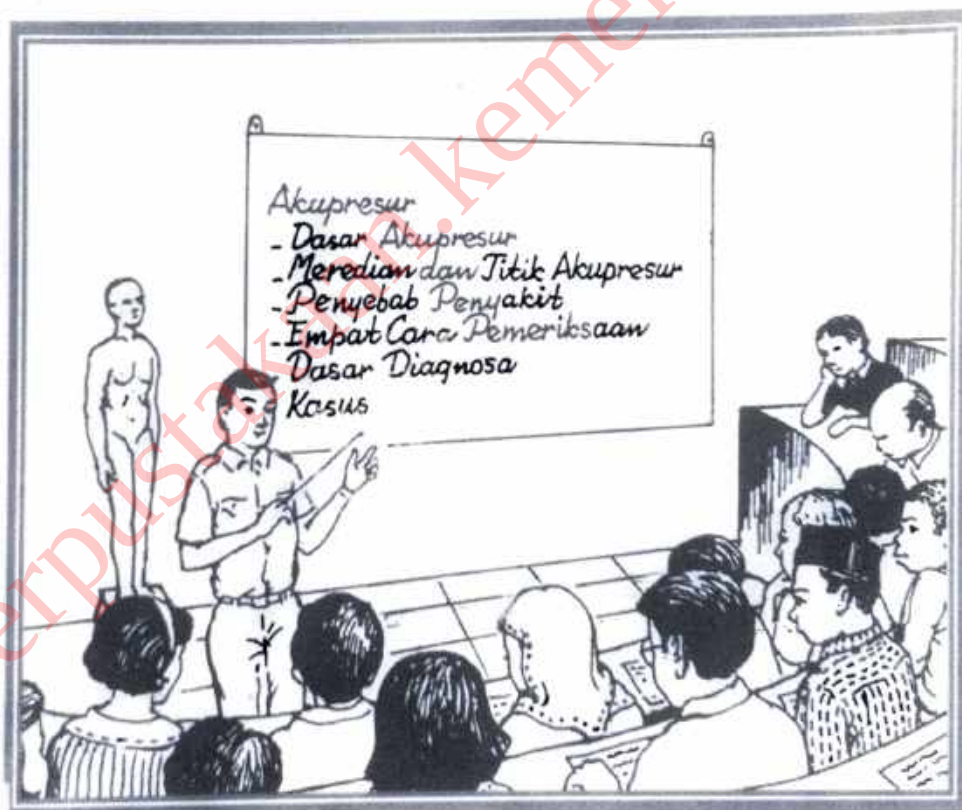




PEDOMAN  
PELATIHAN AKUPRESUR  
UNTUK  
PETUGAS KESEHATAN



15.822

d

DEPARTEMEN KESEHATAN RI  
2004



615.822  
Ind  
p

615.822  
Ind  
p

# **PEDOMAN PELATIHAN AKUPRESUR UNTUK PETUGAS KESEHATAN**

perpustakaan.kemkes.go.id

Diterbitkan oleh :  
Departemen Kesehatan R.I  
Direktorat Jenderal Bina Kesehatan Masyarakat  
Direktorat Kesehatan Komunitas  
Jakarta  
2004

615.822  
357/b-ag Ind  
17-6-ag P  
H

615.822

Ind

p

Katalog Dalam Terbitan Departemen Kesehatan R.I

Indonesia, Departemen Kesehatan, Direktorat

Jenderal Bina Kesehatan Masyarakat

Pedoman pelatihan akupresur untuk petugas

Kesehatan. -- Jakarta : Departemen Kesehatan, 2004

I Judul

1. MESSAGE

2. REFLEXOLOGY

3. HEALTH MANPOWER-TRAINING

## **TIM PENYUSUN**

AGNES M LOUPATTY, Dr. M.Kes

BARON SUWITO

HASAN MIHARDJA, Dr

PUTU OKA SUKANTA

PETRUS GITO MARIO, Dr

PUSPA INDRAWATI, SKM, M.Kes

SITI MARIYANAH

SITI MONAWAROH, SKM

WAHYU S, Drg

JOPIE KAMBAY, MSc, Dr

YVONNE SIBOE, Dr

ZORNI FADIA, Dr

**DILARANG MENGUTIP MEMPERBANYAK  
BUKU INI TANPA SEIZIN DEPARTEMEN KESEHATAN R.I**

[perpustakaan.kemendes.go.id](http://perpustakaan.kemendes.go.id)

## KATA PENGANTAR

### EDISI - I

Pembangunan kesehatan tidak saja diselenggarakan oleh pemerintah atau swasta tetapi juga oleh masyarakat yang dimulai dari tingkat keluarga. Akupresur merupakan cara pengobatan tradisional yang tepat sebagai alternatif pengobatan ditingkat keluarga, karena lebih praktis, murah, dapat dilakukan sendiri dimana saja dan kapan saja.

