tidak gemuk tidak kurus, nadi dibawah lidah biru, warna merah muda pucat, berselaput putih tipis.	Lidah tidak gemuk tidak kurus, nadi dibawah lidah biru, warna merah muda pucat, berselaput putih tipis.	Lidah tidak gemuk tidak kurus, nadi dibawah lidah biru, warna merah muda pucat, berselaput putih tipis.	Lidah tidak gemuk tidak kurus, nadi dibawah lidah biru, warna merah muda pucat, berselaput putih tipis.	Lidah tidak gemuk tidak kurus, nadi dibawah lidah biru, warna merah muda, berselaput putih tipis.	Lidah tidak gemuk tidak kurus, nadi dibawah lidah biru, warna merah muda, berselaput putih tipis.	Lidah tidak gemuk tidak kurus, nadi dibawah lidah biru, warna merah muda, berselaput putih tipis.	Lidah tidak gemuk tidak kurus, nadi dibawah lidah biru, warna merah muda, berselaput putih tipis.
	Perabaan (Qie)	Titik Keluhan: Otot punggung bawah kaku, ditekan rasanya nyaman Titik Khusus: [nyaman tekan] Shenshu (BL 23) Dachangshu (BL 25)	Titik Keluhan: Otot punggung bawah kaku, ditekan rasanya nyaman Titik Khusus: [nyaman tekan] Shenshu (BL 23) Dachangshu (BL 25)	Titik Keluhan: Otot punggung bawah kaku, ditekan rasanya nyaman Titik Khusus: [nyaman tekan] Shenshu (BL 23) Dachangshu (BL 25)	Titik Keluhan: Otot punggung bawah kaku, ditekan rasanya nyaman Titik Khusus: [nyaman tekan] Shenshu (BL 23) Dachangshu (BL 25)	Titik Keluhan: Otot punggung bawah sedikit kaku, ditekan rasanya nyaman Titik Khusus: [nyaman tekan] Shenshu (BL 23) Dachangshu (BL 25)	Titik Keluhan: Otot punggung bawah tidak kaku Titik Khusus: [nyaman tekan] Shenshu (BL 23) Dachangshu (BL 25)	Titik Keluhan: Otot punggung bawah tidak kaku Titik Khusus: [nyaman tekan] Shenshu (BL 23) Dachangshu (BL 25)	Titik Keluhan: Otot punggung bawah tidak kaku Titik Khusus: [nyaman tekan] Shenshu (BL 23) Dachangshu (BL 25)
		Nadi umum: Tenggelam, lambat. Nadi khusus: Lambat, lemah.	Nadi umum: Tenggelam, lambat. Nadi khusus: Lambat, lemah.	Nadi umum: Tenggelam, lambat. Nadi khusus: Lambat, lemah.	Nadi umum: Tenggelam, lambat. Nadi khusus: Lambat, lemah.	Nadi umum: Tenggelam, lambat. Nadi khusus: Lambat, kuat.	Nadi umum: Tenggelam, lambat. Nadi khusus: Lambat, kuat.	Nadi umum: Tenggelam, lambat. Nadi khusus: Lambat, kuat.	Nadi umum: Tenggelam, lambat. Nadi khusus: Lambat, kuat.
2	Diagnosis	Penyakit: Nyeri Punggung Bawah							

