

BAB V

PERAWATAN

5.1 Bentuk Kegiatan

Kegiatan ini berupa studi kasus mata minus (miopia) yang terjadi sebelum terapi, saat terapi dan setelah terapi dengan pengobatan akupunktur disertai pemberian herbal.

5.2 Waktu dan Tempat Pelaksanaan

Studi kasus ini akan dilakukan selama 24 hari, pada bulan Mei s.d Juni 2011, dalam satu seri terapi yaitu sebanyak 12 kali pertemuan dengan jeda waktu dua hari sekali terapi. Tempat pelaksanaan terapi yaitu di Poli Obat Tradisional Indonesia (Poli OTI) Rumah Sakit Umum Dr. Soetomo Surabaya serta di kediaman pasien yaitu di rumah kos Jl. Kedung Tarukan Baru Surabaya.

5.3 Bahan dan Alat

Bahan dan alat yang digunakan, antara lain:

a. Akupunktur

Jarum akupunktur 0.5 dan 1 cun	Kapas
Alkohol 70%	Tensimeter
Stetoskop	Klem atau penjepit
Stimulator AES	Tempat jarum dan kapas bekas

b. Herbal

Wortel	Air jeruk nipis
Bayam	Sendok pengaduk
Juicer	Gelas ukur
Gelas	Mangkuk
Timbangan	Wadah berlubang
Pisau	Tissue
Sampah	

5.4 Prosedur**a. Persiapan**

Persiapan yang perlu dilakukan sebelum melakukan terapi akupunktur adalah sebagai berikut:

1. Mempersiapkan jarum akupunktur 0.5 dan 1 cun yang akan digunakan.
2. Mempersiapkan tempat jarum dan kapas bekas.
3. Mempersiapkan stimulator AES yang akan digunakan, memasang kabel stimulator sesuai dengan arus listriknya, memeriksa kembali apakah stimulator masih berfungsi dengan baik atau tidak.
4. Mempersiapkan klem atau penjepit yang akan digunakan untuk menjepit kapas beralkohol agar tetap steril dan tidak terkontaminasi dengan tangan terapis.
5. Sterilisasi tangan terapis dengan menggunakan alkohol 70%.

6. Mempersiapkan kapas beralkohol dan kapas kering secukupnya. Kapas beralkohol digunakan untuk sterilisasi pada daerah atau titik akupunktur yang dipilih saat terapi, sedangkan kapas kering digunakan untuk menutup dan membersihkan daerah atau titik akupunktur bila terjadi pendarahan setelah pencabutan jarum.
7. Mempersiapkan peralatan lainnya untuk pasien, seperti tensimeter dan stetoskop.

Persiapan yang perlu dilakukan sebelum melakukan terapi herbal adalah sebagai berikut:

1. Mencuci wortel dan bayam dengan air mengalir hingga kotoran yang menempel hilang. Bila diperlukan, gosok perlahan wortel dengan menggunakan sikat yang lembut. Untuk pencucian bayam, letakkan pada wadah berlubang khusus untuk mencuci sayur. Rendam beberapa saat, kemudian goyang-goyangkan dengan tangan agar pasir yang menempel pada bayam hilang. Lakukan pencucian tersebut beberapa kali hingga bersih.
2. Meniriskan wortel dan bayam pada wadah berlubang.
3. Mengupas tipis kulit wortel dengan menggunakan pisau.
4. Memotong wortel hingga menjadi beberapa bagian yang sama besar agar mempermudah proses penyarian dengan menggunakan juicer.
5. Meletakkan kedua bahan tersebut (wortel dan bayam) dalam wadah yang bersih secara terpisah.

