

RINGKASAN

Tidur merupakan kebutuhan dasar yang dibutuhkan oleh semua orang. Untuk dapat berfungsi secara optimal, maka setiap orang memerlukan tidur yang cukup. Tidur merupakan suatu keadaan bawah sadar yang di alami seseorang, yang dapat dibangunkan kembali dengan indra atau rangsangan yang cukup (Guyton,1996). Menurut TCM, insomnia merupakan gejala gangguan pada tidur, seperti susah untuk memulai tidur, tidur dengan perasaan tidak tenang, jumlah waktu tidur yang kurang, dan lain lain. Berdasarkan deferensiasi sindromnya, insomnia dibagi menjadi 6 kategori yaitu hiperaktivitas api hati, gangguan internal dahak panas, hiperaktivitas api karena defisiensi *Yin*, defisiensi jantung dan limpa, defisiensi *Qi* jantung dan kandung empedu, dan disharmoni jantung dan ginjal.

Pada studi kasus ini, pasien adalah susah tidur, terutama ketika akan memulai tidur dan mempertahankan tidurnya. Pasien baru memulai tidur sekitar pukul 01:00 WIB dan bangun pukul 04:00 WIB. Keadaan ini bertambah berat jika pasien terlalu banyak pikiran atau merasa stres dan jika terlalu banyak kegiatan. Ketika terbangun di pagi hari pasien merasa lemas dan berat. Otot lidah gemuk, berwarna merah menandakan adanya patogen lembab dan panas di dalam limpa dan lambung yang kemudian mengakibatkan timbulnya patogen lembab dan panas. Selaput tipis dan berwarna putih merupakan pertanda dari *Yin* tidak cukup dan api terlalu membara.. Ujung lidah berwarna merah menandakan api dari jantung membara. Permukaan lidah terdapat bintik-bintik (ekimosis) merupakan pertanda serangan patogen panas yang berat. Terdapat tapal gigi menandakan adanya lembab dalam tubuh. Terdapat *fiissure* ditengah pada area limpa dan lambung menunjukkan adanya patogen lembab dalam tubuh. Diagnosa terhadap pasien ialah insomnia dengan sindrom hiperaktivitas api hati. Prinsip terapi yaitu dengan menghilangkan api hati dan menenangkan pikiran.

Terapi yang digunakan adalah terapi akupuntur pada titik *Sishencong (EX-HN 1)*, *Neiting (ST 44)*, *Shenmen (HT 7)* Serta Pemberian Jus Kangkung Darat (*Ipomea reptans Poir*). Terapi akupuntur dilakukan sebanyak 12 kali terapi, seminggu 3x terapi. Terapi nutrisi berupa jus kangkung darat (*Ipomea reptans Poir*). dengan dosis 200 ml tiap kali minum dan diberikan 2x sehari diberikan selama 28 hari.

Berdasarkan penatalaksanaan pada studi kasus ini, disimpulkan bahwa penanganan insomnia sindrom hiperaktivitas api hati menggunakan titik akupuntur pada titik *Sishencong (EX-HN 1)*, *Neiting (ST 44)*, *Shenmen (HT 7)* Serta Pemberian Jus Kangkung Darat (*Ipomea reptans Poir*) selama 28 hari dapat memberikan efek yang baik bagi penderita insomnia.