

## GAMBARAN ALASAN PENDERITA DEPRESI MEMILIH PENGOBATAN AKUPUNKTUR

Chantika Mahadini<sup>1</sup>, Mayang Wulandari<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> Institut Teknologi Sains dan Kesehatan RS.Dr.Soperaoen Malang

(Korespondensi: chantika.mahadini@itsk-soepraoen.ac.id)

### ABSTRAK

**Pendahuluan** Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan secara kualitatif alasan orang dengan depresi memilih pengobatan akupunktur. **Metode** Metode yang digunakan adalah penelitian kualitatif deskriptif. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sample* dengan teknik pengumpulan data wawancara semi terstruktur. Analisis data menggunakan metode analisis deskriptif kualitatif. **Hasil** Menunjukkan bahwa dari 10 penderita depresi, 5 pasien mengatakan alasan memilih pengobatan akupunktur karena pengobatan akupunktur tidak menimbulkan efek samping dan bisa meredakan depresi tanpa minum obat penenang. **Kesimpulan** Pengobatan akupunktur dipilih karena tidak menimbulkan efek samping, dapat menenangkan, meredakan insomnia dan dapat secara perlahan memutuskan konsumsi obat penenang.

**Kata kunci:** Akupunktur, Depresi, Pengobatan

### *DESCRIPTION OF THE REASONS OF DEPRESSION PATIENTS CHOOSE ACUPUNCTURE TREATMENT*

#### *ABSTRACT*

**Introduction** The purpose of this study was to qualitatively describe the reasons people with depression choose acupuncture treatment. **Method** Method uses descriptive qualitative research. The sampling technique used is a purposive sample with semi-structured interview data collection techniques. Data analysis used descriptive qualitative analysis method. **Results** Showed that out of 10 people with depression, 5 patients said the reason for choosing acupuncture treatment was because acupuncture treatment did not cause side effects and could relieve depression without taking tranquilizers. **Conclusion** Can be concluded that acupuncture treatment was chosen because there are no side effects, can relax, relieve insomnia and can slowly decide the consumption of sedatives.

**Keywords:** Acupuncture, Depression, Treatment

## PENDAHULUAN

Pada saat ini, masyarakat mengenal berbagai macam jenis pengobatan, diantaranya pengobatan modern dan pengobatan tradisional. Pengobatan modern yaitu pengobatan medis sedangkan pengobatan tradisional yaitu pengobatan alternatif. Salah satu jenis pengobatan tradisional yang sudah banyak dikenal masyarakat adalah pengobatan Akupunktur. Pengobatan Akupunktur berasal dari China, dan sudah dikenal sejak jaman kuno (Han, 2002). Pada tahun 1963, pengobatan akupunktur mulai masuk ke Indonesia. Depkes RI melakukan penelitian dan pengembangan metode pengobatan Timur, salah satunya ilmu Akupunktur. Prof. Dr. Satrio sebagai menteri kesehatan pada saat itu menginstruksikan pengobatan Akupunktur agar disebarluaskan kepada lapisan masyarakat Indonesia. Mulai kejadian tersebut, sehingga banyak Rumah Sakit dan Pendidikan Tinggi yang telah mengajarkan serta mempraktikkan ilmu pengobatan Akupunktur di Indonesia (Sejarah Akupunktur, 2013).

Akupunktur bukan hal yang baru lagi bagi masyarakat. Sehingga beberapa orang sudah mulai banyak menerapkan pengobatan akupunktur untuk mengobati penyakit. Pada zaman moderen saat ini, pengobatan akupunktur masih dipertahankan dan dikembangkan dalam usaha melakukan penyembuhan penyakit.

Hal tersebut membuktikan bahwa sampai saat ini masyarakat masih menggunakan atau meyakini pengobatan akupunktur sebagai alternatif untuk memelihara kesehatan dan sebagai pengobatan penyakit. Akupunktur juga bisa digunakan sebagai pengobatan gangguan mental, salah satunya adalah depresi. Depresi adalah salah satu gangguan mental dengan gejala berupa kehilangan minat atau kesenangan dalam kegiatan disertai dengan suasana hati sedih, penurunan atau kenaikan berat badan, susah tidur atau tidur terlalu banyak, tidak ada tenaga, memiliki perasaan tidak dihargai, dan sering muncul rasa bunuh diri (Wu, 2012). Depresi merupakan gangguan mental pada alam perasaan seseorang yang ditandai dengan perasaan sedih yang tidak wajar, kurang bersemangat, murung, perasaan tidak berharga, tidak ada harapan, tidak tertarik pada kehidupan sehari-hari dan ada keinginan untuk bunuh diri (Yosep & Sutini, 2014).

Terapi depresi menggunakan cara pendekatan yang bersifat menyeluruh, terdiri dari pengobatan psikofarma, terapi somatik, terapi psikologi, dan akupunktur (Sadock, 2007). Terapi Akupunktur mempunyai dampak hampir sama dengan obat anti depresi melalui jalur sinyal extracellular signal- regulated kinase (ERK) yang menyebabkan meningkatnya serotonin (5- HT) di nukleus dorsal rafe,

akupunktur juga berfungsi sebagai penekan stres yang disebabkan oleh aktivitas saraf pada lokus seruleus dan meningkatkan kerja obat antidepresan. Akupunktur dirasa mempunyai memiliki efek samping yang tidak berbahaya bagi penderita depresi (Yang, 2013).