6. Memeras satu buah jeruk nipis sebagai penambah rasa jus wortel dan bayam. Kemudian, meletakkan hasil perasan air jeruk nipis dalam sebuah mangkuk bersih.

b. Tahap Perawatan

Berikut adalah beberapa tahapan melakukan perawatan untuk mata minus (miopia), antara lain:

1. Pada pagi hari, terapis mengolah bahan segar sesuai dengan takaran yaitu wortel sebanyak 200 g dan bayam 50 g untuk dijadikan segelas jus yang akan diminum pasien.
2. Wortel sebanyak 200 g dimasukkan ke dalam juicer secara bertahap. Kemudian bayam sebanyak 50 g juga dimasukkan ke dalam juicer secara bertahap. Masukkan jus wortel dan bayam ke dalam gelas ukur. Cairan yang dihasilkan adalah 180 ml. Aduk hingga merata dengan sendok pengaduk. Tambahkan perasan air jeruk nipis 1 sdt. Diminum 2 hari sekali @ 180 ml, saat pagi hari sebelum makan.
3. Tidak diperbolehkan menyimpan jus wortel dan bayam terlalu lama. Dalam sekali resep pembuatan jus wortel dan bayam, sebaiknya langsung diminum saat itu juga, karena bila terlalu lama disimpan dapat menyebabkan perubahan reaksi senyawa yang terkandung dalam kedua bahan tersebut.
4. Pada malam harinya, terapis mendatangi kediaman pasien yaitu rumah kos di Jl. Kedung Tarukan Baru Surabaya.

5. Melakukan pemeriksaan terhadap pasien (pengamatan, penciuman dan pendengaran, anamnesa serta perabaan).
6. Menentukan diagnosa, titik terapi akupunktur dan teknik terapi yang akan dilakukan berdasarkan data yang telah di dapat dari pemeriksaan pasien.
7. Mempersilahkan pasien untuk mengganti baju bila diperlukan agar mempermudah pelaksanaan terapi. Selanjutnya, mempersilahkan pasien berbaring dengan posisi terlentang, miring atau tengkurap sesuai dengan letak titik akupunktur yang akan dilakukan terapi.
8. Melakukan tindakan sterilisasi tangan, alat dan bahan yang akan digunakan dengan alkohol 70%.
9. Melakukan sterilisasi pada daerah sekitar titik akupunktur yang telah ditentukan.
10. Melakukan terapi akupunktur pada titik utama yaitu *Cuanzhu* (BL.2), *Yintang* (EX.HN.3), *Yuyou* (EX.HN.4) dan *Taiyang* (EX.HN.5) serta titik tambahan yaitu *Zusanli* (ST.36), *Pishu* (BL.20), *Baihui* (Du.20), *Fengchi* (GB.20), *Guangming* (GB.37), *Shenshu* (BL.23), *Ganshu* (BL.18), *Sanyinjiao* (SP.6), *Shenmen* (HT.7) dan *Quchi* (LI.11).
11. Data perawatan yang dilakukan terapis pada pasien.

Minggu Pertama Terapi

Terapi ke-1 : Pemberian herbal pada pagi hari sebelum makan yaitu jus wortel dan bayam @180 ml. Pada malam hari terapi akupunktur menggunakan titik *Cuanzhu* (BL.2),

Yintang (EX.HN.3), *Yuyou* (EX.HN.4) dan *Zusanli* (ST.36).

Terapi ke-2 : Pemberian herbal pada pagi hari sebelum makan yaitu jus wortel dan bayam @180 ml. Pada malam hari terapi akupunktur menggunakan titik *Yintang* (EX.HN.3), *Baihui* (Du.20), *Cuanzhu* (BL.2) dan *Taiyang* (EX.HN.5).

Terapi ke-3 : Pemberian herbal pada pagi hari sebelum makan yaitu jus wortel dan bayam @180 ml. Pada malam hari terapi akupunktur menggunakan titik *Guangming* (GB.37), *Sanyinjiao* (SP.6), *Cuanzhu* (BL.2) dan *Yintang* (EX.HN.3).

Terapi ke-4 : Pemberian herbal pada pagi hari sebelum makan yaitu jus wortel dan bayam @180 ml. Pada malam hari terapi akupunktur menggunakan titik *Yintang* (EX.HN.3), *Taiyang* (EX.HN.5), *Shenmen* (HT.7) dan *Yuyou* (EX.HN.4).

Minggu Kedua Terapi

Terapi ke-5 : Pemberian herbal pada pagi hari sebelum makan yaitu jus wortel dan bayam @180 ml. Pada malam hari terapi akupunktur menggunakan titik *Baihui* (Du.20), *Fengchi* (GB.20), *Shenshu* (BL.23) dan *Ganshu* (BL.18).