		Sindrom: Lembap Dingin (Penyebab Penyakit Luar/PPL)		
3	Perencanaan	Prinsip Terapi dan Cara Terapi : Hilangkan faktor dingin lembap, hangatkan dan lancarkan meridian Qi Xue		
		Pemilihan Alat dan Bahan Terapi : Kapas alkohol 70% Moksa sate Jarum Filiform 1 cun (0.25 x 25 mm) 1.5 cun (0,25 x 40 mm) 2 cun (0,25 x 50 mm)		
		Pemilihan Titik dan Cara Manipulasi Shenshu (BL 23) (tonifikasi) – moksa jarum [menghilangkan dingin-lembap, menghangatkan, lancarkan meridian] Weizhong (BL 40) (sedasi) – tinggal jarum [menghilangkan lembap, melancarkan meridian, menghentikan sakit] Jinggu (BL 64) (sedasi) – tinggal jarum [menghilangkan lembap, melancarkan meridian, menghentikan sakit] Huantiao (GB 30) (sedasi) – tinggal jarum [menghilangkan faktor lembap]		
		Jadwal terapi: 8 kali terapi selama 4 minggu (2x/minggu)		
		Anjuran dan Saran: Menjaga postur tubuh (tegap), rutin olahraga ringan (<i>stretching</i>) setelah beberapa jam duduk, hindari mengangkat beban dengan posisi membungkuk dan hindari terlalu lama di ruangan ber-AC.		
4	Pelaksanaan	Persiapan fasilitas, alat, dan bahan	Partisipan datang ke klinik akupunktur “KH” Jakarta, disiapkan alat dan bahan: Kapas alkohol 70% Moksa sate Jarum Filiform 1 cun (0.25 x 25 mm) 1.5 cun (0,25 x 40 mm) 2 cun (0,25 x 50 mm) Ruangan disterilisasi dengan disinfektan, peralatan disterilisasi dengan menggunakan alkohol 70%.	
		Persetujuan klien	Menandatangani lembar persetujuan partisipan/ <i>informed consent</i> yang sudah ditandatangani tanggal 16 Maret 2021 sebelum melakukan tindakan.	
		Penataan posisi klien	Partisipan dalam posisi tertelungkup sesuai dengan titik akupunktur yang digunakan.	
		Dekontaminasi tangan	Tangan partisipan disterilisasi dengan <i>hand sanitizer</i> alkohol 70%, akupunkturis disterilisasi dengan <i>hand sanitizer</i> alkohol 70% sebelum memasukkan dan mencabut jarum. Setelah mencabut jarum, akupunkturis kembali mencuci tangan.	
		Pemakaian Alat Pelindung Diri	Masker dua lapis/ <i>double layer</i> (masker medis + kain)	

		Persiapan lokasi penusukan	Titik akupunktur yang dipilih disterilisasi menggunakan alkohol 70%.							
		Persiapan jarum	Selalu menggunakan jarum baru, dan hanya dibuka pada saat hendak mau menusukkan jarum. Memeriksa apakah kondisi jarum masih bagus atau tidak seperti apakah ada karat, bengkok, dsb.							
		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 kotak <i>disposafe</i> (khusus jarum medis) yang setiap bulan diambil oleh mitra medis.							
		Dekontaminasi	Ruangan disterilisasi dengan disinfektan, peralatan disterilisasi dengan menggunakan alkohol 70%.							
		Kesiapsiagaan	Peneliti menunggu di samping partisipan, segera mengambil tindakan jika terjadi efek samping yang tidak diinginkan.							
		Tanggapan Tindakan (Respons)	Menanyakan pendapat partisipan tentang proses terapi, perubahan keluhan utama dan keluhan tambahan, atau ketidaknyamanan.							
		Pencegahan risiko trauma dan cedera	Melakukan tindakan terapi sesuai SOP untuk mencegah terjadinya trauma/cedera, agar partisipan tidak takut dan merasa nyaman. Memberikan saran kepada partisipan agar tidak mengubah posisi tubuh saat terapi.							
		Pengenaan kembali pakaian klien	Mempersilahkan 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 asas kesehatan dan keselamatan	Tindakan akupunktur dilakukan mengutamakan kesehatan dan keselamatan partisipan agar tidak terjadi hal-hal yang tidak diinginkan.							
5	EVALUASI SETELAH TERAPI									
	Pengamatan (Wang)	Mimik wajah bersemangat, mata bersinar, kulit putih bersih segar, postur tubuh miring ke arah kanan	Mimik wajah bersemangat, mata bersinar, kulit putih bersih segar, postur tubuh miring ke arah kanan	Mimik wajah bersemangat, mata bersinar, kulit putih bersih segar, postur tubuh miring ke arah kanan	Mimik wajah bersemangat, mata bersinar, kulit putih bersih segar, postur tubuh miring ke arah kanan	Mimik wajah bersemangat, mata bersinar, kulit putih bersih segar, postur tubuh mulai lurus	Mimik wajah bersemangat, mata bersinar, kulit putih bersih segar, postur tubuh mulai lurus	Mimik wajah bersemangat, mata bersinar, kulit putih bersih segar, postur tubuh tegap lurus	Mimik wajah bersemangat, mata bersinar, kulit putih bersih segar, postur tubuh tegap lurus	

