

## BAB 5

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Kesimpulan

Dari hasil penelitian studi kasus yang berjudul “Kombinasi Asuhan Akupunktur dan Pijat Bambu pada Penderita Nyeri Pinggang di Rumah Sehat Holistik Jakarta Timur”, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

- 1) Partisipan (klien) sudah tidak merasa Nyeri Pinggang.
- 2) Partisipan (klien) sudah tidak mengeluh perut sering kembung.
- 3) Partisipan (klien) sudah tidak merasa sakit di pinggang ketika membungkuk.
- 4) Partisipan (klien) sudah merasa tahan berdiri lama, sudah merasa kuat berjalan lama, dan sudah merasa kuat duduk lama.
- 5) Cahaya mata partisipan (klien) tampak bersinar, wajah dan warna kulit tampak segar, dan mimik wajah tampak ceria.

#### 5.2 Saran

Berdasarkan pada kesimpulan di atas, maka dapat diberikan saran sebagai berikut:

##### 5.2.1 Saran bagi Akupunktur Terapis

Disarankan kepada Akupunktur Terapis untuk memanfaatkan hasil penelitian studi kasus ini sebagai bahan pertimbangan dalam memberikan Asuhan Akupunktur untuk penderita Nyeri Pinggang.

### **5.2.2 Saran bagi Peneliti Berikutnya**

Disarankan kepada peneliti berikutnya untuk menggunakan hasil penelitian studi kasus ini sebagai dasar (data awal) untuk penelitian selanjutnya dalam bidang Asuhan Akupunktur untuk penderita Nyeri Pinggang.

### **5.2.3 Saran bagi Partisipan**

Disarankan kepada partisipan dalam penelitian studi kasus ini yang telah merasakan bahwa Kombinasi Asuhan Akupunktur dan Pijat Bambu terbukti mampu mengatasi Nyeri Pinggang dengan sangat baik untuk menyebarluaskan informasi tentang Kombinasi Asuhan Akupunktur dan Pijat Bambu kepada masyarakat.

### **5.2.4 Saran bagi Pembaca**

Disarankan kepada pembaca untuk menggunakan hasil penelitian studi kasus ini sebagai referensi bahwa Kombinasi Asuhan Akupunktur dan Pijat Bambu dapat dijadikan sebagai salah satu pilihan terapi untuk mengatasi keluhan Nyeri Pinggang.

## DAFTAR PUSTAKA

- Allegri, M., Montella, S., Salici, F., Valente, A., Marchesini, M., Compagnone, C., Baciarello, M., Manferdini, M. E., & Fanelli, G. 2016. Mechanisms of Low Back Pain: A Guide for Diagnosis and Therapy. *F1000Research*, 5, 1530. <https://doi.org/10.12688/f1000research.8105.2>
- Ansari, N.N., Naghdi, S., Naseri, N., Entezary, E., Shahnur, I., Jalaie, S., & Hasson, S. 2014. Effect of Therapeutic Infra-Red in Patients with Non-Specific Low Back Pain: A Pilot Study. *Journal of Bodywork and Movement Therapies*. 18 (1): 75–81. doi: 10.1016/J.JBMT.2013.05.014.
- Artadana, M.A.W., Sali, I.W. & Sujaya, I.N. 2019. Hubungan Sikap Pekerja dan Lama Kerja terhadap Keluhan Low Back Pain pada Pekerja di Industri Batu Bata Press. *Jurnal Kesehatan Lingkungan*. 9 (2): 126–135.
- Becker, J. 2007. *Terapi Pijat Memijat Diri Sendiri Guna Memperoleh Kesehatan Fisik dan Psikis*. Terjemahan. PT. Prestasi Pustakaraya. Jakarta.
- Bento, T.P.F., Cornelio, G.P., Perrucini, P. de O., Simeão, S.F.A.P., de Conti, M.H.S., & de Vitta, A. 2020. Low Back Pain in Adolescents and Association with Sociodemographic Factors, Electronic Devices, Physical Activity, and Mental Health. *Jornal de Pediatria*. 96 (6). <https://doi.org/10.1016/j.jpmed.2019.07.008>.
- Berman, B.M., Langevin, H.M., Witt, C.M., & Dubner, R. 2010. Acupuncture for Chronic Low Back Pain. *New England Journal of Medicine*. 363 (5), 454–461. <https://doi.org/10.1056/NEJMct0806114>.
- Bervoets, D.C., Luijsterburg, P.A., Alessie, J.J., Buijs, M.J., & Verhagen, A.P.