- Terapi ke-6 : Pemberian herbal pada pagi hari sebelum makan yaitu jus wortel dan bayam @180 ml. Pada malam hari terapi akupunktur menggunakan titik *Guangming* (GB.37), *Zusanli* (ST.36), *Cuanzhu* (BL.2) dan *Yintang* (EX.HN.3).
- Terapi ke-7 : Pemberian herbal pada pagi hari sebelum makan yaitu jus wortel dan bayam @180 ml. Pada malam hari terapi akupunktur menggunakan titik *Cuanzhu* (BL.2), *Yintang* (EX.HN.3), *Yuyou* (EX.HN.4) dan *Quchi* (LI.11).
- Terapi ke-8 : Pemberian herbal pada pagi hari sebelum makan yaitu jus wortel dan bayam @180 ml. Pada malam hari terapi akupunktur menggunakan titik *Yuyou* (EX.HN.4), *Baihui* (Du.20), *Yintang* (EX.HN.3) dan *Taiyang* (EX.HN.5).

Minggu Ketiga Terapi

- Terapi ke-9 : Pemberian herbal pada pagi hari sebelum makan yaitu jus wortel dan bayam @180 ml. Pada malam hari terapi akupunktur menggunakan titik *Pishu* (BL.20), *Shenshu* (BL.23), *Ganshu* (BL.18) dan *Baihui* (Du.20).
- Terapi ke-10 : Pemberian herbal pada pagi hari sebelum makan yaitu jus wortel dan bayam @180 ml. Pada malam hari terapi akupunktur menggunakan titik *Yintang* (EX.HN.3),

Taiyang (EX.HN.5), *Guangming* (GB.37) dan *Sanyinjiao* (SP.6).

Terapi ke-11 : Pemberian herbal pada pagi hari sebelum makan yaitu jus wortel dan bayam @180 ml. Pada malam hari terapi akupunktur menggunakan titik *Yuyou* (EX.HN.4), *Taiyang* (EX.HN.5), *Shenmen* (HT.7) dan *Quchi* (LI.11).

Terapi ke-12 : Pemberian herbal pada pagi hari sebelum makan yaitu jus wortel dan bayam @180 ml. Pada malam hari terapi akupunktur menggunakan titik *Guangming* (GB.37), *Zusanli* (ST.36), *Cuanzhu* (BL.2) dan *Taiyang* (EX.HN.5).

12. Memasangkan kabel stimulator pada jarum akupunktur yang telah dibenamkan pada beberapa titik akupunktur selama \pm 20 menit, kecuali titik akupunktur yang terletak di sekitar mata, kepala dan pergelangan tangan.
13. Mematikan stimulator segera setelah sensor alat stimulator berbunyi, kemudian lepaskan satu per satu kabel stimulator yang masih berada pada jarum akupunktur tersebut.
14. Mencabut jarum akupunktur dari tubuh pasien dan membuangnya pada tempat jarum dan kapas bekas.
15. Merapikan kembali alat dan bahan yang telah digunakan.

16. Memberikan informasi, nasehat serta saran untuk kesehatan pasien dan keberhasilan terapi menjadi optimal.

5.5 Komunikasi, Informasi dan Edukasi

1. Mengurangi kebiasaan di depan laptop terlalu lama.
2. Menerapkan membaca dengan jarak pandang ± 30 cm.
3. Selalu mengingat bahwa mata memerlukan waktu untuk beristirahat.
Oleh karena itu, menggunakan kacamata hanya bila diperlukan saja.
4. Memperbaiki pola tidur minimal 8 jam sehari dan jangan bangun sebelum jam 03.00 WIB
5. Makan teratur 3x sehari.
6. Perbanyak minum air putih dan sesuaikan dengan warna urine.
7. Perbanyak konsumsi sayur berwarna hijau dan oranye serta buah berwarna ungu seperti blueberry, anggur, dll.
8. Olahraga ringan, jogging 20 menit 2 hari sekali.