

Modul Bahan Ajar
Mata Kuliah Keperawatan Komplementer :
TEORI AKUPRESSURE

Penyusun : Rita Puspa Sari, S.Pd, MPH

Tim Dosen Pengampu MK. Keperawatan Komplementer

Prodi D3 Keperawatan Fakultas Kedokteran
Universitas Mulawarman

Semester Genap Tahun Akademik 2020/2021

KATA PENGANTAR

Rasa syukur senantiasa kami panjatkan kehadirat Allah swt yang telah melimpahkan karunia dan Nikmat-Nya sehingga kami mampu menyelesaikan Modul Keperawatan Komplementer: Akupressure ini. Modul ini kami susun sebagai pedoman bagi Mahasiswa dan Dosen dalam melaksanakan perkuliahan Teori dikelas dan Praktikum Laboratorium di lingkungan Kampus maupun Praktik Kerja Lapangan di masyarakat.

Modul ini disusun mengacu pada materi perkuliahan konsep teori yang disampaikan oleh tim dosen di kelas secara kuliah Teori maupun Diskusi dan berdasarkan buku-buku Konsep Keperawatan komplementer khususnya materi Akupressure dan Jurnal-jurnal Kesehatan Akupressure yang berasal dari dalam dan luar negeri.

Modul ini digunakan sebagai panduan pada saat melakukan kuliah teori keperawatan komplementer : Akupressure dan dapat dikembangkan oleh dosen sesuai dengan issue terkini dan perkembangan teknologi keperawatan. disesuaikan dengan kondisi kampus, rumah sakit sebagai lahan praktik di masyarakat, potensi daerah, serta kebutuhan Mahasiswa,

Harapan kami Modul ini dapat membantu kelancaran Proses Belajar Mengajar di Kelas, Laboratorium Keperawatan dan praktik di masyarakat sebagai lahan Klinik.

Samarinda, 02 Februari 2021

Dosen Mata Kuliah,

Rita Puspa Sari, S.Pd, MPH

Tujuan Pembelajaran

Tujuan Umum :

Setelah mengikuti perkuliahan ini mahasiswa memaha teori dasar akupresur

Tujuan Khusus :

- Menjelaskan sejarah perkembangan akupresur
- Menjelaskan pengertian akupresur dengan pendekatan holistik
- Menjelaskan mekanisme kerja akupresur
- Menjelaskan pengertian *yin yang* dan aplikasinya dalam kehidupan sehari-hari, gangguan kesehatan dan pengobatan
- Menjelaskan pengertian Pergerakan Lima Unsur dan hukum- hukumnya serta aplikasinya dalam kehidupan sehari-hari, gangguan kesehatan dan pengobatan
- Menjelaskan pengertian, asal, dan fungsi *qi*
- Menjelaskan sistem organ tubuh manusia dalam akupresur beserta fenomenanya
- Menjelaskan pengertian tentang berbagai macam penyebab penyakit

Pokok Bahasan

1. Pengenalan dan sejarah akupresur
2. Mekanisme kerja
3. Pandangan holistik teori yin yang
4. Teori pergerakan lima unsur
5. Energi vital (qi)
6. Teori penyebab penyakit

Sejarah Perkembangan Akupressure

Berasal dari kata :

- accu = jarum

- pressure=penekanan

Cara penyembuhan dengan tehnik penekanan ,mempergunakan jari di titik akupunktur

Akupressure adalah cara pengobatan dengan melakukan rangsangan penekanan (pemijatan) pd titik tertentu dipermukaan tubuh (titik Akupunktur), dengan tujuan melancarkan aliran energi yang ada dalam tubuh utk mengembalikan keseimbangan yg menyebabkan tubuh akan berada dalam keadaan sehat.

Pijat: Sejak zaman dulu kala di kenal bangsa Indonesia Dikenal juga oleh bangsa lain sebagai Pengobatan alami, akan di lakukan secara naluri jika badan merasa tidak enak dan merupakan keterampilan keluarga Turun temurun.