Untuk itu perlu dikembangkan penerapan pengobatan akupresur dalam upaya peningkatan kesehatan, pencegahan penyakit, pengobatan ringan dan pemulihan kesehatan baik ditingkat keluarga, masyarakat, maupun puskesmas dan fasilitas kesehatan lainnya. Agar masyarakat dapat mempraktekkan pengetahuan dan ketrampilan teknik akupresur dengan benar dan tepat perlu dilakukan pelatihan-pelatihan dimulai dari mempersiapkan pelatih (Fasilitator) baik petugas kesehatan maupun non kesehatan, kemudian petugas tersebut dapat melatih kader akupresur yang selanjutnya diharapkan pengetahuan dan keterampilan akupresur ini dapat disebarluaskan ke masyarakat sekitarnya.

Departemen Kesehatan RI merasa perlu menerbitkan buku Pedoman pelatihan akupresur bagi pelatih maupun kader yang dapat digunakan oleh berbagai pihak sebagai pegangan dalam penyelenggaraan pelatihan bagi pelatih dan kader akupresur. Pada edisi pertama ini baru diterbitkan seri pelatihan bagi petugas (pelatih). Dengan adanya buku pedoman ini diharapkan pengetahuan dan ketrampilan akupresur dapat diterapkan dengan baik dan tepat oleh masyarakat.

Kepada Tim Penyusun, kami sampaikan penghargaan dan terima kasih atas sumbangan fikirnya sehingga buku ini dapat terwujud. Saran dan masukan untuk penyempurnaan buku ini sangat diharapkan.

Jakarta, Februari 2005

a.n. Direktur Jenderal  
Pembinaan Kesehatan Masyarakat  
Kepala Direktorat  
Bina Keran Serta Masyarakat



Dr. Widayastuti Wibisana MSc.(PH)  
NIP. 140051640

[perpustakaan.kemendes.go.id](http://perpustakaan.kemendes.go.id)

## KATA PENGANTAR

### EDISI II

Akupresur atau pijat akupunktur adalah salah satu cara pengobatan tradisional berdasarkan ilmu akupunktur yang mudah, praktis, aman dan bermanfaat untuk meningkatkan kesehatan perorangan dan keluarga. Dengan meningkatnya minat masyarakat memanfaatkan akupresur maka diperlukan pedoman praktis untuk pengembangan akupresur kepada masyarakat. Oleh karena itu perlu dilakukan pelatihan berjenjang kepada petugas kesehatan, fasilitator atau instruktur baik dari jajaran Kesehatan maupun nonkesehatan, dari tingkat Pusat, Propinsi, Kabupaten/Kota dan Puskesmas.

Untuk memenuhi permintaan dari daerah maka "Buku Pedoman Pelatihan Akupresur Untuk Petugas Kesehatan dan Kader" (Depkes RI 1998) dicetak ulang dengan berbagai koreksi baik redaksional maupun teknis, khususnya pada Bab Uraian Singkat Materi Ajaran. Selain itu pada cetakan Edisi II ini judul diganti menjadi "Pedoman Pelatihan Akupresur Untuk Petugas Kesehatan".

Buku ini diperuntukkan bagi tenaga kesehatan juga oleh tenaga fasilitator lain dan dapat digunakan dalam rangka memberikan pelatihan kepada masyarakat.

Kepada Tim penyusun, dan pihak-pihak yang telah memberi masukan untuk perbaikan kami sampaikan penghargaan dan terima kasih.

