

BAB 7

PENUTUP

7.1 Kesimpulan

Kombinasi terapi pijat *Dachangshu* (BL 25), *Tianshu* (ST 25), *Daheng* (SP 15), *Neiting* (ST 44) dan terapi herbal lidah buaya (*Aloe vera* (L.) Burm.F.) selama 30 hari dapat membantu meningkatkan frekuensi defekasi, juga mengurangi upaya mengedan, dan nyeri perut yang dialami pasien sembelit.

7.2 Saran

Hasil studi kasus sembelit dengan kombinasi terapi pijat *Dachangshu* (BL 25), *Tianshu* (ST 25), *Daheng* (SP 15), *Neiting* (ST 44) dan terapi herbal lidah buaya (*Aloe vera* (L.) Burm.F.) tidak menutup kemungkinan masih terdapat kekurangan. Untuk itu disarankan melakukan terapi lanjutan secara rutin karena tidak menutup kemungkinan sembelit akan kambuh lagi. Disarankan menghindari makanan yang dapat memicu timbulnya sembelit.