Perkembangan Akupressure di Indonesia

1963 : Presiden Soekarno melalui Menkes Ilmu Pengobatan Timur Pilot Project Pengembangan Ilmu Akupunktur RSCM Program studi Sp 1 Akupunktur Medik Mata ajar Akupresur

1984 : Yayasan Pengobat Tradisional Indonesia: Mengembangkan pijat yang ada di Masyarakat Ilmu akupunktur sebagai dasar menata pola pijat di Indonesia. Keseragaman berbagai bentuk pijat, Istilah akupresur: pendekatan pijat Akupunktur

1989 : Dep Kes mengembangkan ilmu akupresur sebagai self care. Kajian penelitian oleh SP3T Kemkes : Pola pijat yang aman dan bermanfaat Di kembangan melalui integrasi dalam sistem pelayanan kesehatan di Puskesmas

Mekanisme Kerja Akupressure

Tujuan:

- 1) Melancarkan aliran enersi vital di seluruh bagian tubuh
- 2) Manusia Perlu enersi Menjalankan fungsi tubuh
- 3) Organ tubuh :
 - Enersi cukup Berfungsi baik
 - Tidak cukup Gangguan fungsi Keseimbangan tubuh terganggu
- 4) Titik akupresur :Pusat enersi vital terkumpul
- 5) Penekanan :Memperlancar enersi yang kemungkinan terhambat
- 6) Mempengaruhi : Aliran darah,transportasi cairan tubuh,sistem saraf,sistem hormonal dan limfe
- 7) Belum sepenuhnya terungkap.
- 8) Perlu penelitian lebih lanjut

Pandangan Holistic

Berasal dari Bhs Inggris :

Whole = Keseluruhan Cara pandang/Pandangan hidup Segi kehidupan Kesatuan yang utuh Alam semesta (Makro kosmos) dan Isi alam semesta (Mikrokosmos)

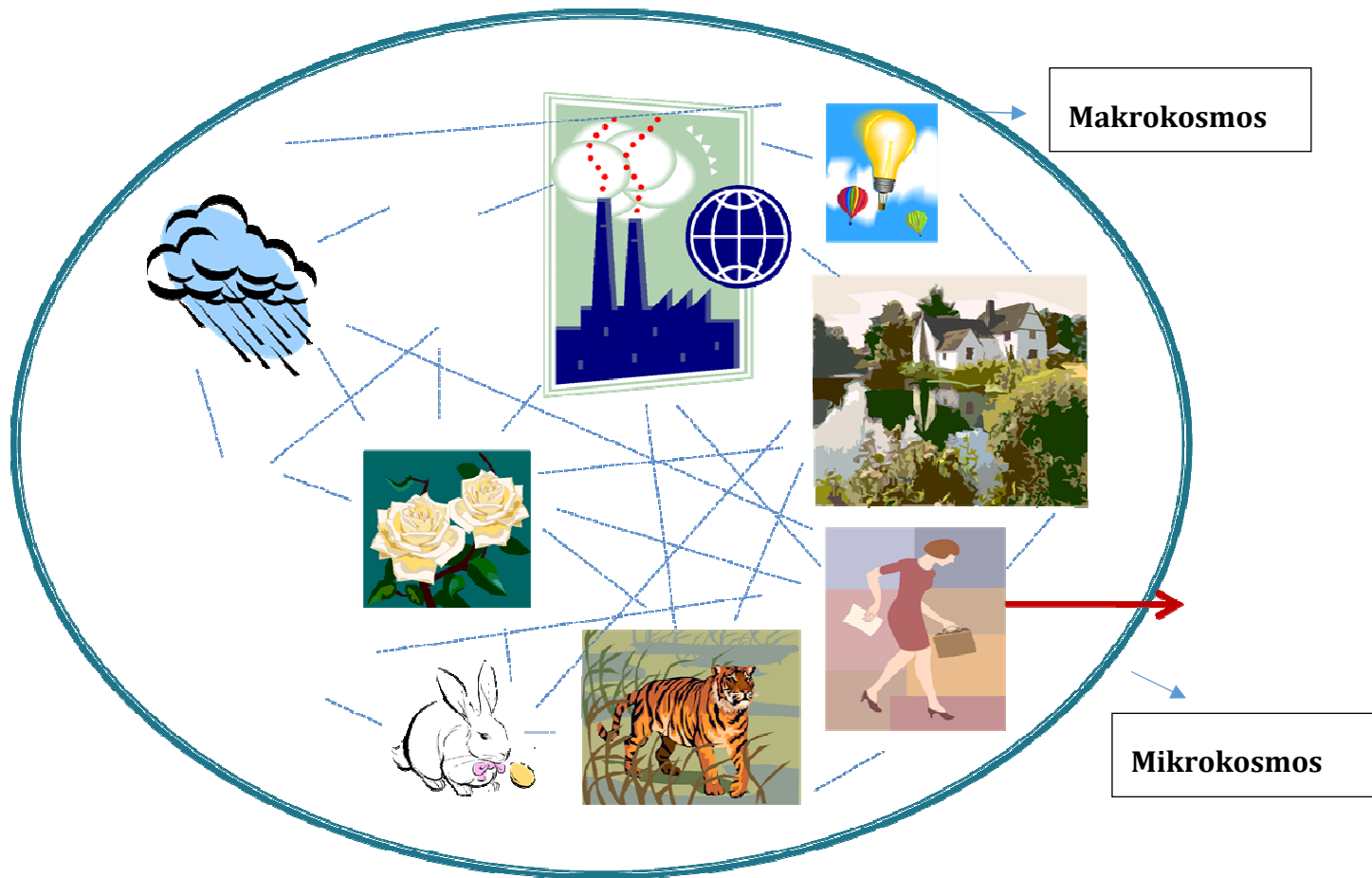
Tubuh manusia:

Keseimbangan penunjang satuan dari yang terkecil: Molekul sel, cairan jar penunjang organ

Keseimbangan kehidupan dalam tubuh, alam perlu di pertahankan terganggu sakit

Keseimbangan tersebut Meliputi: Fisik, spiritual, psikologi, ekonomi, sosial, budaya, dll

Untuk mendapat hasil optimal: Pandangan Menyeluruh dalam Hal: Memandang Analisa, Diagnosis, Mengatasi masalah, Hasil yang optimal



Teori Yin Yang

Bahasa China : Yin = bayangan, Yang = cahaya

2 aspek yg mendominasi kehidupan di alam yg saling bertentangan, mempunyai hubungan yang erat dan bergerak dinamis dalam sebuah kesatuan, tetapi tidak mutlak.

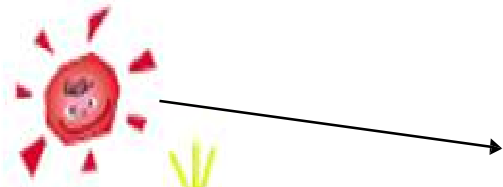
Contoh : terang-gelap, panas-dingin, tinggi-rendah, laki2-perempuan

Bersifat aktif : Yang, digambarkan sebagai api dengan segala sifatnya

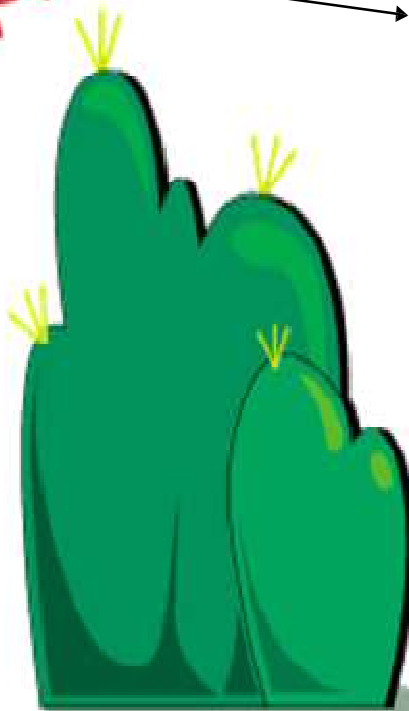
Bersifat pasif : Yin, digambarkan sebagai air dengan segala sifatnya

Contoh : Pria (yang) – wanita (yin), Pria - wanita berlawanan jenis tp saling terkait, saling membutuhkan, saling mempengaruhi. Pada tubuh pria terdapat sedikit hormon wanita, pada tubuh wanita terdapat sedikit hormon pria, (walau keduanya memiliki ciri yang berbeda namun tidak mutlak)

The : original meaning of Yin and Yang



Sunshine
(facing)



Shadow
(opposite)

Keadaan Yin dan Yang tidak mutlak, terkait keadaan dan sudut pandang.

