

SKRIPSI

**PENGARUH METODE TERAPI AKUPUNKTUR TERHADAP
KELEBIHAN BERAT BADAN DAN OBESITAS**



Oleh :

ASIAH CHARIL AINI

NIM 151510483010

PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN PENGOBAT TRADISIONAL

FAKULTAS VOKASI

UNIVERSITAS AIRLANGGA

SURABAYA

2022

IR - PERPUSTAKAAN UNIVERSITAS AIRLANGGA

**PENGARUH METODE TERAPI AKUPUNKTUR TERHADAP
KELEBIHAN BERAT BADAN DAN OBESITAS**

SKRIPSI

Disusun oleh :

ASIAH CHARIL AINI

151510483010

**PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN PENGOBAT TRADISIONAL
FAKULTAS VOKASI
UNIVERSITAS AIRLANGGA
SURABAYA**

**PENGARUH METODE TERAPI AKUPUNKTUR TERHADAP
KELEBIHAN BERAT BADAN DAN OBESITAS**

HALAMAN JUDUL

Skripsi

Sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar

Sarjana Terapan

Pada

**Program Studi Pengobat Tradisional
Fakultas Vokasi, Universitas Airlangga**

Oleh

ASIAH CHARIL AINI

NIM 151510483010

Menyetujui,

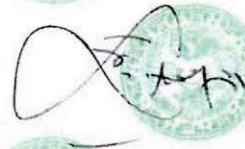
Dosen Pembimbing Utama



(Prof. Dr. Ir. Suhariningsih)

NIP. 195206271979012001

Dosen Pembimbing Serta



(Dr. Lilik Herawati dr., M. Kes., AIFO)

NIP. 197503142003122001

Mengetahui,

Koordinator Program Studi

Sarjana Terapan Pengobat Tradisional



(Maya Septriana, S.Si., Apt., M.Si.)

NIP. 196909142016043201

**HALAMAN PENGESAHAN
SKRIPSI**

**PENGARUH METODE TERAPI AKUPUNKTUR TERHADAP
KELEBIHAN BERAT BADAN DAN OBESITAS**

OLEH :

ASIAH CHARIL AINI

NIM. 151510483010

Surabaya, 11 Juli 2022

Menyetujui,

Dosen Pembimbing Utama



(Prof. Dr. Ir. Suhariningsih)

NIP. 195206271979012001

Dosen Pembimbing Serta



(Dr. Lilik Herawati dr., M. Kes., AIFO)

NIP. 1975031420031220011

Mengetahui,

Koordinator Program Studi

Sarjana Terapan Pengobat Tradisional



(Maya Septriana, S.Si., Apt., M.Si.)

NIP. 196909142016043201

**PENGARUH METODE TERAPI AKUPUNKTUR TERHADAP
KELEBIHANBERAT BADAN DAN OBESITAS**

OLEH :

ASIAH CHARIL AINI

NIM. 151510483010

**Skripsi ini telah diuji dan dinilai oleh panitia penguji
Program Studi Sarjana Terapan Pengobat Tradisional
Fakultas Vokasi
Universitas Airlangga
Pada tanggal 11 Juli 2022**

Ketua Penguji



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

Anggota Penguji I



Tjiitra Wardani, dr., MS
NIP. 194904232021015263

Anggota Penguji II



Prof. Dr. Ir. Suhariningsih
NIP. 195206271979012001

Anggota Penguji III



Dr. Lilik Herawati dr., M. Kes., AIFO
NIP. 197503142003122001

**Mengetahui,
Koordinator Program Studi
Sarjana Terapan Pengobat Tradisional**



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

LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS SKRIPSI

Yang bertanda tangan dibawah ini,

Nama : ASIAH CHARIL AINI

Nim : 151510483010

Program studi : Diploma IV Pengobat Tradisional

Judul Penelitian : PENGARUH METODE TERAPI AKUPUNKTUR
TERHADAP KELEBIHAN BERAT BADAN DAN OBESITAS

Dengan ini menyatakan bahwa :

Skripsi ini adalah benar-benar karya sendiri, dan bukan hasil plagiat dari karya orang lain. Karya-karya yang tercantum dalam daftar pustaka skripsi ini semata digunakan sebagai acuan/referensi. Apabila kemudian hari diketahui bahwa skripsi merupakan hasil plagiat, maka saya bersedia menanggung akibat hukum dari keadaan tersebut.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan segala kesadaran.