Selanjutnya saran dan masukan

Jakarta, Februari 2005

Direktur Kesehatan Komunitas 

**Dr. Faizati Karim, MPH**

perpustakaan.kemendes.go.id

## DAFTAR ISI

|                                                                       | HAL    |
|-----------------------------------------------------------------------|--------|
| KATA PENGANTAR EDISI I .....                                          | v      |
| KATA PENGANTAR EDISI II .....                                         | vi     |
| DAFTAR ISI .....                                                      | ix     |
| <br><b>BAB I</b> PENDAHULUAN .....                                    | <br>1  |
| <br><b>BAB II</b> MODUL PELATIHAN AKUPRESUR BAGI PETUGAS .....        | <br>3  |
| A. PELATIHAN PETUGAS .....                                            | 3      |
| B. SISTEMATIKA MATERI PELATIHAN .....                                 | 4      |
| <br><b>BAB III</b> MODUL DASAR DAN URAIAN MATERI .....                | <br>5  |
| 1. MD-1 Program Pembinaan Pengobatan Tradisional dan Sentra P3T ..... | 5      |
| 2. MD-2 Pengenalan Akupresur Dalam Kesehatan Mandiri. ....            | 15     |
| <br><b>BAB IV</b> MODUL INTI DAN URAIAN SINGKAT MATERI .....          | <br>18 |
| URAIAN SINGKAT MATERI AJARAN TEORI DASAR AKUPRESUR .....              | 20     |
| a. Pandangan Holistik .....                                           | 20     |
| b. Teori Yin dan Yang .....                                           | 20     |
| c. Pengertian Meridian dan Titik Akupresur .....                      | 22     |
| d. Teori Pergerakan lima Unsur .....                                  | 26     |
| e. Materi Dasar .....                                                 | 26     |
| URAIAN SINGKAT MATERI AJARAN FENOMENA ORGAN .....                     | 30     |
| a. Organ dalam tubuh dan fungsi sesuai dengan ilmu Akupresur .....    | 30     |
| b. Fungsi dan gangguan fungsi Organ .....                             | 30     |
| URAIAN SINGKAT MATERI AJARAN MERIDIAN DAN TITIK AKUPRESUR             |        |
| a. Meridian .....                                                     | 37     |

|                                                                                 |     |
|---------------------------------------------------------------------------------|-----|
| b. Titik Akupresur .....                                                        | 40  |
| c. Jalannya (Topografi,) Lokasi dan Indikasi (fungsi) Titik .....               | 43  |
| URAIAN MATERI AJARAN PENYEBAB PENYAKIT .....                                    | 59  |
| A. Penyebab Penyakit luar (PPL) .....                                           | 59  |
| B. Penyebab Penyakit Dalam (PPD) .....                                          | 60  |
| C. Penyebab Penyakit Golongan Ketiga .....                                      | 61  |
| URAIAN SINGKAT MATERI AJARAN EMPAR CARA PEMERIKSAAN<br>DAN DASAR DIAGNOSA ..... | 64  |
| A. Empat cara pemeriksaan .....                                                 | 64  |
| B. Dasar Diagnosa .....                                                         | 66  |
| URAIAN SINGKAT MATERI AJARAN TATALAKSANA TERAPI .....                           |     |
| A. Cara Memijat .....                                                           | 69  |
| B. Hal-hal yang perlu diperhatikan sebelum memijat .....                        | 70  |
| C. Cara memilih titik akupresur yang tepat .....                                | 70  |
| URAIAN SINGKAT MATERI AJARAN PEMBAHASAN KASUS .....                             | 75  |
| LAMPIRAN .....                                                                  | 91  |
| 1. NOMENKLATUR TITIK AKUPUNKTUR .....                                           | 97  |
| 2. PETA LOKASI TITIK AKUPUNKTUR .....                                           | 98  |
| (Tampak muka, belakang dan samping) .....                                       | 100 |

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. LATAR BELAKANG**

Akupresur merupakan salah satu pengobatan tradisional dengan melakukan pemijatan pada titik akupunktur, dapat digunakan untuk pengobatan sendiri di rumah, dalam rangka meningkatkan kemandirian sehat.

Untuk pendaagunaannya diperlukan peningkatan kemampuannya dan ketrampilan masyarakat dalam hal akupresur untuk mengatasi gangguan kesehatan. Terlebih dahulu perlu dilakukan pelatihan akupresur bagi petugas kesehatan, selanjutnya petugas tersebut akan melatih kader dan kemudian kader meneruskan kepada masyarakat.

Dalam pelaksanaan pelatihan kader, petugas kesehatan dapat bekerjasama dengan fasilitator akupresur lainnya. Untuk menghindari perbedaan materi dan metoda pelatihan perlu adanya pedoman pelatihan sebagai acuan bagi setiap pengajar.

#### **B. TUJUAN**

**Umum :**

Meningkatkan Kesehatan masyarakat melalui pengobatan sendiri di rumah akupresur yang berdayaguna dan berhasilguna.

**Khusus:**

1. Kemampuan tenaga kesehatan sebagai pelatih akupresur
2. Meningkatnya pengetahuan dan ketrampilan tenaga kesehatan tentang akupresur.

