

BAB 7

PENUTUP

7.1 Kesimpulan

Berdasarkan studi kasus yang dilakukan pada penanganan miopia dapat disimpulkan bahwa hasil terapi setelah diberikan akupunktur dan herbal menunjukkan bahwa miopia berkurang dari jumlah sebelumnya minus mata kanan dari -2,75 D menjadi -2,50 D, sedangkan minus mata kiri dari -1,50 D menjadi -1,00 D. Mata minus berkurang 0,5 D.

7.2 Saran

1. Melakukan seri terapi lanjutan baik terapi akupunktur maupun terapi herbal untuk mendapatkan hasil yang maksimal.
2. Untuk hasil yang optimal pada seri lanjutan difokuskan pada penyebab bukan pada gejala sindroma yakni defisiensi darah hati dan defisiensi Qi limpa.
3. Mengurangi kebiasaan menonton televisi dan bermain gadget dengan jarak dekat sambil tiduran.
4. Mengurangi kebiasaan di depan laptop terlalu lama.
5. Pasien seharusnya memperbanyak konsumsi sayur dan buah-buahan. Serta konsumsi air yang cukup dengan diimbangi olahraga yang teratur setiap hari.
6. Makan secara teratur 3 kali sehari.
7. Memperbaiki pola tidur minimal 8 jam sehari serta menggunakan kacamata hanya saat diperlukan.
8. Pasien seharusnya lebih bersifat terbuka dan tidak berfikir secara berlebihan.