	Pendengaran (Wen)	Suara pelan, jelas nyambung	Suara pelan, jelas nyambung	Suara pelan, jelas nyambung	Suara pelan, jelas nyambung	Suara pelan, jelas nyambung	Suara pelan, jelas nyambung	Suara pelan, jelas nyambung	Suara pelan, jelas nyambung
	Wawancara Sesudah (Wen)	Nyeri punggung bawah terasa terutama saat berbaring dan memutarbalikkan badan, diperparah saat terkena dingin, setelah terapi merasa lebih tenang dan rileks.	Nyeri punggung bawah terasa terutama saat berbaring dan memutarbalikkan badan, diperparah saat terkena dingin, setelah terapi merasa lebih tenang dan rileks.	Nyeri punggung bawah terasa terutama saat berbaring dan memutarbalikkan badan, diperparah saat terkena dingin, setelah terapi merasa lebih tenang dan rileks.	Nyeri punggung bawah hilang timbul, terkadang kambuh saat berbaring dan memutarbalikkan badan, otot punggung bawah masih sedikit kaku, diperparah saat terkena dingin, setelah terapi merasa lebih rileks.	Nyeri punggung bawah hilang timbul, terkadang kambuh saat berbaring dan memutarbalikkan badan, otot punggung bawah masih sedikit kaku, diperparah saat terkena dingin, setelah terapi merasa lebih rileks.	Nyeri punggung bawah jauh berkurang dan hampir tidak terasa, otot punggung bawah sudah tidak kaku, setelah terapi merasa nyaman dan bersemangat.	Nyeri punggung bawah sudah tidak terasa, otot punggung bawah sudah tidak kaku, setelah terapi merasa nyaman dan bersemangat.	Nyeri punggung bawah sudah tidak terasa, otot punggung bawah sudah tidak kaku, setelah terapi merasa nyaman dan bersemangat.
	Lidah	Lidah tidak gemuk tidak kurus, nadi dibawah lidah biru, warna merah muda pucat, berselaput putih tipis.	Lidah tidak gemuk tidak kurus, nadi dibawah lidah biru, warna merah muda pucat, berselaput putih tipis.	Lidah tidak gemuk tidak kurus, nadi dibawah lidah biru, warna merah muda pucat, berselaput putih tipis.	Lidah tidak gemuk tidak kurus, nadi dibawah lidah biru, warna merah muda pucat berselaput putih tipis.	Lidah tidak gemuk tidak kurus, nadi dibawah lidah biru, warna merah muda, berselaput putih tipis.	Lidah tidak gemuk tidak kurus, nadi dibawah lidah biru, warna merah muda, berselaput putih tipis.	Lidah tidak gemuk tidak kurus, nadi dibawah lidah biru, warna merah muda, berselaput putih tipis.	Lidah tidak gemuk tidak kurus, nadi dibawah lidah biru, warna merah muda, berselaput putih tipis.
	Perabaan titik bernilai diagnostik (Qie)	[nyaman tekan] Shenshu (BL 23) Dachangshu (BL 25)	[nyaman tekan] Shenshu (BL 23) Dachangshu (BL 25)	[nyaman tekan] Shenshu (BL 23) Dachangshu (BL 25)	[nyaman tekan] Shenshu (BL 23) Dachangshu (BL 25)	[nyaman tekan] Shenshu (BL 23) Dachangshu (BL 25)	[nyaman tekan] Shenshu (BL 23) Dachangshu (BL 25)	[nyaman tekan] Shenshu (BL 23) Dachangshu (BL 25)	[nyaman tekan] Shenshu (BL 23) Dachangshu (BL 25)
		Nadi umum: Tenggelam, lambat.	Nadi umum: Tenggelam, lambat.	Nadi umum: Tenggelam, lambat.	Nadi umum: Tenggelam, lambat.	Nadi umum: Tenggelam, lambat.	Nadi umum: Tenggelam, lambat.	Nadi umum: Tenggelam, lambat.	Nadi umum: Tenggelam, lambat.

