

BAB VII

PENUTUP

7.1 Kesimpulan

Terapi akupunktur pada titik *Sanyinjiao* (SP-6), *Yinlingquan* (SP-9) dan *Taixi* (KI3) serta pemberian dekokta buah cabe jawa (*Piper retrofractum Vahl*) yang diminum 1 kali sehari pada malam hari, selama 24 hari dapat meringankan gejala disfungsi ereksi.

7.2 Saran

Agar disfungsi ereksi yang di derita pasien tidak bertambah parah dan dapat meringankan gejala lebih lanjut :

1. Kurangi aktivitas seks atau masturbasi secara berlebihan, karena dapat menyebabkan shen/ginjal terkuras.
2. Dapat dilakukan pijat atau akupresure mandiri pada titik titik *Sanyinjiao* (SP-6), *Yinlingquan* (SP-9) dan *Taixi* (KI3) serta titik lainnya yg dapat mengurangi gejala dari DE.
3. Batasi makan makanan berlemak dan yang mengandung garam tinggi serta minuman yg mengandung gula tinggi, karena dapat mengundang patogen lembab panas dan memperburuk organ xin/jantung,pi/limpa dan shen/ginjal.
4. Perhatikan asupan nutrisi yang seimbang yang dapat mengurangi gejala dari DE terutama makanan yg banyak mengandung zink dan magnesium. Seperti kepiting, udang, tiram, lobster, daging ayam, daging sapi, kacang-kacangan (kacang kedelai, kacang tanah, kacang mete dan lainnya) serta sayuran hijau dan buah (bayam, alpukat, pisang dan lainnya).