

TUGAS AKHIR

**PENANGANAN OBESITAS DENGAN KOMBINASI TERAPI PIJAT
SWEDISH PADA AREA PINGGANG DAN PERUT, AKUPRESUR PADA
TITIK *TIANSHU*, *TAIXI*, *SANYINJIAO*, DAN *NEITING*, SERTA
PEMBERIAN SEDIAAN TEH HIJAU**



NAILA ROHMATUL ZAIDAH

NIM. 151710413001

**PROGRAM STUDI D3 PENGOBAT TRADISIONAL
FAKULTAS VOKASI
UNIVERSITAS AIRLANGGA
2020**

TUGAS AKHIR

**PENANGANAN OBESITAS DENGAN KOMBINASI TERAPI PIJAT
SWEDISH PADA AREA PINGGANG DAN PERUT, AKUPRESUR PADA
TITIK *TIANSHU*, *TAIXI*, *SANYINJIAO*, DAN *NEITING*, SERTA
PEMBERIAN SEDIAAN TEH HIJAU**

Karya Ilmiah Tugas Akhir sebagai salah satu syarat untuk

memperoleh gelar Ahli Madya Pengobat Tradisional

NAILA ROHMATUL ZAIDAH

NIM. 151710413001

PROGRAM STUDI D3 PENGOBAT TRADISIONAL

FAKULTAS VOKASI

UNIVERSITAS AIRLANGGA

SURABAYA

2020

HALAMAN PENGESAHAN

PENANGANAN OBESITAS DENGAN KOMBINASI TERAPI PIJAT SWEDISH PADA AREA PINGGANG DAN PERUT, AKUPRESUR PADA TITIK *TIANSHU*, *TAIXI*, *SANYINJIAO*, DAN *NEITING*, SERTA PEMBERIAN SEDIAAN TEH HIJAU

NAILA ROHMATUL ZAIDAH

NIM. 151710413001

26 April 2020

Menyetujui,

Dosen Pembimbing I



Edith Frederika P, S. KM., M.Sc
NIK. 197912172015043201

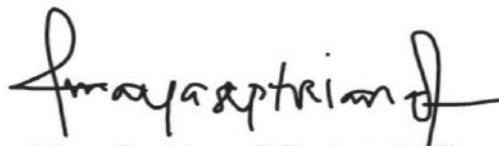
Dosen Pembimbing II



Dr. ira Arundina, drg., M.si
NIP.197110281997022002

Mengetahui,

Koordinator Program Studi D3 Pengobat Tradisional



Maya Septriana, S.Si., Apt., M/Si
NIP. 196909142016043201

LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS

Hasil karya tulis akhir ini merupakan hasil karya diri sendiri baik dari semua sumber baik yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar. Bagian atau keseluruhan isi pada hasil akhir yang ditulis ini tidak pernah digunakan atau diajukan oleh bidang studi/universitas lain untuk diajukan guna mendapatkan gelar akademis dan tidak pernah dipublikasikan atau ditulis oleh individu selain penyusun kecuali bila dituliskan dengan format kutipan dalam isi karya akhir.

Apabila ditemukan bukti pernyataan saya tidak benar, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai ketentuan yang berlaku di Universitas Airlangga.

Lamongan, 26 April 2020

Yang menyatakan,

A green postage stamp with the text "METERAI TEMPEL" at the top, "TGL." below it, and the number "6000" in large digits. Below the number is "ENAM RIBURUPIAH". A signature is written over the stamp. The stamp also contains the alphanumeric code "D8F0BAHF553082160".

Naila Rohmatul Zaidah

Tugas Akhir ini telah diujikan dan dinilai

Oleh panitia penguji pada Program Studi D3 Pengobat Tradisional

Fakultas Vokasi

Universitas Airlangga

Pada Tanggal 6 Juli 2020

Panitia Penguji Tugas Akhir

Ketua : DR. Widati F. dr., M.Kes. SPGk

Anggota : 1. Edith Frederika P, S. KM., M.Sc

2. Dr. ira Arundina, drg., M.si

KATA PENGANTAR

Segala puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, atas rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir yang berjudul “Penanganan Obesitas Menggunakan Penanganan Obesitas Dengan Kombinasi Terapi Pijat *Swedish* Pada Area Pinggang Dan Perut, Akupresur Pada Titik *Tianshu*, *Taixi*, *Sanyinjiao*, Dan *Neiting*, Serta Pemberian Sediaan Teh Hijau” sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan pendidikan Program Studi D3 Pengobat Tradisional Fakultas Vokasi Universitas Airlangga.

Terima kasih banyak saya sampaikan kepada Bu Edith Frederika P, S. KM., M.Sc selaku Dosen pembimbing I dan Dr. ira Arundina, drg., M.si sebagai dosen pembimbing II yang telah meluangkan banyak waktu untuk memberikan bimbingan, arahan, masukan serta motivasi dengan penuh kesabaran sehingga tugas akhir dapat terselesaikan.

Tugas Akhir ini dapat terselesaikan atas dukungan dan bantuan dari banyak pihak baik tenaga, pikiran, maupun material. Oleh karena itu penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada :

1. Prof. Dr. H Widi Hidayat, M.Si.,AK selaku dekan Fakultas Vokasi Universitas Airlangga yang telah memberikan kesempatan untuk mendapatkan pendidikan Program Studi D3 Pengobat Tradisional Fakultas Vokasi Universitas Airlangga.
2. Maya Septriana, S.Si.,Apt,M.Si selaku Ketua Program Studi D3 Pengobat Tradisional yang telah memberikan kesempatan untuk mendapatkan pendidikan

Program Studi D3 Pengobat Tradisional Fakultas Vokasi Universitas Airlangga serta selalu membimbing dan memberikan masukan saat kuliah.