#### **C. PESERTA**

Peserta Pelatihan adalah :

1. Tenaga Kesehatan Propinsi dan Kabupaten/Kota
2. Tenaga Kesehatan Puskesmas
3. Tenaga Kesehatan Rumah Sakit.

#### **D. PELAKSANA**

1. Instansi Pemerintah
2. Swasta
3. Masyarakat (LSM)

## **E. MATERI PELATIHAN DAN WAKTU**

**Materi pelatihan terdiri dari :**

- |                     |                    |
|---------------------|--------------------|
| 1. Materi Dasar     | : 4 jam pelajaran  |
| 2. Materi Inti      | : 49 jam pelajaran |
| 3. Materi penunjang | : 8 jam pelajaran  |
| <hr/>               |                    |
| Total               | : 61 jam pelajaran |

**Materi dasar terdiri dari :**

1. Pembinaan Pengobatan Tradisional dan Sentra P3T
2. Pengenalan Akupresur dalam pengobatan Mandiri

**Materi Inti :**

1. Teori Dasar Akupresur
2. Fenomena Organ
3. Meridian dan titik Akupresur
4. Penyebab Penyakit
5. Empat cara pemeriksaan dan dasar diagnosa
6. Tatalaksana terapi
7. Penata laksana kasus.

## BAB II

### MODUL PELATIHAN AKUPRESUR BAGI PETUGAS KESEHATAN

#### A. Pelatihan Bagi Petugas Kesehatan

Garis garis besar pelatihan akupresur untuk pelatihan terdiri dari :

1. Materi Dasar
2. Materi Inti
3. Materi Penunjang

##### Ad.1 Materi Dasar :

Yang dimaksud dengan materi dasar adalah Kebijakan Pemerintah dan peran serta masyarakat dalam pengembangan dan pembinaan pengobatan tradisional serta fungsi Sentra P3T, sedangkan pengenalan akupresur dimaksudkan agar akupresur dapat menunjang kemandirian masyarakat dalam meningkatkan kesehatan masyarakat.

##### Ad.2 Materi Inti

Semua teori dan praktek sebagai pengetahuan dan ketrampilan merupakan satu kesatuan dengan pendekatan-pendekatan holistic yang merupakan prinsip-prinsip filsafat akupresur untuk diterapkan/dilaksanakan dalam pemanfaatannya.

##### Ad.3 Materi Penunjang

Materi penunjang merupakan materi tambahan untuk meningkatkan kualitas pelaksanaan pelatihan yang pendekatannya dengan menggunakan metode pendidikan orang dewasa yang partisipatif.

Untuk menjadi pelatih diperlukan waktu belajar, minimal 61 (enam puluh satu) jam pelajaran, dengan rincian :

- |                     |          |                         |
|---------------------|----------|-------------------------|
| a) Materi Dasar     | = 4 JPL  | (T = 4 JPL)             |
| b) Materi Inti      | = 49 JPL | (T = 18 JPL P + 31 JPL) |
| c) Materi Penunjang | =        | (P = 8 JPL)             |

Semua materi yang akan diberikan berupa 22 jam teori dan 39 jam praktek

## B SISTEMATIKA MATERI PELATIHAN

| MATERI                                                  | TEORI<br>(JPL) | PRAKTEK<br>(JPL) | TOTAL<br>(JPL) |
|---------------------------------------------------------|----------------|------------------|----------------|
| <b>MATERI DASAR (4JPL)</b>                              |                |                  |                |
| 1. Program Pengobatan Tradisional dan Sentra P3T        | 2              | -                | 2              |
| 2. Pengenalan Akupresur dalam Kesehatan Mandiri         | 2              | -                | 2              |
| <b>MATERI INTI (49 JPL)</b>                             |                |                  |                |
| 1. Teori Dasar Akupresur                                | 6              | -                | 6              |
| 2. Fungsi Organ                                         | 2              | -                | 2              |
| 3. Lokasi Fungsi Meridian dan Titik Akupresur           | 4              | 6                | 10             |
| 4. Penyebab Penyakit                                    | 2              | -                | 2              |
| 5. Cara Pemeriksaan Dasar Diagnosa                      | 2              | 4                | 6              |
| 6. Penata Laksana Terapi                                | -              | 1                | 1              |
| 7. Kasus :                                              | 2              | 20               | 22             |
| a. Meningkatkan daya tahan tubuh                        |                |                  |                |
| b. Sesak nafas                                          |                |                  |                |
| c. Sakit kepala                                         |                |                  |                |
| d. Susah tidur                                          |                |                  |                |
| e. Sakit perut                                          |                |                  |                |
| f. Nyeri otot                                           |                |                  |                |
| g. Nyeri haid                                           |                |                  |                |
| h. Nyeri lambung/Uluh hati                              |                |                  |                |
| i. Mual muntah/ mual                                    |                |                  |                |
| j. Demam                                                |                |                  |                |
| k. Sakit Pinggang                                       |                |                  |                |
| l. Batuk pilek                                          |                |                  |                |
| m. Menstruasi tidak teratur                             |                |                  |                |
| n. Biduran (urtikaria)                                  |                |                  |                |
| o. Mimisan (epistaksis)                                 |                |                  |                |
| <b>MATERI PENUNJANG</b>                                 |                |                  |                |
| 1. Metode Pelatihan dan Penyelenggaraan Pelatihan (POD) | -              | 4                | 4              |
| 2. Evaluasi (Pre Test & Post Test)                      |                | 2                | 2              |
| 3. Pembukaan Penutupan                                  |                | 2                | 2              |
|                                                         | 22             | 39               | 61             |