Akupunktur berasal dari kata *acus* dan *punctura* yang dalam bahasa Cina disebut *Cen Jiu* atau Tusuk Jarum (Saputra, K., 2017). Akupunktur merupakan metode pengobatan dengan menancapkan jarum khusus ke titik-titik tertentu, setelah itu diberi rangsangan berupa stimulasi seperlunya, dengan tujuan untuk mendapatkan efek terapi. Titik-titik akupunktur di seluruh tubuh membentuk satu garis yang disebut dengan meridian atau *Jingluo* (Sim, 2011). Akupunktur merupakan suatu metode penyembuhan dengan cara menusukkan jarum pada titik-titik tertentu pada permukaan tubuh berdasarkan hukum homeostatis yang bertujuan untuk penyembuhan penyakit dan meningkatkan derajat kesehatan. Menurut falsafah dalam pengobatan akupunktur manusia dan makhluk hidup lainnya adalah bagian dari alam sehingga hukum dan kaidah alam berlaku juga bagi suatu makhluk hidup (Hendromartono, 1990).

Cara kerja setelah titik akupunktur dilakukan penusukan akan terjadi pelepasan mediator termasuk histamin, serotonin, sitokin, nitrit oksida,

prostaglandin yang akan terlihat sebagai vasodilatasi dan hiperemi pada daerah kulit di sekitar jarum Akupunktur. Mediator ini termasuk endorfin, enkephalin, morfin, asetilkolin, gamma-aminobutyric acid (GABA) yang akan mempengaruhi kadar neurotransmitter dalam otak. Terdapat stimulasi pada titik akupunktur yang berupa adanya peningkatan aktivitas otak pada talamus, hipotalamus dan adanya pengurangan aktivitas pada sistem limbik sehingga mempengaruhi kecemasan (Xiang dan Chang, 2008).

## **METODE PENELITIAN**

Metode penelitian menggunakan rancangan kualitatif deskriptif, Penelitian ini digunakan untuk mengetahui gambaran secara menyeluruh tentang tanggapan penderita depresi yang memilih pengobatan akupunktur. Populasi penelitian ini adalah seluruh pasien yang melakukan terapi akupunktur di Praktik Mandiri "CHT" Kab. Pasuruan. Sampel dalam penelitian ini adalah Pasien yang mengalami depresi yang datang ke Praktik Mandiri "CHT" Kab. Pasuruan.

Instrumen penelitian yang digunakan berupa wawancara semi terstruktur yang disusun oleh peneliti. Peneliti menanyakan pertanyaan kepada dengan panduan lembar wawancara dan disertai pertanyaan tambahan yang

berhubungan dengan keperluan pengambilan data.

## HASIL PENELITIAN

Responden dalam penelitian adalah pasien yang mengalami depresi dan memilih pengobatan akupunktur di Praktik Mandiri “CHT” Kab.Pasuruan. Hasil wawancara yang dilakukan kepada 10 pasien didapatkan bahwa penderita depresi memilih pengobatan akupunktur untuk penyembuhan dapat dikelompokkan berdasarkan lama sakit yang diderita oleh pasien tersebut.

**Tabel 1. Alasan Penderita Depresi Memilih Pengobatan Akupunktur Berdasarkan Lama Sakit yang diderita**

Informan	Lama Sakit	Pendapat Informan Mengenai Pengobatan Akupunktur
1	2 bulan	Akupunktur bisa menyembuhkan penyakit dan tidak ada efek samping terhadap saya
2	3 bulan	Bagus, membuat rileks dan pusing saya hilang
3	5 bulan	Tidak menimbulkan efek samping yang berlebihan, hanya meninggalkan warna merah pada bekas tusukan tetapi cepat hilang
4	6 bulan	Membuat susah tidur hilang, badan terasa enteng dan tidak ada efek samping
5	8,5 bulan	Harus rutin dan telaten karena memang pengobatan yang penyembuhannya dari dalam dan <i>back to nature</i>
6	10 bulan	Cocok dengan cara pengobatan yang bagus, bisa membuat tidur lebih nyenyak dan tidak menimbulkan efek samping
7	1 tahun	Rasanya ketika ditusuk ngilu, tapi hasilnya bagus bisa menghilangkan rasa sakit di kepala
8	1,5 tahun	Bisa membantu saya ketergantungan obat penenang
9	2 tahun	Hasilnya cepat terasa, tetapi harus melakukannya secara rutin
10	2,5 tahun	Membuat rileks, tidur nyenyak dan tidak ada efek samping

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa 10 informan yang mengalami depresi memilih pengobatan akupunktur. Dari 10 informan 5 informan mengatakan alasan memilih pengobatan akupunktur karena pengobatan akupunktur tidak menimbulkan efek samping.