Surabaya, 11 Juli 2022

Yang membuat pernyataan,



Asiah Charil Aini

151510483010

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah atas segala Rahmat dan karunia-Nya sehingga dapat terselesaikannya skripsi dengan judul **“Pengaruh Terapi Akupunktur Terhadap Kelebihan Berat Badan Dan Obesitas”** sebagai salah satu persyaratan akademis dalam rangka menyelesaikan kuliah di Fakultas Vokasi Universitas Airlangga. Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tidak dapat terselesaikan dengan baik tanpa bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Anwar Ma'ruf, M.Kes., drh. selaku Dekan Fakultas Vokasi Universitas Airlangga.
2. Sianiwati Goenharto, drg., MS. selaku Ketua Departemen Kesehatan Fakultas Vokasi Universitas Airlangga.
3. Maya Septriana, S.Si., Apt., M.Si. selaku Koordinator Program Studi D-IV Pengobat Tradisional Fakultas Vokasi Universitas Airlangga.
4. Ario Imandiri, dr., Sp.Ak. selaku dosen wali yang telah memberikan bimbingan dan arahan selama perkuliahan.
5. Prof. Dr. Suhariningsih, Ir. selaku Dosen Pembimbing Utama yang dengan sabar memberikan bimbingan, kritik, dan saran dalam penyusunan skripsi ini.
6. Dr. Lilik Herawati dr., M. Kes., AIFO selaku Dosen Pembimbing Pendamping yang dengan sabar memberikan bimbingan, kritik, dan saran dalam penyusunan skripsi ini.
7. Seluruh Dosen Universitas Airlangga yang telah memberikan ilmunya selama masa perkuliahan.
8. Seluruh keluarga besar D-IV dan D-III BATTRA, serta teman-teman seperjuangan angkatan 2015-2017 atas semua dukungan, semangat, dan kerjasamanya.

9. Keluarga penulis yaitu Bapak, Ibu, dan Adik yang telah menjadi penyemangat saya serta selalu memberikan doa, dukungan, dan materiil sehingga skripsi ini dapat selesai.
10. M. Abdil Aziz S.Ak dan Elvina Dyah Pramesti S.M., M.M selaku kakak kandung dan kakak ipar saya yang telah menjadi pembimbing secara langsung sehingga skripsi ini dapat selesai
11. Defi Laila R teman yang telah membntu dan menemani saya hingga skripsi ini dapat selesai
12. Sri Astuti, Mia Pratiwi, Tri Wahyuni, Helnins Alawiansyah dan Mei Eka selaku kakak online yang telah memberi semangat selama perjalanan skripsi saya.
13. Semua pihak yang selalu mendukung dan mendoakan saya hingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini.