		Nadi khusus: Lambat, lemah.	Nadi khusus: Lambat, lemah.	Nadi khusus: Lambat, lemah.	Nadi khusus: Lambat, lemah.	Nadi khusus: Lambat, kuat.	Nadi khusus: Lambat, kuat.	Nadi khusus: Lambat, kuat.	Nadi khusus: Lambat, kuat.
	Perabaan lokasi sakit	Otot punggung bawah kaku, ditekan rasanya nyaman	Otot punggung bawah kaku, ditekan rasanya nyaman	Otot punggung bawah kaku, ditekan rasanya nyaman	Otot punggung bawah kaku, ditekan rasanya nyaman	Otot punggung bawah sedikit kaku, ditekan rasanya nyaman	Otot punggung bawah tidak kaku, ditekan rasanya nyaman	Otot punggung bawah tidak kaku, ditekan rasanya nyaman	Otot punggung bawah tidak kaku, ditekan rasanya nyaman
	Evaluasi hasil wawancara akhir	Partisipan merasa lebih nyaman dan rileks.	Partisipan merasa lebih nyaman dan rileks.	Partisipan merasa rileks, otot punggung bawah lebih nyaman.	Partisipan merasa rileks, otot punggung bawah lebih nyaman.	Partisipan merasa rileks, otot punggung bawah lebih nyaman dan postur tubuh mulai lurus dan tidak sakit saat membalikkan badan maupun berbaring.	Partisipan merasa rileks, otot punggung bawah lebih nyaman dan postur tubuh mulai lurus dan tidak sakit saat membalikkan badan maupun berbaring.	Partisipan tidak merasakan nyeri punggung bawah, leluasa berbalik dan berbaring ke segala posisi, postur tubuh sudah kembali lurus seperti semula, merasa rileks.	Partisipan tidak merasakan nyeri punggung bawah, leluasa berbalik dan berbaring ke segala posisi, postur tubuh sudah kembali lurus seperti semula, merasa rileks.
	Kelayakan kelanjutan terapi	Layak dilanjutkan	Layak dilanjutkan	Layak dilanjutkan	Layak dilanjutkan	Layak dilanjutkan	Layak dilanjutkan	Layak dilanjutkan untuk menyempurnakan hasil	Selesai
6	PROGNOSIS DAN KESIMPULAN								
	Prognosis	Baik	Baik	Baik	Baik	Baik	Baik	Baik	Baik
	Kesimpulan	Terapi akupunktur membuat partisipan merasa lebih nyaman dan tenang.	Terapi akupunktur membuat partisipan merasa lebih nyaman dan tenang.	Terapi akupunktur membuat partisipan merasa lebih nyaman dan tenang.	Akupunktur memberikan partisipan manfaat penyembuhan selain efek rasa nyaman dan tenang, dimana	Akupunktur memberikan partisipan manfaat penyembuhan selain efek rasa nyaman dan	Akupunktur memberikan partisipan manfaat penyembuhan selain efek rasa nyaman	Akupunktur memberikan partisipan manfaat penyembuhan selain efek rasa nyaman	Akupunktur memberikan partisipan manfaat penyembuhan selain efek rasa nyaman dan

					nyeri punggung bawah menjadi bersifat hilang timbul dengan kekakuan otot punggung bawah sudah berkurang.	tenang, dimana nyeri punggung bawah menjadi bersifat hilang timbul dengan kekakuan otot punggung bawah sudah berkurang sehingga postur tubuh partisipan mulai sedikit lurus.	dan tenang, dimana nyeri punggung bawah sudah hampir tidak terasa, otot punggung bawah sudah tidak kaku sehingga postur tubuh mulai sedikit lurus.	dan tenang, dimana nyeri punggung bawah sepenuhnya sudah tidak terasa, dan otot punggung bawah sudah tidak kaku sehingga postur tubuh dapat tegap lurus kembali.	tenang, dimana nyeri punggung bawah sepenuhnya sudah tidak terasa, dan otot punggung bawah sudah tidak kaku sehingga postur tubuh dapat tegap lurus kembali.
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--