## PEMBAHASAN

Hasil penelitian alasan penderita depresi memilih pengobatan akupunktur hasil wawancara yang dilakukan pada 10 informan mengatakan bahwa depresi membuat penderita sulit untuk tidur dan kadang-kadang kepala terasa sakit. Ketika penderita meminum obat penenang maka keluhan tersebut hanya hilang sementara, tetapi ketika penderita melaksanakan pengobatan akupunktur secara rutin maka keluhan tersebut berangsur-angsur menghilang dan tanpa menimbulkan efek samping. Berdasarkan tabel 1, terlihat bahwa masing-masing informan memiliki lama sakit yang berbeda. Lama sakit yang diderita memiliki waktu yang berbeda-beda, mulai dari 2 bulan sampai dengan 2, 5 tahun. Hasil penelitian menunjukkan bahwa lama sakit tidak memengaruhi lama atau tidaknya pengobatan akupunktur berlangsung.

Berdasarkan informasi yang di dapat dari 10 informan dapat diketahui bahwa alasan penderita memilih pengobatan

akupunktur adalah karena pengobatan akupunktur tidak menimbulkan efek samping dan membuat rileks pada penderita dengan gejala depresi. Pendapat ini sesuai dengan pendapat yang dikemukakan oleh Winderdge (1999) bahwa kegunaan akupunktur untuk kesehatan menunjukkan bahwa bisa menghilangkan rasa sakit dan lelah di tubuh, sakit kepala, menghilangkan stress, menambah stamina dan untuk relaksasi.

## KESIMPULAN

Alasan penderita depresi memilih pengobatan akupunktur adalah karena pengobatan akupunktur tidak memiliki efek samping. Selain itu, responden merasa bahwa setelah melakukan pengobatan akupunktur menjadi rileks, tidur menjadi nyenyak dan pengobatan akupunktur dapat digunakan sebagai alternatif untuk menghentikan konsumsi obat penenang.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alfiant, Ahmad Guntur, Frengki Apriyanto, Maltri Diana, Program Studi, Ilmu Keperawatan, Stikes Widyagama, and Husada Malang. 2019. "Pengaruh Psikoedukasi Terhadap Tingkat Pengetahuan." *Jl-KES: Jurnal Ilmu Kesehatan* 2(2):37-41.
- Edition, F., 2013. *Diagnostic and statistical manual of mental disorders*. Am Psychiatric Assoc. Hân, J., 2002. *China's Cultural Heritage*. Běijīng: Běijīng Yūyuán dàxué chūbǎnshè.
- H0wan, A.W.N. and Karsono, O.M.F., 2014. Alasan Pasien Non Tionghoa Menggunakan Pengobatan Akupunktur di Dua Klinik Akupunktur Surabaya Selatan Century: *Journal of Chinese Language, Literature and Culture*, 2(1), pp.30-43.
- Kaplan, H.i. and Sadock, B.J., 2010. *Buku ajar psikiatri klinis*. Jakarta: EGC. Kaplan, H.I dan B.j. Sadock. 1997. *Sinopsis Psikiatri*, Bina Rupa Aksara, Jakarta
- Kurniawati, Y., & Sose, F. D. K. (2021). Hubungan Strategi Koping Dengan Stres Warga Binaan Pemasyarakatan Di Rumah Tahanan Negara Kelas IIB Kupang. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 6(4).
- M0leong, L.J., 2000. *Metodologi Penelitian Kualitatif*, cet. XI. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Sadock, B.J. and Sadock, V.A., 2007. *Somatoform disorders*. Kaplan & Sadock's *Synopsis of Psychiatry: Behavioral Sciences/Clinical Psychiatry*. 10th ed. Philadelphia, Penn: Lippincott, Williams & Wilkins, 640.
- Saputra, K, Idayanti, A. 2000. *Akupunktur Dasar*. Airlangga, Surabaya
- Sejarah Akupunktur di Seluruh Dunia. 2013. 30 Juni 2020 [www.pohoseng.com/sejarah-akupunktur-di-seluruh-dunia/](http://www.pohoseng.com/sejarah-akupunktur-di-seluruh-dunia/)
- Sudarto, 1997, *Metodologi Penelitian Filsafat*, Raja Grafindo Persada, Jakarta.
- Suharsimi Arikunto, 2002, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, PT. Rineka Cipta, Jakarta.

Windridge, Charles. 1999. *Tong Sing The Chinese Book of Wisdom*. London:122 Arlington

Wu, J., Yeung, A.S., Schnyer, R., Wang, Y. and Mischoulon, D., 2012. Acupuncture for depression: a review of clinical applications. *The Canadian Journal of Psychiatry*, 57(7), pp.397-405.

Xiang, X.C. dan Zhang, P. 2008. How Acupuncture Works?

Neuroscientific Basic Underlying Acupuncture Analgesia. Available from URL

Yang, Yue N, Zhu X, Han Q, Liu Q, Yu J, et al.2013 Electro-acupuncture upregulates ERK signaling pathways and promotes adult hippocampal neural progenitors proliferation in a rat model of depression. *BMC Complementary & alternative medicine*.