2015. Massage Therapy has Short-Term Benefits for People with Common Musculoskeletal Disorders Compared to no Treatment: A Systematic Review. *Journal of Physiotherapy*. 61 (3). 106–116. <https://doi.org/10.1016/j.jphys.2015.05.018>.
- Bogduk, N. 2012. *Clinical and Radiological Anatomy of the Lumbar Spine*. Fifth Edition. Elsevier Ltd. Edinburgh.
- Buckup, K. & Buckup, J. 2016. *Clinical Tests for the Musculoskeletal System: Examinations-Signs-Phenomena*. 3rd Edition. Thieme. Stuttgart.
- Calvo-Muñoz, I., Gómez-Conesa, A., & Sánchez-Meca, J. 2013. Prevalence of Low Back Pain in Children and Adolescents: A Meta-Analysis. *BMC Pediatric*. 13 (1): 10–6.
- Dianat, I., Alipour, A., & Asghari Jafarabadi, M. 2017. Prevalence and Risk Factors of Low Back Pain among School Age Children in Iran. *Health Promotion Perspectives*. 7 (4), 223–229. <https://doi.org/10.15171/hpp.2017.39>.
- Duthey, Béatrice. 2013. *Priority Medicines for Europe and the World “A Public Health Approach to Innovation*. Background Paper 6.24 Low Back Pain. [https://www.who.int/medicines/areas/priority\\_medicines/BP6\\_24LBP.pdf](https://www.who.int/medicines/areas/priority_medicines/BP6_24LBP.pdf). Diakses 14 Februari 2022.
- Dwivedi, A., Dwivedi, S.S., Tariq, M.R., Shoaib, M., Qiu, S., Hong, S. & Xin, Y. 2019. Conservative Treatment of Traumatic Lower Back Pain: Case Report and Literature Review. *Journal of Clinical & Experimental Orthopaedics*. ISSN: 2471-8416.
- Furlan, A.D., Van Tulder, M.W., Cherkin, D., Tsukayama, H., Lao, L., Koes, B.

- W., & Berman, B.M. 2005. Acupuncture and Dry-Needling for Low Back Pain. *Cochrane Database of Systematic Reviews*.  
<https://doi.org/10.1002/14651858.cd001351.pub2>.
- Furlan, A.D., Giraldo, M., Baskwill, A., Irvin, E., & Imamura, M. 2015. Massage for low-back pain. *The Cochrane database of systematic reviews*, 2015(9), CD001929. <https://doi.org/10.1002/14651858.CD001929.pub3>
- Gale, G.D., Rothbart, P.J., & Li, Y. 2006. Infrared Therapy for Chronic Low Back Pain: A Randomized, Controlled Trial. *Pain Research and Management*. 11 (3). <https://doi.org/10.1155/2006/876920>.
- Handayani, Tri. 2021. *Hubungan Faktor Risiko dan Tingkat Keparahan Nyeri Punggung Bawah pada Pasien Pengunjung Rumah Sehat Holistik Jakarta Timur*. Politeknik Kesehatan Surakarta, Jurusan Akupunktur, Program Studi Sarjana Terapan Akupunktur dan Pengobatan Herbal.
- Katuuk, M.E. & Karundeng, M. 2019. Hubungan antara Aktivitas Fisik dengan Nyeri Punggung Bawah pada Perawat di Rumah Sakit Umum Daerah Luwuk Banggai. *Journal Keperawatan*. 7(1): 1–7.
- Koes, B.W., van Tulder, M.W., & Thomas, S. 2006. Diagnosis and Treatment of Low Back Pain. *BMJ*. 332 (7555), 1430–1434.  
<https://doi.org/10.1136/bmj.332.7555.1430>.
- Leite, P.M.S., Mendonça, A.R.C., Maciel, L.Y.S., Poderoso-Neto, M.L., Araujo, C.C.A., Góis, H.C.J., Souza, J.H.S., & DeSantana, J.M. 2018. Does Electroacupuncture Treatment Reduce Pain and Change Quantitative Sensory Testing Responses in Patients with Chronic Nonspecific Low Back Pain? A Randomized Controlled Clinical Trial. *Evidence-Based*

- Complementary and Alternative Medicine*. 2018, 1–8.  
<https://doi.org/10.1155/2018/8586746>.
- Lestari, K.P., Oktaviana, A.W., Sulistyowati, D.I.D., & Jauhar, M. 2022. Effleurage Massage with Lavender (*Lavandula Lamiaceae*) Essential Oil Aromatherapy Reduces Pregnant Women's Lower Back Pain. *KnE Life Sciences*. doi: 10.18502/cls.v7i2.10321.
- Lim, T.K., Ma, Y., Berger, F., & Litscher, G. 2018. Acupuncture and Neural Mechanism in the Management of Low Back Pain—An Update. *Medicines*. 5(3), 63. <https://doi.org/10.3390/medicines5030063>.
- Liu, L., Skinner, M., McDonough, S., Mabire, L., & Baxter, G.D. 2015. Acupuncture for Low Back Pain: An Overview of Systematic Reviews. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*. 2015, 1–18. <https://doi.org/10.1155/2015/328196>.
- Lund, I. & Lundeberg, T. 2015. Effects Triggered in the Periphery by Acupuncture. *Acupuncture and Related Therapies*. <https://doi.org/10.1016/j.arthe.2015.08.002>.
- Maciocia, G. 2008. *The Practice of Chinese Medicine*. Second Edition. Churchill Livingstone Elsevier. Edinburg.
- Mardana, I.K.R.P. & Aryasa, T. 2017. *Penilaian Nyeri*. Materi Kuliah: Penilaian Nyeri. Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. Denpasar.
- Meucci, R.D., Fassa, A.G., & Xavier Faria, N.M. 2015. Prevalence of Chronic Low Back Pain: Systematic review. In *Revista de Saude Publica*. (Vol. 49). <https://doi.org/10.1590/S0034-8910.2015049005874>.
- Mukherjee. M. 2014. *The Art of Bamboo Massage*. [Online]