4.2 Pembahasan Hasil Penelitian

4.2.1 Pembahasan Pemeriksaan

Terapi Sesi Pertama – 16 Maret 2021

- Setelah terapi akupunktur, partisipan merasa lebih nyaman dan tenang walaupun belum ada tanda-tanda kesembuhan dari keluhan nyeri punggung bawah.

Terapi Sesi Kedua – 18 Maret 2021

- Setelah terapi akupunktur, partisipan merasa lebih nyaman dan tenang walaupun belum ada tanda-tanda kesembuhan yang signifikan dari keluhan nyeri punggung bawah.

Terapi Sesi Ketiga – 23 Maret 2021

- Setelah terapi akupunktur, partisipan merasa lebih nyaman dan tenang walaupun belum ada tanda-tanda kesembuhan yang signifikan dari keluhan nyeri punggung bawah.

Terapi Sesi Keempat – 25 Maret 2021

- Setelah terapi akupunktur, partisipan merasa lebih nyaman dan tenang walaupun belum ada tanda-tanda kesembuhan yang signifikan dari keluhan nyeri punggung bawah.

Terapi Sesi Kelima – 30 Maret 2021

- Setelah terapi akupunktur, partisipan merasa lebih nyaman dan tenang, ditambah adanya tanda-tanda kesembuhan dari keluhan nyeri punggung bawah, dimana kekakuan otot punggung bawah berkurang dan nyeri punggung bawah menjadi bersifat hilang timbul.

Terapi Sesi Keenam – 01 April 2021

- Setelah terapi akupunktur, partisipan merasa lebih nyaman dan tenang, nyeri punggung bawah bersifat hilang timbul, kekakuan otot punggung

bawah berkurang sehingga postur tubuh partisipan mulai dapat sedikit lurus.

Terapi Sesi Ketujuh – 06 April 2021

- Setelah terapi akupunktur, partisipan merasa lebih nyaman dan tenang, terdapat efek kesembuhan dimana nyeri punggung bawah sudah tidak terasa, partisipan dapat berbaring ke segala arah tanpa nyeri, otot punggung bawah sudah tidak kaku sehingga postur tubuh partisipan tegap dan lurus.

Terapi Sesi Kedelapan – 08 April 2021

- Setelah terapi akupunktur, partisipan merasa lebih nyaman dan tenang, nyeri punggung bawah sudah tidak terasa, partisipan dapat berbaring ke segala arah tanpa nyeri, otot punggung bawah sudah tidak kaku sehingga postur tubuh partisipan tegap dan lurus.

4.2.2 Pembahasan pada Diagnosis

Partisipan mempunyai keluhan utama Nyeri Punggung Bawah, dengan hasil 4 (empat) cara pemeriksaan sebagai berikut:

1. *Wang* (Inspeksi): Shen bersinar, bersemangat
2. *Wen* (Auskultasi / Olfaksi): Tidak didapatkan kelainan patologis
3. *Wen* (Wawancara): Nyeri punggung bawah yang diperparah saat terkena dingin
4. *Qie* (Palpasi): Nadi umum tenggelam lambat, nadi khusus lambat-lemah.