3. Keluargaku tercinta, ayah, mama, saudaraku Naili & Shakira, mbauti, mbahkung, mak, Almarhum mbahkung, paktde, budhe, sepupu ku mb Nana, mb Putri yang selalu semangat memberikan motivasi, dukungan, masukan, kritikan, saran, dan doa sehingga saya mampu menempuh dan menyelesaikan pendidikan saya.
4. Teman terdekatku yang tak bisa disebutkan namanya, terima kasih sudah mau membantu serta mengarahkan saya dalam menempuh pendidikan saya.
5. Seluruh teman IMM (Ikatan Mahasiswa Muhammadiyah) yang telah membantu serta memberikan motivasi kepada saya selama tiga tahun dalam menempuh pendidikan.
6. Sahabat tercinta ku Yuninda, Maretak, Saski, Beby, Nining, Puti, Anisha, dan Tyara yang sudah sangat membantu saya dalam menempuh pendidikan serta menyelesaikan Tugas Akhir saya.
7. Seluruh teman kelas D3 Pengobat Tradisional tahun 2017 yang telah membantu serta memberikan dukungan kepada saya selama tiga tahun menempuh pendidikan.
8. Seluruh pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu yang telah membantu dalam menyelesaikan tugas akhir ini.

Demikian ucapan terima kasih yang bisa penulis sampaikan, semoga segala ilmu dan amal yang diberikan dibalas Allah SWT sebagai ilmu bermanfaat.

Lamongan, 26 April 2020

Penulis

RINGKASAN

Obesitas merupakan kejadian ketidakseimbangan antara energi yang masuk ke dalam tubuh dengan energi yang dikeluarkan oleh tubuh. Banyaknya energi yang masuk ke dalam tubuh tidak sesuai dengan aktivitas yang dilakukan. Banyaknya energi yang berlebihan dalam tubuh ini, nantinya akan disimpan di dalam jaringan lemak sehingga menyebabkan berat badan seseorang menjadi bertambah berat dari sebelumnya. Asupan energi yang tinggi disebabkan oleh tingginya konsumsi karbohidrat dan lemak, akan tetapi penderita obesitas ini melakukan aktivitas yang ringan, sehingga lemak yang tertimbun dalam tubuh tidak banyak yang dibakar.

Di provinsi Jawa Timur prevalensi obesitas juga memiliki perubahan angka persentase yang sangat tinggi dari tahun 2013 ke tahun 2018 yakni mulai dari 8,4% menjadi 23,7%. Padahal dapat diketahui bahwa semakin meningkatnya kasus obesitas menyebabkan meningkatnya risiko penyakit degeneratif seperti diabetes mellitus tipe II, gangguan jantung seperti aterosklerosis, penyumbatan arteri pada paru, asma, kanker, hipertensi, gagal jantung, *stroke*, serta adanya gangguan seperti nyeri pinggang atau *chronic back pain* dalam kurun waktu yang lama dan timbul gangguan pada kandung empedu (Montanari & Ryan, 2015).

Obesitas dalam TCM disebut “*fei pang*” (*overweight*) atau “*tan yin*” (*fat man*) (Qingshen, 2002). Berat badan yang berlebihan ini dikarenakan adanya disfungsi pada limpa dan ginjal serta adanya akumulasi dahak lembab pada tubuh (Yin & Liu, 2000). Dalam jurnal (Hua-wang, et al., 2019) *pathogenesis* obesitas yang utama yaitu obstruksi pembuluh darah akibat defisiensi *Qi* dan stagnasi lembab yang dapat disebabkan berbagai macam faktor internal dan eksternal seperti stagnasi *Qi* hati, defisiensi limpa, atau terlalu berlebihan dalam mengonsumsi makanan yang berlemak. Selain itu, obesitas juga dapat disebabkan oleh adanya panas pada lambung dan usus besar serta defisiensi *Qi* limpa dan lambung (Lacey, et al., 2013).

Sebagai upaya mengatasi obesitas dapat dilakukan secara tradisional dengan pijat, akupresur dan herbal. Tujuan dilakukan studi kasus ini adalah untuk mengetahui apakah terapi pijat *Swedish* pinggang dan perut, akupresur pada titik *Tianshu* (ST-25), *Sanyinjiao* (SP6), *Taixi* (KI3), dan *Neiting* (ST44) serta seduhan daun teh hijau (*Camellia sinensis* L.) dapat menurunkan IMT serta lingkaran pinggang pada penderita obesitas. Terapi pijat dan akupresur dilakukan tiga kali dalam 1 minggu selama 2 minggu, dan terapi herbal dilakukan selama 14 hari.

Hasil pada pemberian terapi pijat *Swedish* area pinggang dan perut, akupresur titik *Tianshu* (ST25), *Sanyinjiao* (SP6), *Taixi* (KI3), *Neiting* (ST44), serta kombinasi herbal seduhan daun teh hijau (*Camellia sinensis* L.) pada pasien obesitas selama 2 minggu mampu menurunkan berat badan, IMT, lingkaran pinggang, dan LILA.