Sesuatu yang di atas dinilai Yang, tp jika ada yang lebih atas dari itu, maka benda yang semula Yang berubah menjadi Yin dan yang lebih atas tadi menjadi Yang. Tiada Yin yang murni atau Yang yang murni sebab di dalam Yin terdapat Yang dan di dalam Yang terdapat Yin. Keseimbangan aspek Yin Yang mewujudkan keharmonisan dalam kehidupan, Kedinamisan Yin Yang merupakan usaha untuk mewujudkan keseimbangan

Conoh : . siang (panas) berganti ke malam (dingin)

Gangguan kesehatan pada manusia terj karena gangguan keseimbangan Yin Yang di dalam tubuhnya atau antara tubuh dengan alam sekitarnya.

PENGELOMPOKAN YIN YANG

NO	PENGELOMPOKAN	YIN	YANG
1	ALAM SEMESTA	GELAP, MALAM, AIR, BASAH/LEMBAB. BAWAH, DALAM, BARAT, UTARA	TERANG, SIANG, API, KERING, ATAS, LUAR , TIMUR, SELATAN
2	TUBUH MANUSIA	FISIK, WANITA, DADA, PERUT, SISI DALAM	MENTAL/PSIKIS, PRIA, PUNGGUNG, PINGGANG, SISI LUAR
3	ORGAN-ORGAN TUBUH	PARU2, LIMPA, JANTUNG, GINJAL, SELAPUT JANTUNG, HATI	USUS BESAR, LAMBUNG, USUS KECIL, KANDUNG KEMIH, TRI PEMANAS, KANDUNG EMPEDU
4	SIFAT PENYAKIT	KRONIS (MENAUN), TENANG, LAMA, DINGIN LEMBAB, DEFISIENSI	AKUT (MENDADAK), GELISAH, BARU, PANAS, KERING, EKSES
5	CARA TERAPI	MENGUATKAN, MENGHANGATKAN, MENAMBAH	MELEMAHKAN, MENDINGINKAN, MENGURANGI

Cara mengatasi gangguan kes dilakukan melalui usaha untuk mengembalikan keseimbangan Yin Yang dalam tubuh.

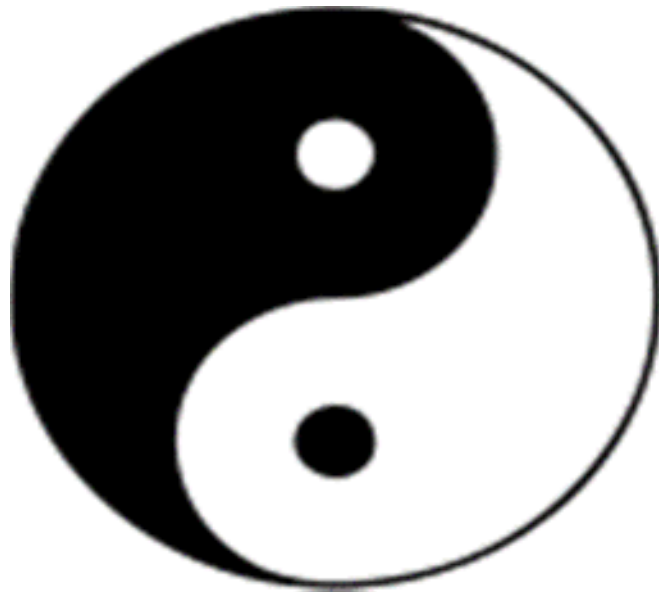
Yin dominan: Yang dikuatkan,

Yang dominan: * Yang dilemahkan atau * Yin dikuatkan

Pengelompokan Yin Yang dapat diterapkan dalam berbagai aspek kehidupan :

- perilaku alam semesta,
- perilaku makhluk hidup,
- letak masalah kesehatan,
- arah, sifat dan jenis masalah.