Berdasarkan hasil 4 (empat) cara pemeriksaan pada partisipan, ditentukan bahwa partisipan mengalami Nyeri Punggung Bawah dengan sindrom Lembab Dingin (Penyebab Penyakit Luar/PPL) karena faktor dingin masuk ke meridian menghambat peredaran Qi Xue, menyebabkan punggung bawah terasa dingin dan sakit. Hal ini sejalan dengan kegiatan partisipan yang kebanyakan duduk didepan *gadget/laptop* selama lebih dari 8 jam setiap hari dalam keadaan ruangan ber-AC,

ditambah kebiasaan partisipan yang kurang gerak dan tidak melakukan olahraga apapun.

4.2.3 Pembahasan pada Perencanaan Terapi

Terapi akupunktur pertama dilakukan pada Selasa, 16 Maret 2021 dengan sesi terakhir pada Kamis, 08 April 2021. Asuhan akupunktur dilakukan di klinik akupunktur “KH” Jakarta selama 4 minggu, dengan keseluruhan berjumlah 8 kali terapi (2x/minggu). Setiap terapi berlangsung selama 25 menit, sesuai dengan prinsip dan tata pelaksanaan terapi sebagai berikut:

1. Mempersiapkan Lembar Persetujuan Partisipan/*Informed Consent* yang ditandatangani tanggal 16 Maret 2021 sebelum melakukan tindakan.
2. Pemilih alat :
 - Kapas alkohol 70%
 - Moksasate
 - Jarum Filiform
 - 1 cun (0.25 x 25 mm)
 - 1.5 cun (0,25 x 40 mm)
 - 2 cun (0,25 x 50 mm)
3. Peneliti memakai alat pelindung diri berupa masker dua lapis/*double layer*, yaitu masker medis dan masker kain.
4. Partisipan dalam posisi berbaring tertelungkup sesuai dengan titik akupunktur yang terpilih. Untuk tahap pemeriksaan (*Wang, Wen, Wen, Qie*) partisipan dalam posisi duduk.
5. Tangan partisipan disterilisasi dengan *hand sanitizer* alkohol 70%, akupunkturis disterilisasi dengan *hand sanitizer* alkohol 70% sebelum

memasukkan dan mencabut jarum. Setelah mencabut jarum, akupunkturis kembali mencuci tangan.

6. Persiapan lokasi penusukan titik akupunktur yang dipilih disterilisasi menggunakan alkohol 70%.
7. Peneliti memeriksa kelayakan kondisi jarum, dengan jarum akupunktur yang digunakan dalam kondisi baru dan hanya dibuka pada saat hendak mau menusukkan jarum.
8. Mencabut, mengumpulkan, dan menghitung jarum bekas pakai untuk memastikan tidak ada jarum yang tertinggal di tubuh partisipan untuk selanjutnya dibuang ke dalam kotak *disposafe* (khusus jarum medis) yang setiap bulan diambil oleh mitra medis.
9. Ruangan disterilisasi dengan **disinfektan**, peralatan disterilisasi dengan menggunakan alkohol 70% sebelum dan sesudah terapi akupunktur.
10. Kesiapsiagaan, peneliti menunggu di samping partisipan, segera mengambil tindakan jika terjadi efek samping yang tidak diinginkan.
11. Tanggapan Tindakan (Respons), menanyakan pendapat partisipan tentang proses terapi, perubahan keluhan utama dan keluhan tambahan, atau adanya ketidaknyamanan.
12. Pencegahan risiko trauma dan cedera, melakukan tindakan terapi sesuai SOP untuk mencegah terjadinya trauma/cedera, agar partisipan merasa nyaman. Memberikan saran kepada partisipan agar tidak mengubah posisi tubuh saat terapi.

13. Pengenaan kembali pakaian partisipan, mempersilahkan partisipan untuk mengenakan pakaian semula kembali ketika tindakan terapi sudah berakhir.
14. Penyimpanan benda tajam memastikan semua jarum atau benda tajam yang membahayakan klien disimpan di dalam tempat khusus.
15. Ketaatan asas kesehatan dan keselamatan, tindakan akupunktur dilakukan mengutamakan kesehatan dan keselamatan partisipan agar tidak terjadi hal-hal yang tidak diinginkan.