Surabaya, 31 Juni 2022

Penulis,

Asiah Charil Aini

**PENGARUH METODE TERAPI AKUPUNKTUR
TERHADAP KELEBIHAN BERAT BADAN DAN
OBESITAS**

Asiah Charil Aini

ABSTRAK

Obesitas di definisikan sebagai penumpukan lemak yang berlebihan akibat dari ketidakseimbangan asupan energi dengan energi yang digunakan. Obesitas dan kegemukan terjadi karena adanya penumpukan lemak yang berlebih pada tubuh baik secara regional yaitu bagian tubuh tertentu maupun keseluruhan bagian tubuh. Obesitas dapat terjadi apabila dalam suatu periode waktu, lebih banyak kilo kalori yang masuk ke dalam tubuh melalui makanan daripada yang digunakan untuk menunjang kebutuhan energi tubuh. Dalam penanganannya obesitas dapat ditangani dengan terapi farmakologis maupun non farmakologis. Terapi akupunktur adalah salah satu pilihan terapi non farmakologis yang dapat dipilih untuk menangani obesitas. Penelitian ini bertujuan mengumpulkan dan menganalisis jurnal yang berkaitan dengan pengaruh terapi akupunktur terhadap obesitas. Metode pencarian literatur dalam review ini dilakukan pada bulan Desember 2021– Juni 2022 dengan menggunakan beberapa basis data seperti, *google scholar*, *pubmed*, *researchgate* dan *europa PMC* dengan kata kunci ” *Acupuncture, Obesity, Weight Loss*”. Hasil yang didapatkan dari penelusuran jurnal adalah terapi akupunktur memberikan hasil yang baik terhadap obesitas, seperti penurunan angka IMT, lingkar pinggang dan meningkatkan rasa kenyang. Titik yang paling banyak digunakan adalah *Zusanli* (ST 36), *Tianshu* (ST 25), *Sanyinjiao* (SP 6), *Daheng* (SP15) dan *Quchi* (LI 11). Dan metode yang sering digunakan adalah Elektroakupunktur. Berdasarkan hasil analisis tersebut didapatkan hasil bahwa metode akupunktur dapat digunakan sebagai terapi alternatif untuk pengobatan obesitas

Kata Kunci : Akupunktur, Obesitas, Titik Akupunktur

**THE EFFECT OF ACUPUNCTURE THERAPY METHOD
ON THE OVERWEIGHT AND OBESE**

Asiah Charil Aini

ABSTRACT

Obesity is defined as excessive fat accumulation resulting from an imbalance between energy intake and energy used. Obesity and overweight occur due to the accumulation of excess fat in the body regionally, namely certain body parts or all parts of the body. Obesity can occur if, over a period of time, more kilocalories enter the body through food than are used to support the body's energy needs. Handling of obesity can be treated with pharmacological and non-pharmacological therapy. Acupuncture therapy is one of the non-pharmacological therapy options that can be chosen to treat obesity. This study aims to collect and analyze journals related to the effect of acupuncture therapy on obesity. The literature search method in this review was carried out from December 2021 - June 2022 using several databases such as Google Scholar, Pubmed, Researchgate, and Europe PMC with the keywords "Acupuncture, Obesity, Weight Loss". The results obtained from journal searches are that acupuncture therapy provides good results for obesity, such as decreasing BMI, waist circumference, and increasing satiety. The most widely used points are Zusanli (ST 36), Tianshu (ST 25), Sanyinjiao (SP 6), Daheng (SP 15), and Quchi (LI 11). And the method that is often used is Electroacupuncture. Based on the analysis results, it was found that the acupuncture method can be used as an alternative therapy for treating obesity

Keywords : acupuncture, obesity, acupuncture point.

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL DEPAN.....	i
HALAMAN SAMPUL DALAM	ii
HALAMAN JUDUL.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS SKRIPSI.....	vi
KATA PENGANTAR	vii
ABSTRAK	ix
ABSTRACT	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
SINGKATAN DAN ARTI LAMBANG	xv
 BAB 1 PENDAHULUAN	 1
1.1. LATAR BELAKANG MASALAH	1
1.2. RUMUSAN MASALAH.....	5
1.3. TUJUAN UMUM PENELITIAN.....	5
1.4. TUJUAN KHUSUS PENELITIAN.....	5
1.5. MANFAAT PENELITIAN	6
 BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	 7
2.1. LANDASAN TEORI.....	7
2.1.1.DEFINISI OBESITAS.....	7
2.1.2.FAKTOR PENYEBAB OBESITAS	9
2.1.3.PENILAIAN ATAU PENENTUAN DAN KLASIFIKASI OBESITAS ...	14
2.1.4.PATOFISOLOGIS OBESITAS	15
2.1.5.OBESITAS MENURUT ILMU KEDOKTERAN TIMUR	18
2.1.6.PENYEBAB OBESITAS MENURUT PERSPEKTIF TCM.....	20
2.1.7.TIPE OBESITAS MENURUT TCM	22
2.1.8.DEFISIENSI QI LIMPA.....	24
2.1.9.METODE AKUPUNKTUR UNTUK MENURUNKAN BERAT BADAN	25
2.1.10. MEKANISME KINERJA AKUPUNTUR DALAM MENGURANGI BERAT BADAN	25
 BAB 3 REVIEW JURNAL.....	 27
3.1. METODE REVIEW JURNAL.....	27
3.2. TIPE STUDI.....	27
3.3. KRITERIA INKLUSI.....	27
3.4. KRITERIA EKSKLUSI	27

