

BAB 5

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Telah dilakukan Studi Kasus penelitian Asuhan Akupunktur pada partisipan Nn. Rn dengan keluhan Insomnia di Klinik AH Jakarta. Dari Studi Kasus tersebut telah dilakukan pengumpulan data (Pemeriksaan Akupunktur) sebagai bahan dasar untuk menegakkan Diagnosis Akupunktur (Penyakit dan Sindrom). Setelah itu disusun perencanaan Terapi Akupunktur. Berdasarkan perencanaan tersebut, telah dilakukan Terapi Akupunktur sesuai dengan prosedur operasional standar, sebanyak 6 kali sesi Terapi Akupunktur. Pada setiap sesi Terapi Akupunktur dilakukan evaluasi menyeluruh untuk melihat kemajuan Terapi.

Berdasarkan evaluasi hasil Terapi Akupunktur yang dilakukan selama 6 kali, dapat disimpulkan bahwa kualitas tidur partisipan menjadi lebih baik, mudah memulai tidur, frekuensi terbangun di malam hari berkurang, rasa sesak di dada makin ringan.

5.2 Saran

Studi kasus ini dapat digunakan untuk menambah wawasan bagi mahasiswa Prodi Akupunktur, terutama pada kasus Insomnia. Bagi profesi akupunktur studi kasus ini memberikan informasi tentang akupunktur pada kasus Insomnia. Untuk peneliti selanjutnya, studi kasus ini dapat digunakan sebagai referensi awal dalam

melakukan penelitian tentang Insomnia.



DAFTAR PUSTAKA

- Amir, Nurmiati. (2007). "Gangguan Tidur pada Lanjut Usia Diagnosis dan Penatalaksanaan". *Cermin Dunia Kedokteran* No. 157: 196-206.
- Astuti, Ni Made. 2013. *Penatalaksanaan Insomnia pada Usia Lanjut*. Artikel OJS Universitas Udayana.
- Azizah, Nora. (2020). "Insomnia Meningkat Selama Pandemi, Bagaimana Mengatasinya?", <https://www.msn.com/id-id/berita/other/insomnia-meningkat-selama-pandemi-bagaimana-mengatasinya/ar-BB1c49Cr>. Diakses tanggal 20 Januari 2021 pukul 21.00.
- Buyse D.J. (2008). *Chronic Insomnia*. *Am J Psychiatry*; 165(6): 678-686.
- Chaudhary,P., Singh, P., Ranjan, R. (2017). *Insomnia (Anidra): Causes, Symptoms & Management In Ayurveda*. *WJMR (World Journal of Pharmaceutial and Medicinal Research* 2017. 3(7), 239-242.
- Cheng, James Kwokming (2013). "Neurobiological Mechanism of Acupuncture for Some Common Illness: A Clinician's Perspective." <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S200529011300174X>. Diakses tanggal 24 Juni 2021 pukul 10.00.
- Cheng, Xinnong (2003). *Chinese Acupuncture and Moxibustion*. Beijing : Foreign Language Press.
- Cordell, Raina. "Can Acupuncture Help You Sleep?" www.sleepadvisor.org/acupuncture-for-sleep. Diakses pada tanggal 24 Juni 2021 pukul 10.00.
- Feisal, Bobby. (2014). Pengaruh Akupunktur Terhadap Penurunan Skor The Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) Pada Penderita Depresi dengan Insomnia.
- Gandini, Intan. (2020). "Dampak Pandemi Terhadap Kesehatan Mental Masyarakat Indonesia", <https://kumparan.com/intangandini23/dampak-pandemi-terhadap-kesehatan-mental-masyarakat-indonesia-1ubD0lbr3ww> . Diakses tanggal 20 Januari 2021 pukul 22.30.
- Guyton dan Hall. (2006). *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC. p. 777-785.
- Hidayat, A., Alumul, A. (2012). *Kebutuhan Dasar Manusia edisi revisi*. Jakarta: Salemba Medika.
- Iswari, N. L. P. A. M., & Wahyuni, A. A. S. (2013). *Melatonin dan Melatonin Receptor Agonist Sebagai Penanganan Insomnia Primer Kronis*.
- Jie, Sim Kie. 2008. *Ilmu Terapi Akupunktur Jilid 1*. Singapore: TCM Singapore.
- Jie, Sim Kie. 2010. *Ilmu Titik Akupunktur*. Singapore: TCM Singapore.
- Khoirina, Iza et. all. (2014). *Jurnal penelitian tentang Hubungan Antara Depresi Dengan Kejadian Insomnia Pada Lansia Di Desa Trembulrejo Kecamatan Ngawen Kabupaten Blora*.
- Natania, K. (2015). *Referat Insomnia Primer*. Skripsi. Departemen Ilmu Kesehatan Jiwa. Universitas Kristen Krida Wacana. Jakarta.

- Tjin Willy, ed. (2018). *Penyebab Insomnia*. Alodokter. diunduh 20 Januari 2021, 21.00.
<https://www.alodokter.com/insomnia/penyebab#:~:text=Insomnia%20dapat%20disebabkan%20oleh%20banyak,menimpa%20pasangan%20maupun%20keluarga%20dekat>
- Wuny. (2009). *Majalah Ilmiah Populer*. Yogyakarta : Lembaga Pengabdian kepada Masyarakat UNY.
- Susanti, Lydia. (2015). *Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Insomnia di Poliklinik Saraf RS DR. M. Djamil Padang*. *Jurnal Kesehatan Andalan*, 4(3): 951-956.
- Utomo, B. W. (2010). "Akupunktur Atasi Insomnia."
<http://spiritofacupuncture.wordpress.com/2010/05/06/413/>. Diakses tanggal 19 Agustus 2020.
- Valente, S. 2015. *Evaluating and Managing Insomnia: Non-pharmacological Treatments*. *Journal Sleep Disorder & Therapy* vol. 4, no.2: 189. doi:10.4172/2167-0277.1000189.
- Wulandari, Ari dan Susilo, Yekti. *Cara Jitu Mengatasi Insomnia*. (2011). Jakarta: Andi.
- Yatmihatun, Sri et. all. (2016). *Jurnal penelitian tentang Efektifitas Pemberian Terapi Akupunktur antara Titik baihui (GV 20) dengan Titik Anmian (EX-HN 16) Pada Lansia Dengan Kasus Insomnia di Panti Wreda Darma Bakti Surakarta*.
- Yin, Ganglin dan Zhenghua Liu. 2000. *Advanced Modern Chinese Acupuncture Therapy*. China: New World Press.
- Zahara et. all. (2018). *Gambaran Insomnia Pada Remaja di SMK Negeri 2 Pekanbaru*. *Jurnal of Occupational Medicine*. 5(2). 278-286.