(<https://timesofindia.indiatimes.com/life-style/beauty/the-art-of-bamboo-massage/articleshow/30109460.cms>. Diakses 1 Februari 2022.

National Center for Health Services. 2012. Health, United States, 2012: With Special Feature on Emergency Care. In: *Health*. United States.

National Institutes of Health. 2020. *Low Back Pain*. Department of Health and Human Services, National Institutes of Health. Maryland.

Peng Bo, Xie Jianqun. 2007. *Traditional Chinese Internal Medicine*. People's Medical Publishing House. China.

Posadzki, P., Fernández-de-las-Peñas, C., Kuźdzał, A., Ernst, E. 2019. Massage for Pain: An Overview of Systematic Reviews. 25–44. doi: 10.5604/01.3001.0013.5280.

Putra, T.R. 2017. *Pendekatan Diagnosa Nyeri Pinggang*. Proc. PKB-Trigonum Sudema-Ilmu Penyakit Dalam XXV. Denpasar, 12–14 Oktober 2017. p. 218–236.

Putri, D.A.R., Imandiri, A., & Rakhmawati, R. 2020. Therapy Low Back Pain with Swedish Massage, Acupressure, and Turmeric. *Journal of Vocational Health Studies*. 4 (1): 29–34. doi: 10.20473/JVHS.V4.I1.2020.29-34.

Rashedi, E., Jia, B., Nussbaum, M.A., & Lockhart, T.E. 2012. Investigating the Effects of Slipping on Lumbar Muscle Activity, Kinematics, and Kinetics. *Proceedings of the Human Factors and Ergonomics Society*. <https://doi.org/10.1177/1071181312561261>.

Rinaldi, E., Utomo, W., & Nauli, F.A. 2015. Hubungan Posisi Kerja pada Pekerja Industri Batu Bata dengan Kejadian Low Back Pain. *Jurnal Online Mahasiswa*. 2: 1085–93.

- Robinson, N.G. 2016. Interactive Medical Acupuncture Anatomy. In: *Interactive Medical Acupuncture Anatomy*. Teton New Media. <https://doi.org/10.1201/b20729>.
- Saputra, Koosnadi. 2017. *Akupunktur Indonesia, Akupunktur Dasar*. (Edisi ke-2). Airlangga University Press. Surabaya.
- Saryono. 2010. *Metode Penelitian Kualitatif*. PT. Alfabeta. Bandung.
- Sim, Kie Jie. 2012. *Dasar Teori Ilmu Herba & Akupunktur. Identifikasi dan Klasifikasi Penyakit*. TCM Publication. Singapura.
- Wahab, A. 2019. Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Keluhan Nyeri Punggung Bawah (Low Back Pain) pada Neleyan di Desa Batu Karas Kecamatan Cijulang Pangandaran. *Biomedika*. 11 (1): 35–40.
- Wan, Y., Wilson, S.G., Han, J.S., & Mogil, J.S. 2001. The Effect of Genotype on Sensitivity to Electroacupuncture Analgesia. *Pain*. 91 (1–2). [https://doi.org/10.1016/S0304-3959\(00\)00416-4](https://doi.org/10.1016/S0304-3959(00)00416-4).
- Wang, X.Q., Zou, X.R., & Zhang, Y.C. 2016. From "Kidneys Govern Bones" to Chronic Kidney Disease, Diabetes Mellitus, and Metabolic Bone Disorder: A Crosstalk between Traditional Chinese Medicine and Modern Science. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*. 4370263. <https://doi.org/10.1155/2016/4370263>.
- World Health Organization. 2020. *ICD-11 for Mortality and Morbidity Statistics*. Version 09/2020. [Online] (<https://icd.who.int/browse11/l-m/en>). Diakses 13 Februari 2022.
- Xueyong, S. & Wanghua. 2007. *Acupuncture and Moxibustion*. Peoples Health Publishing House. China.



Yanra, E.P. 2013. The Description of Patients with Low Back Pain at The Outpatient Clinic Department of Surgery at Raden Mattaher Jambi Province General Hospital In 2013. *The Jambi Medical Journal*.

Yin, G. & Liu, Z. 2000. *Advanced Modern Chinese Acupuncture Therapy*. New World Press. Beijing.

Zhu, B. & Wang, H. 2011. *Acupuncture Therapeutics*. Singing Dragon.