Keterangan :

JPL = Jam Pelajaran = 45 Menit

### BAB III

#### MODUL DASAR DAN URANAN SINGKAT MATERI

1. Nomor : M.D.1
2. Mata ajaran : Program Pembinaan Pengobatan Tradisional dan Sentra P3T.
3. Waktu : 2 jam pelajaran ( 2 x 45 menit )
4. Tujuan Instruksional Umum :  
Setiap peserta latih memahami program pembinaan pengobatan tradisional di Indonesia.
5. Tujuan Instruksional Khusus :  
Selesai mengikuti pelatihan peserta latih mampu :
  - a) Menjelaskan pengembangan dan pembinaan pengobatan tradisional.
  - b) Menjelaskan arti pengobatan sendiri di rumah dengan menggunakan pengobatan tradisional yang aman dan efektif.
  - c) Menjelaskan pengertian, tujuan, fungsi dan pengorganisasian Sentra P3T.
6. Pokok Bahasan dan Sub pokok bahasan :
  - a) Pengembangan dan pembinaan pengobatan tradisional, terdiri dari :
    - Kebijakan pembinaan pengobatan tradisional
    - Pola dan langkah pembinaan pengobatan tradisional
    - Kegiatan operasional pengobatan tradisional
  - b) Kemandirian dalam pengobatan sendiri di rumah dengan pengobatan tradisional.
  - c) Sentra Pengembangan dan Penerangan Pengobatan Tradisional.
    - Kebijakan Sentra P3T
    - Pengertian, tujuan dan fungsi Sentra P3T
    - Pengorganisasian Sentra P3T
    - Peran Serta Masyarakat pada Sentra P3T
7. Bahan rujukan :
  - a) Pembinaan pengobatan tradisional bagi petugas kesehatan
  - b) Pengobatan sendiri di rumah dengan tanaman obat dan akupresur
  - c) Materi Sentra P3T

8. Metode dan Sarana :

- a) Tata ruang : berbentuk huruf U
- b) Alat Bantu pelatihan :
  - AVA : - OHP
  - White Board, Papan tulis, - Flip Chart,
  - Spidol, kapur tulis
- c) Metode : - Curah pendapat;
  - : - CTJ (Ceramah Tanya Jawab) Diskusi.

9. Proses/Langkah kegiatan :

Kegiatan I (10 Menit):

Menggali pengetahuan lain tentang organ tubuh dan fungsi sesuai dengan ilmu akupresur dan gejala-gejala kelainan organ tubuh.

Kegiatan II (70 Menit)

- a. Pelatih menjelaskan secara singkat dengannya jawab tentang
  - 1) Organ tubuh & fungsi dengan ilmu akupresur
  - 2) Gejala-gejala kelainan tubuh
- b. Peragaan menentukan letak Fungsi organ:
  - Simulasi : menentukan gambaran fenomena Organ.

Kegiatan III (10 Menit)

Merangkum keseluruhan pokok bahasan yang telah diberikan

10. Pelatih/Fasilitator :

- a) Pengelola program pengobatan tradisional Kabupaten/Kota atau Puskesmas
- b) Pelatih akupresur.

11. Evaluasi :

- a) Test formatif
- b) Penilaian proses belajar mengajar

**URAIAN SINGKAT MATERI AJARAN**  
**PROGRAM PEMBINAAN PENGOBATAN TRADISIONAL**  
**DAN SENTRA P3T**

**1. DASAR PROGRAM**

*GBHN 1993*

- Pengobatan Tradisional yang secara medis dapat dipertanggungjawabkan perlu terus dibina untuk perluasan dan pemerataan pelayanan kesehatan.
- Pemeliharaan dan pengembangan pengobatan tradisional sebagai warisan budaya bangsa perlu terus ditingkatkan dan didorong melalui penggalian, penelitian, pengujian, dan pengembangan, serta penemuan obat-obatan, termasuk budidaya tanaman obat tradisional yang secara medis dapat dipertanggungjawabkan.