Pengelompokan digunakan dalam mengatasi gangguan kesehatan melalui pemberian rangsangan akupresur



Gambar yang menjelaskan sifat-sifat Yin Yang

Teori Pergerakan Lima Unsur

Teori yang menjelaskan tentang hub antara unsur-unsur yang ada di kehidupan alam semesta

(= Unsur2 kehidupan)

Berdasarkan sifat-sifatnya (nyata maupun imajinasi), segala sesuatu di alam semesta, termasuk manusia & bagian2nya digolongkan dalam 5 unsur yang saling berhubungan, yaitu : kayu, api, tanah, logam , air

SIFAT NYATA & IMAJINASI 5 UNSUR

KAYU (pohon) lurus, berkembang

API memanasi, membubung ke atas

TANAH penghasil, pengukuh, ketenangan

LOGAM keras, membunuh

AIR basah, licin, mengalir ke bawah

HUBUNGAN UNSUR-UNSUR KEHIDUPAN, MENGIKUTI PRINSIP-PRINSIP:

1. Hubungan saling menghidupkan

setiap unsur menghidupkan dan dihidupkan oleh unsur lain

- kayu menghidupkan api

- api menghidupkan tanah,

- tanah menghidupkan logam,

- logam menghidupkan air,
- air menghidupkan kayu

Gangguan pd salah satu unsur akan mengganggu unsur yg lain/unsur yg dihidupkan

HUBUNGAN UNSUR-UNSUR KEHIDUPAN:

Contoh :

- Jk kayu terlalu sedikit (lemah), api menjadi kecil,
- jk air terlalu sedikit, kayu tidak subur
- Pada ibu yang menyusui anaknya : jika ibu sakit anak menderita, jika anak sakit ibu menderita.

Unsur yg menghidupkan (menunjang) diibaratkan sbg ibu, unsur yang dihidupkan diibaratkan sebagai anak Disebut : HUKUM IBU-ANAK

HUBUNGAN UNSUR-UNSUR KEHIDUPAN:

Menghidupkan = melahirkan, menghasilkan, membantu pertumbuhan air menghidupkan kayu (tanam2an), kayu menghidupkan api, api menghasilkan tanah (abu), tanah menghasilkan logam, logam membentuk air Membatasi = mengendalikan, melemahkan, menekan, mengalahkan, menguasai, menjajah, membunuh kayu merusak tanah, tanah membendung air, air mematikan api, api mencairkan logam, logam memancung kayu

HUBUNGAN UNSUR-UNSUR KEHIDUPAN:

2. Hubungan saling membatasi/mengendalikan

Setiap unsur saling membatasi unsur yang lain.

- kayu mengendalikan tanah,
- tanah mengendalikan air,

- air mengendalikan api,
- api mengendalikan logam,
- logam mengendalikan kayu

jika prinsip 1 dan 2 tidak sesuai, akan hilang keseimbangan yang normal dan akan terjadi: Hubungan Penindasan (membatasi di luar batas normal) : air terlalu banyak akan memadamkan api, Hubungan Penghinaan (membatasi balik) : api terlalu besar akan mengeringkan air

HUBUNGAN UNSUR-UNSUR KEHIDUPAN:

3. Hubungan saling membatasi-menghidupkan dan hubungan saling menghidupkan-membatasi tercapai keseimbangan yang tertib dan normal, Tanah membatasi air supaya air menghidupkan kayu tidak terlalu besar dan kayu membatasi tanah agar tanah tidak terlalu kuat

Kayu: yang membatasi adalah logam dan yang kubatasi adalah tanah

Prinsip membatasi-menghidupkan:

Kayu merusak tanah, tanah menghasilkan logam, logam memancung kayu, api mencairkan logam, logam membentuk air, air mematikan api, tanah membendung air, air menyuburkan kayu, kayu menghidupkan api, api menyuburkan tanah

Cara memahami :

- Hati berhubungan dengan Kandung Empedu.

Hati dan Kandung Empedu memancarkan warna kehijauan.

Warna kehijauan nampak lebih jelas di muka jika hati

Terganggu. Emosi, marah dan jengkel, sangat mempengaruhi organ hati dan Kandung Empedu. Jengkel menyebabkan gangguan keseimbangan di hati yang mendorong keluarnya suara menjerit. Kelainan pada organ hati dapat tercermin melalui gangguan pada mata,

urat (tendon), dan air mata. Manifestasi yang muncul antara lain berupa: mata merah, katarak, rabun, mudah keseleo, kram, air mata berlebihan, air mata kering, dll.

- Semua hal di atas berhubungan erat karena berada dalam kelompok unsur yang sama: kayu

ENERGI VITAL (QI)

Materi dasar kehidupan manusia terdiri dari jing, qi (chi) dan shen.

Jing = materi,

qi = energi vital/energi kehidupan,

shen = semangat (fenomena).