4.2.4 Pembahasan pada Pelaksanaan Terapi

Terapi akupunktur pertama dilaksanakan pada Selasa, 16 Maret 2021 di klinik akupunktur “KH” Jakarta pukul 14.00 – 15.30 WIB. Sebelum melakukan tindakan terapi, partisipan terlebih dahulu menandatangani lembar persetujuan menjadi partisipan/*informed consent*.

Keluhan utama klien berupa nyeri punggung bawah yang diperparah saat terkena dingin. Dari hasil pemeriksaan, didapatkan Shen bersinar dan bersemangat, tidak didapatkan kelainan patologis pada pemeriksaan auskultasi dan olfaksi, serta nadi umum tenggelam lambat dengan nadi khusus teraba lambat-lemah. Dari pemeriksaan, ditentukan diagnosis penyakit Nyeri Punggung Bawah dengan sindrom Lembab Dingin (Penyebab Penyakit Luar). Dilakukan terapi akupunktur dengan prinsip terapi menghilangkan faktor dingin lembap, hangatkan dan lancarkan meridian Qi Xue. Titik akupunktur yang dipilih adalah sebagai berikut:

- Shenshu (BL 23) (tonifikasi) – moksa jarum [berfungsi menghilangkan dingin-lembap, menghangatkan tubuh, melancarkan meridian]

- Weizhong (BL 40) (sedasi) – tinggal jarum [berfungsi menghilangkan lembap, melancarkan meridian, menghentikan sakit]
- Jingu (BL 64) (sedasi) – tinggal jarum [berfungsi menghilangkan lembap, melancarkan meridian, menghentikan sakit]
- Huantiao (GB 30) (sedasi) – tinggal jarum [berfungsi menghilangkan faktor lembap]

Jadwal Terapi: 8 kali terapi akupunktur selama 4 minggu (2x/minggu)

Anjuran dan Saran: Menjaga postur tubuh (tegap), rutin olahraga ringan (*stretching*) setelah beberapa jam duduk, hindari mengangkat beban dengan posisi membungkuk dan hindari terlalu lama di ruangan ber-AC.

4.2.5 Pembahasan pada Evaluasi

Di terapi pertama, otot punggung bawah partisipan kaku, postur tubuh masih cenderung miring ke arah kanan akibat nyeri tarik pada bagian kiri, dengan nadi umum tenggelam lambat dan nadi khusus teraba lambat lemah. Lidah merah muda pucat dengan selaput lidah putih tipis. Tidak ada keluhan tambahan ataupun efek samping yang dirasakan dari terapi akupunktur yang diberikan.

Hasil terapi kedua belum menunjukkan perubahan signifikan pada keluhan nyeri punggung bawah klien. Otot punggung bawah kaku, postur tubuh masih cenderung miring ke arah kanan, dengan nadi umum tenggelam lambat dan nadi khusus teraba lambat lemah. Lidah merah muda pucat dengan selaput lidah putih tipis. Tidak ada keluhan tambahan ataupun efek samping yang dirasakan dari terapi akupunktur sebelumnya.

Hasil terapi ketiga belum menunjukkan perubahan signifikan pada keluhan nyeri punggung bawah klien. Otot punggung bawah kaku, postur tubuh masih cenderung miring ke arah kanan, dengan nadi umum tenggelam lambat dan nadi khusus teraba lambat lemah. Lidah merah muda pucat dengan selaput lidah putih tipis. Tidak ada keluhan tambahan ataupun efek samping yang dirasakan dari terapi akupunktur sebelumnya.

Hasil terapi keempat mulai menunjukkan perubahan pada keluhan nyeri punggung bawah klien. Otot punggung bawah masih kaku, dengan postur tubuh masih sedikit miring ke kanan, namun nyeri punggung bawah sudah bersifat hilang timbul dengan nadi umum tenggelam lambat dan nadi khusus teraba lambat lemah. Lidah merah muda pucat dengan selaput lidah putih tipis. Tidak ada keluhan tambahan ataupun efek samping yang dirasakan dari terapi akupunktur sebelumnya.