*UU Kes 23/1992*

- 1) Pengobatan tradisional merupakan salah satu upaya pengobatan dan atau perawatan cara lain di luar ilmu kedokteran dan atau ilmu keperawatan
- 2) Pengobatan tradisional yang dimaksud perlu dibina dan diawasi untuk diarahkan agar dapat menjadi pengobatan dan atau perawatan cara lain yang dapat dipertanggungjawabkan manfaat dan keamanannya.
- 3) Pengobatan tradisional yang sudah dapat dipertanggungjawabkan manfaat dan keamanannya perlu terus ditingkatkan dan dikembangkan untuk digunakan dalam mewujudkan derajat kesehatan yang optimal.

*SKN*

- Pengobatan Tradisional merupakan suatu bentuk peran serta masyarakat.
- Pengobatan tradisional yang berdayaguna ditingkatkan melalui bimbingan sistematis
- Dilakukan Pembinaan dan bimbingan terhadap pengobatan tradisional yang berhasil guna dan berdayaguna.
- Pengobatan Tradisional yang terbukti berhasil guna, dibina, dibimbing, dan dimanfaatkan untuk pelayanan kesehatan.
- Perlu ditingkatkan pengawasan dan penertiban terhadap penyimpangan dan penyalahgunaan yang merugikan masyarakat.

**RESOLUSI WHA**

- RESOLUSI 29.72. : Kebijakan tentang program pengobatan tradisional
- RESOLUSI 32.34 : Pemanfaatan Tenaga Pengobat Tradisional dalam PHC
- RESOLUSI 31.33 : Pengembangan program pemanfaatan tanaman obat dalam Sistem Pelayanan Kesehatan.

## 2. PENGERTIAN

Pengobatan tradisional disebut juga pengobatan alternatif, atau pengobatan non konvensional. Di beberapa negara lain, negara barat ( Eropa, Amerika, Australia ) disebut juga *pengobatan komplementer dan alternatif (Complementary and Alternative Medicine)* disingkat CAM. Beberapa pengertian yang perlu dipahami berkaitan dengan pembinaan upaya pengobatan tradisional yaitu antara lain :

- a. Pengobatan Tradisional adalah salah satu upaya pengobatan dan atau perawatan cara lain diluar ilmu kedokteran dan ilmu keperawatan, mencakup cara (metoda), obat dan pengobatannya, yang mengacu kepada pengetahuan, pengalaman dan ketrampilan yang diperoleh secara turun temurun, berguru, magang atau pendidikan/pelatihan baik yang asli maupun yang berasal dari luar Indonesia dan diterapkan sesuai dengan norma yang berlaku dalam masyarakat. (UU. Kes. No. 23/1992).
- b. Upaya kesehatan tradisional adalah cara menanggulangi masalah (gangguan) kesehatan individu, keluarga dan masyarakat dengan perawatan dan pengobatan tradisional yang diselenggarakan secara komprehensif, mencakup upaya promotif (peningkatan kesehatan), upaya preventif (pencegahan), kuratif (pengobatan penyakit) dan upaya rehabilitatif (pemulihan).
- c. Obat tradisional adalah bahan atau ramuan bahan yang berupa bahan tumbuhan, bahan hewan, bahan mineral, sediaan sarian (galenik) atau campuran dari bahan tersebut yang secara turun temurun telah digunakan untuk pengobatan berdasarkan pengalaman (UU. Kes. No. 23/1992).
- d. Pengobat Tradisional (Batra) adalah seseorang yang diakui dan dimanfaatkan oleh masyarakat sebagai orang yang mampu melakukan pengobatan secara tradisional. (Kepmenkes Nomor 1076/SK/ Menkes/ VII/2003).
- e. Pengobatan tradisional ditinjau dari cara pengobatannya dapat dikelompokkan sebagai berikut:
  - 1). Pengobatan tradisional yang menggunakan ramuan obat tradisional, seperti shinse, tabib, gurah, batra ramuan asli Indonesia (jamu), aromaterapi, flower therapy, pengobatan sauna (mandi rempah-rempah), oukup, homoeopathy, dan lain-lain.
  - 2). Pengobatan tradisional yang menggunakan ketrampilan atau teknik mekanik, seperti akupunktur, pengobatan patah tulang, pijaturut, pijatrefleksi, shiatsu, pijat qigong, "Touch For Health", Spa terapis, dan lain-lain.
  - 3). Pengobatan tradisional yang berdasarkan ajaran agama.
  - 4). Upaya pengobatan tradisional yang menggunakan cara supranatural antara lain :
    - a). Pengobatan dengan Tenaga dalam, ("mind manipulation", atau manipulasi bioenergi metafisika),
    - b). Paranormal (menggunakan indra keenam, pewaskita),
    - c). Kebatinan dll, yang belum di indentifikasi.