Yg akan dibahas adalah qi atau energi vital pada tubuh manusia.

qi (bahasa China)

- daya kekuatan yang menyertai materi.

- Pada manusia qi = energi kehidupan yang menjadi sumber

kekuatan untuk hidup, berkembang, dan beraktivitas.

- qi bisa bersumber dari :

1. orangtua (qi bawaan)
2. makanan/minuman/udara (qi yang didapat)

1. qi bawaan mrpkan energi modal pertama manusia yang diperoleh dari Pencipta melalui orangtua, ayah mewakili yang, ibu mewakili yin,

2. qi didapat diperoleh setelah lahir, membawa sifat turunan, merupakan kekuatan hasil olahan organ dalam tubuh, didistribusikan ke seluruh bagian tubuh menjadi tenaga utk menjalankan fungsinya masing2. Pembentukan & penyebarannya melibatkan seluruh organ, sangat dipengaruhi oleh lingkungan

1. Qi organ

2. Qi meridian

PENGGOLONGAN Qi

(menurut fungsi dan letaknya): berada di setiap organ,

fungsi : memberi tenaga pd organ.

berada di meridian,

fungsi : memberi tenaga pd meridian.

3. Qi pertahanan tubuh

4. Qi darah

5. Qi turunan

berada di permukaan tubuh, Fungsi: mempertahankan tubuh dari serangan penyakit.

berada di dalam pembuluh darah, fungsi : penggerak & pemelihara darah.

berada di ginjal, fungsi : untuk reproduksi.

TEORI FENOMENA ORGAN

Teori untuk menilai keadaan fisiologis dan patologis organ dalam berdasarkan apa yang terlihat dari luar (fenomena), merupakan pencerminan keadaan organ dalam tsb.

Organ dalam terdiri dari :

1. Organ padat (zang)

2 .Organ berongga (fu)

Organ Zang : hati, jantung, limpa, paru-paru, ginjal, perikardium (selaput jantung)

fungsi : memproduksi, mendistribusikan, menyimpan substansi penting (qi, darah, cairan tubuh, dsb)

Organ Fu : kandung empedu, lambung, usus kecil, usus besar, kandung kemih, sanjiao (tri pemanas)

fungsi : menerima & mencerna makanan, menyalurkan dan mengeluarkan sisa /ampas

Organ Zang dan Fu simbolnya sama, fungsi dan sifatnya berkaitan, hubungan antara keduanya disebut 'hubungan luar dalam'

Tri Pemanas (Sanjiao)

Bukan merupakan organ nyata, tp generalisasi dari sebagian fungsi organ zang fu yang terletak pada berbagai tempat yang berbeda di dalam rongga tubuh.

Sanjiao terdiri dari :

Jiao atas (mewakili dada)

Jiao tengah (mewakili abdomen)

Jiao bawah (mewakili pelvis)

Fungsi

Menghangatkan organ zang dan fu.

Koordinasi kerja zang dan fu supaya dapat bekerja sama.

Keseimbangan cairan

Hubungan luar dalam dengan pericardium

Gangguan fungsi

Gangguan pada jiao atas gangguan fungsi paru-paru dan jantung.

Gangguan pada jiao tengah gangguan fungsi pada pencernaan.

Gangguan pada jiao bawah gangguan fungsi pada ginjal & kandung kemih.

TEORI PENYEBAB PENYAKIT

Orang dianggap sehat kalau unsur yin yang dalam tubuh seimbang.

Bila yin yang dalam tubuh tidak seimbang orang tersebut dianggap sakit.

Tidak seimbangnya unsur yin yang disebabkan oleh penyakit.

Kesehatan fisik (tubuh), pikiran, dan mental dipengaruhi oleh: alam (lingkungan) di tempat seseorang berada, emosi, kebiasaan hidup, kebiasaan makan dan kecelakaan yang menimpa. Untuk menjaga hidup agar tetap sehat, harus bisa menyesuaikan diri dengan lingkungan, memelihara emosi, mengendalikan kebiasaan hidup atau menghindari kecelakaan.

Daya tahan tubuh lemah penyakit mudah menyerang

ada 3 jenis penyebab penyakit :

Penyebab Penyakit Luar (PPL)

Penyebab Penyakit Dalam (PPD)

Penyebab Penyakit Lain-lain (PP golongan III).