Hasil terapi kelima menunjukkan perubahan signifikan pada keluhan nyeri punggung bawah klien. Rasa kaku pada otot punggung bawah sudah jauh berkurang, postur tubuh sudah mulai dapat lurus, dengan nadi umum tenggelam lambat dan nadi khusus teraba lambat kuat. Lidah merah muda dengan selaput lidah putih tipis. Tidak ada keluhan tambahan ataupun efek samping yang dirasakan dari terapi akupunktur sebelumnya.

Hasil terapi keenam menunjukkan perubahan signifikan pada keluhan nyeri punggung bawah klien. Rasa kaku pada otot punggung bawah sudah jauh berkurang, postur tubuh sudah mulai dapat lurus, dengan perasaan nyeri punggung bawah hilang timbul namun sudah jarang dan hampir tidak terasa. Nadi umum

tenggelam lambat dan nadi khusus teraba lambat kuat. Lidah merah muda dengan selaput lidah putih tipis. Tidak ada keluhan tambahan ataupun efek samping yang dirasakan dari terapi akupunktur sebelumnya.

Hasil terapi ketujuh menunjukkan hasil prognosis yang baik dengan keluhan nyeri punggung bawah klien tidak terasa. Postur tubuh klien lurus, dengan nadi umum tenggelam lambat dan nadi khusus teraba lambat kuat. Lidah merah muda dengan selaput lidah putih tipis. Otot punggung bawah tidak kaku sama sekali, dengan tidak ada keluhan tambahan ataupun efek samping yang dirasakan dari terapi akupunktur sebelumnya.

Hasil terapi kedelapan sebagai terapi penyempurnaan menunjukkan hasil prognosis yang baik dengan keluhan nyeri punggung bawah klien tidak terasa. Postur tubuh klien lurus, dengan nadi umum tenggelam lambat dan nadi khusus teraba lambat kuat. Lidah merah muda dengan selaput lidah putih tipis. Otot punggung bawah tidak kaku sama sekali, dengan tidak ada keluhan tambahan ataupun efek samping yang dirasakan dari terapi akupunktur sebelumnya.

4.3 Mekanisme Kerja Akupunktur

Nyeri punggung bawah adalah rasa nyeri pada pinggang atau tulang punggung bagian bawah yang biasa disebabkan oleh postur tubuh yang buruk, penggunaan pinggang yang berlebihan, serta paparan dingin dan kelembapan. Nyeri ini dapat bertambah buruk dengan postur tubuh yang tidak sesuai pada saat duduk atau berdiri, serta mengangkat barang yang terlalu berat. Dalam kasus anak muda, nyeri punggung bawah biasa disebabkan oleh pola hidup yang kurang gerak, terlalu banyak duduk dan menatap layar *gadget* seperti laptop apalagi saat

kegiatan belajar *online*, serta terlalu lama berada di ruangan ber-AC. Hal ini dapat menyebabkan otot punggung bawah kaku, ditambah dengan paparan dingin yang terus-menerus akan menyebabkan nyeri punggung bawah yang diperparah saat terkena dingin.

Terapi akupunktur dilakukan dengan menusukkan jarum ke berbagai titik tekanan pada tubuh melalui kulit. Mekanisme kerja akupunktur untuk nyeri punggung bawah adalah melalui pelepasan berbagai senyawa kimiawi dalam tubuh di tingkat lokal yang selanjutnya akan menstimulasi pelepasan neurotransmitter di tingkat segmental di medula spinalis (sumsum tulang belakang) dan sistem saraf pusat di otak untuk mengeluarkan zat opioid endogen, yaitu beta endorfin yang merupakan senyawa kimiawi yang diproduksi oleh tubuh yang berperan penting dalam mengurangi rasa nyeri, dalam hal ini nyeri punggung bawah (Harry, 2019). Secara praktis, akupunktur dalam kasus nyeri punggung bawah merangsang titik dalam tubuh yang menghasilkan efek analgesik (meredakan nyeri) serta relaksasi pada otot sehingga dapat meredakan nyeri punggung bawah.