### 3. LANDASAN HUKUM PEMBINAAN

- a UU Kesehatan No. 23 tahun 1992 pasal 47 tentang Pengobatan Tradisional
- b Peraturan Menkes RI. No. 902/Yankes/RS/1980. tentang Panitia Pengembangan dan Pembinaan Pengobatan Tradisional/Akupunkturis
- c SKB Dirjen Binkesmas Depkes RI dan Dirjen Diklusepora Depdikbud No.365/Binkesmas/DJ/III/1990 dan No.Kep.17/E/L/1990, tentang Pembinaan Pendidikan Luar Sekolah yang diselenggarakan masyarakat & Pemanfaatan tenaga.
- d Peraturan Menkes R.I.No.246/Menkes/Per/V/1990, tentang Izin Usaha Industri obat tradisional dan pendaftaran obat tradisional.
- e Keputusan Menkes RI Nomor 0584/Menkes/SK/VI/1995, tentang Sentra Pengembangan dan Penerapan Pengobatan Tradisional (Sentra P3T).
- f Peraturan Menkes RI Nomor 1186/Menkes/Per/VI/1996, tanggal 12 Nopember 1996, tentang Pemanfaatan Akupunktur di Sarana Pelayanan Kesehatan.
- g Edaran Dirjen Binkesmas No. 218/BM/DJ/BPSM/III/1981 tentang Pemanfaatan Tanaman Obat Hasil TOGA dan Rasionalisasi Pengobatan di Puskesmas.
- h Edaran Sekjen Depkes No. KS.01.SJ.VIIb.1897, 7 Desember 1998, tentang Tanaman Obat.
- i Surat Keputusan Menteri Kesehatan Nomor 1076/Menkes/SK/VII/2003 tentang penyelenggaraan pengobatan tradisional.
- j Surat Keputusan Menteri Kesehatan Nomor 1227/Menkes/SK/VIII/2003 tentang tenaga akupunktur.

### 4. TUJUAN DAN SASARAN

#### a. TUJUAN

##### 1). U m u m :

Meningkatnya pendayagunaan pengobatan tradisional baik secara tersendiri atau terpadu/ terintegrasi pada sistem pelayanan kesehatan paripurna, dalam rangka mencapai derajat kesehatan masyarakat yang optimal.

##### 2). K h u s u s :

- a. Meningkatnya mutu pelayanan pengobatan tradisional, sehingga masyarakat terhindar dari dampak negatif karena pengobatan tradisional.
- b. Meningkatnya kemandirian masyarakat dalam mengatasi masalah kesehatan dengan upaya pengobatan tradisional.
- c. Terbinanya berbagai tenaga pengobat tradisional dalam pelayanan kesehatan.
- d. Terintegrasinya upaya pengobatan tradisional dalam program pelayanan kesehatan paripurna, mulai dari tingkat rumah tangga, puskesmas sampai dengan rujukan.

## **b. SASARAN**

Sasaran dalam pembinaan upaya pengobatan tradisional meliputi :

- Pengobat tradisional (Batra).
- Petugas Kesehatan
- Masyarakat

## **5. KEBIJAKSANAAN**

- a. Peningkatan Mutu pengobatan tradisional.
- b. Mencakup upaya promotif, preventif, kuratif, rehabilitatif.
- c. Diselenggarakan melalui jaringan Pelayanan Kesehatan Paripurna
- d. Diselenggarakan secara LP dan LS termasuk organisasi Battra
- e. Pengujian oleh "Tim" Lintas-disiplin/sector (Pemerintah Pakar, battra, LSM).
- f. Pengobatan tradisional yang bermanfaat dan aman, diintegrasikan dalam program pelayanan kesehatan.

## **6. KEGIATAN POKOK**

- a. Pembentukan Sentra Pengembangan Penerapan Pengobatan tradisional Baru dan Pembinaan Sentra P3T yang telah terbentuk
- b. Pengembangan dan Pembinaan Pengobatan Tradisional.
- c. Pengembangan dan Pembinaan Tenaga Pengobatan Tradisional.
- d. Pengembangan dan Pembinaan Sarana Pengobatan Tradisional.
- e. Pengalihan dan Dokumentasi Warisan Budaya Pusaka Nusantara.
- f. Peningkatan dukungan situasi, fasilitasi dan advokasi

## **7. OPERASIONAL PEMBINAAN**

- a. Inventarisasi jumlah dan jenis tenaga pengobat tradisional (Batra) berdasarkan cara pengobatannya
- b. Penggalan dan dokumentasi Pengobatan Tradisional Warisan Pusaka Nusantara
- c. Sentra Pengembangan dan Penerapan Pengobatan Tradisional (Sentra P3T)
- d. Wajib daftar bagi pengobat tradisional

Wajib daftar diberlakukan bagi semua pengobat tradisional yang telah terinventarisasikan ( $\pm 30$  jenis battra sesuai kategori diatas), dan dilakukan di Dinas Kesehatan Kab/Kota. Sesuai SK Menteri Kesehatan Nomor 1076/Menkes/SK/VII/2003 tentang penyelenggaraan pengobatan tradisional.