1. Penyebab Penyakit Luar (PPL)

Keadaan udara seperti angin, dingin, panas, lembab, kering dan api.
masuk ke dalam tubuh melalui jalur meridian.

a. Angin

-bersifat yang,

-dianggap sebagai pimpinan /kendaraan bagi PPL,

-bila menyerang tubuh membawa hawa dingin/panas/lembab, dsb
disebut angin dingin /angin panas menyerang tubuh, dll.

-Gejala :

mendadak keluar keringat, takut dingin, pusing ber-putar2, gemetar, kejang, sakit ber-pindah2

b. Dingin

-bersifat yin,

-mengerutkan pemb. darah & meridian

-menyebabkan energi vital terhambat shg
menimbulkan rasa nyeri & ngilu.

Gejala serangan dingin:

Serangan terhadap bagian luar tubuh:

demam, takut dingin, sesak nafas, panas tak berkeringat, nyeri kepala, nyeri seluruh tubuh.

Serangan terhadap meridian :

otot kaku/ kejang, otot dan tulang nyeri, ngilu.

Serangan terhadap organ:

diare, muntah, usus berbunyi, nyeri daerah

perut, banyak buang air kecil.

c. Panas

Panas bersifat yang,

sering menyerang secara tiba tiba pada waktu sedang bekerja di tempat panas atau bekerja di bawah sinar matahari.

Gejala serangan panas:

banyak keringat, dapat hilang kesadaran, susah buang air besar, buang air kecil sedikit, haus, mengigau dan gelisah.

d. Lembab

Bersifat yin

biasanya menyerang pada musim pancaroba.

Gejala serangan lembab:

-perasaan badan berat, lesu, capai dan malas, - kepala terasa berat seperti dibebani barang berat,

-perut kembung, tidak nafsu makan, mual muntah,

-banyak dahak, bengkak.

e. Kering

Kering bersifat yang,

menyerang di musim panas, udara yang kering dapat mengganggu cairan tubuh.

Gejala yang timbul:

-kekurangan cairan,

-bibir dan mulut kering,

-nyeri tenggorokan,

-kelainan pada fungsi hidung, batuk,

-susah buang air besar.

f . Api

Api bersifat yang, dimaksudkan disini api yang derajatnya lebih tinggi dari panas dan kering.

Gejala :

perdarahan dan kejang.

2. Penyebab Penyakit Dalam (PPD)

Penyebab: emosi

Pada keadaan emosi timbul keluhan/penyakit

(Perasaan tertentu berkepanjangan akan mengganggu fungsi organ tubuh tertentu sesuai dengan hubungan 5 unsur.

Contoh

- bl seseorang terus menerus dikuasai oleh kemarahan maka organ hati akan terganggu,
- kalau seseorang menderita gangguan pada organ hati akan selalu marah-marah.
- Hubungan timbal balik antara organ tubuh dg emosi dikaitkan dengan tabel 5 unsur.

Emosi yang termasuk PPD:

- a. Gembira, berhubungan dengan jantung (api)
- b. Marah atau mendongkol, berhub dg hati (kayu)
- c. Rindu,berpikir,melamun, berhub dg limpa (tanah)
- d. Kuatir, sedih, berhub dg paru-paru (logam)
- e. Takut, berhub dg ginjal (air)
- f. Terkejut, berhub dg ginjal & jantung (air dan api.

3. Penyebab Penyakit lain2 (PP gol III)

Kebiasaan hidup yang salah,

Adaptasi thd lingkungan yang salah

Penyakit turunan

Kebiasaan hidup :

Kebiasaan tidur dan bangun, Kebiasaan kerja dan istirahat, Kebiasaan hubungan seksual, Kebiasaan makan minum, buang air besar dan kecil, Kebiasaan berpakaian, berkendara, berjalan, berolah raga, dsb

Kegagalan adaptasi/menyesuaikan diri thd lingkungan, digigit binatang, keracunan, kecelakaan/musibah

Penyebab penyakit turunan/kelemahan bawaan

Kondisi kesehatan ibu ketika hamil mempengaruhi bayi di dalam kandungan,

Jika ada kelemahan ibu waktu hamil menyebabkan organ2 penting bayi yang dikandung akan lemah.

Keadaan energi bawaan dari ayah-ibunya mempengaruhi pembentukan janin.