3.5. STRATEGI PENCARIAN LITERATUR	28
3.6. PENELUSURAN JURNAL	28
 BAB 4 PEMBAHASAN	 50
 BAB 5 SIMPULAN DAN SARAN	 59
5.1. SIMPULAN	59
5.2. SARAN	59

DAFTAR TABEL

TABEL 3.1. TABEL REVIEW JURNAL	30
TABEL 4.1. TABEL PENJELASAN TITIK AKUPUNTUR	57

DAFTAR GAMBAR

GAMBAR 2.1. TINGKAT OBESITAS	15
GAMBAR 2.2. MEKANISME NOURAL DAN HOMURAL.....	17
GAMBAR 3.1. DIAGRAM ALUR REVIEW JURNAL	29
GAMBAR 4.1. TITIK <i>ZUSANLI</i> (ST 36).....	57
GAMBAR 4.2. TITIK <i>TIANSHU</i> (ST 25).....	57
GAMBAR 4.3. TITIK <i>SANYINJIAO</i> (SP 6).....	57
GAMBAR 4.4. TITIK <i>DAHENG</i> (SP 15).....	58
GAMBAR 4.5. TITIK <i>QUCHI</i> (LI 11).....	58
GAMBAR 4.6. MERIDIAN LAMBUNG	57
GAMBAR 4.7. MERIDIAN LIMPA.....	57
GAMBAR 4.9. MERIDIAN USUS BESAR	58

SINGKATAN DAN ARTI LAMBANG

BFP	: <i>Body Fat Percentage</i>
BMI	: <i>Body Mass Index</i>
BL	: <i>Bladder Meridian</i>
CCK	: <i>Cholecystokinin</i>
CV	: <i>Conception Vessel Meridian</i>
EA	: <i>Electroacupuncture</i>
F	: <i>Fat</i>
GB	: <i>Gallbladder Meridian</i>
HC	: <i>Hip Circumference</i>
HDL	: <i>High-Density Lipoprotein</i>
hsCRP	: <i>high sensitivity C-Reactive Protein</i>
IL-6	: <i>Interleukin- 6</i>
IMT	: <i>Indeks Masa Tubuh</i>
LI	: <i>Large Intestine Meridian</i>
LV	: <i>Liver Meridian</i>
MAMT	: <i>Manual Acupuncture and Massage Therapy</i>
MAT	: <i>Manual Acupuncture Therapy</i>
NPY	: <i>Neuropeptide Y</i>
RN	: <i>Ren Meridian</i>
SAS	: <i>Self-Rating Anxiety Scale</i>
SJ	: <i>Sanjiao Meridian</i>
SP	: <i>Spleen Meridian</i>

ST	: <i>Stomach Meridian</i>
TCM	: <i>Traditional Chinese Medicine</i>
TE	: <i>Triple Energizer Meridian</i>
TFEQ	: <i>Three Factor Eating Questionnaire</i>
TFM	: <i>Trunk Fat Mass</i>
TNF- α	: <i>Tumor Necrosis Factor- Alpha</i>
QoL	: <i>Quality of Life</i>
WBR	: <i>Waist-To-Buttocks Ratio</i>
WC	: <i>Waist Circumference</i>
WHO	: <i>World Health Organization</i>
WHR	: <i>Waist To Hip Ratio</i>
WHtR	: <i>Waist-Height Ratio</i>