Pelaksanaan Forum Komunikasi di tingkat Pusat, Propinsi dan Kabupaten/Kota Tujuan forum komunikasi adalah terbinanya kerja sama lintas program dan lintas sector untuk memecahkan permasalahan yang timbul, terumusnya komitmen tindak lanjut pembinaan pengobatan tradisional, dan diperolehnya data dasar rinci pengobatan tradisional. Peserta forum komunikasi adalah program dan sector terkait (Dep. Kehakima/Pakem, Depdikbut, Dep Agama, Depdagri, Depppen), dan organisasi profesi kesehatan seperti: IDI, IBI, ASFI, IAKMI, organisasi pengobatan tradisional dan pengobat tradisional.

e. Pelaksanaan KIE Kultural/Sarasehan Battrra.

KIE Kultural merupakan kegiatan pembina kepada pengobat tradisional yang dilaksanakan dengan metode sarasehan (KIE Kultural). Tujuan dari KIE Kultural adalah meningkatkan mutu Battrra dalam menjalankan praktek agar dapat dipertanggungjawabkan manfaat dan keamanannya, meningkat-kan kerjasama yang baik dengan Puskesmas, dan meningkatkan peranserta Battrra dalam pembangunan kesehatan. KIE Kultural dilaksanakan ditingkat Kecamatan dengan fasilitator tenaga Puskesmas.

f. Pemanfaatan TOGA dan Penerapan Akupresur.

Penggerakan dan pemanfaatan TOGA serta penerapan akupresur merupakan bentuk kegiatan pembinaan pengobatan tradisional untuk meningkatkan kemandirian masyarakat dalam hidup sehat dengan pengobatan tradisional.

Untuk penerapan akupresur terlebih dahulu dilaukan praktek bagi petugas kesehatan yang dilaksanakan di Sentra P3T, atau pelatihan kepada kader yang dilakukan oleh LSM pengobatan tradisional.

g. Temu Ahli Pengobatan Tradional.

Temu ahli pengobatan tradisional bertujuan untuk menampung pemikiran para ahli dalam merekomendasikan hasil pengkajian dan pengujian pengobatan tradisional, menyepakati upaya pemecahan masalah yang menghambat keamanan dan manfaat pengobatan tradisional, serta tindal lanjut pembinaan pengobatan tradisional. Para ahli dalam pertemuan tahunan tersebut terdiri atas : ahli kedokteran, ahli kesehatan masyarakat, pakar pengobatan tradisional, anthropolog, organisasi profesi kesehatan, LSM pengobatan tradisional, dan pengelola program pembinaan pengobatan tradisional.

h. Pengoragisasian Pengobatan Tradisional.

Setiap jenis pengobatan tradisional didorong untuk membentuk suatu wadah "asosiasi prpfesi" sebagai tempat pembinaan kemampuannya.

Contoh : PAKSI = Persetuan Akupunkturis Seluruh Indonesia,

IKNI = Ikatan Naturopatis Indonesia dll.

IHI = Ikatan Homocopath Indonesia.

ARSI = Asosiasi Reiky Seluruh Indoesia.

AP3I = Asosiasi Praktisi Pijat Pengobatan Indonesia., dll

i. Pelatihan atau Orentasi

Pelatihan atau Orentasi dilakukan untuk meningkatkan ketrampilan pengobat tradisional. Pelatihan dapat dilakukan oleh LSM pengobatan tradisional atau wadah organisasinya. Untuk pengembangan kemandirian masyarakat dalam hidup sehat dengan pengobatan tradisional, pelatihan dilakukan terhadap tenaga kesehatan sebagai pembimbing masyarakat di Sentra P3T.

j. Bimbingan teknis.

Bimbingan teknis dan pengawasan serta pengendalian terhadap pengobat tradisional dan pengelolanya dilakukan secara berkala, oleh tenaga pengelola di setiap jenjang administrasi.

perpustakaan.kemendes.go.id

# SENTRA PENGEMBANGAN DAN PENERAPAN PENGOBATAN TRADISIONAL (SENTRA P3T)

## 1. Pendahuluan

Sesuai dengan amanat GBHN, UU Kesehatan NO.23/1992 dan SKN tersebut diatas, maka di dalam Replita VI Kesehatan, Pengobatan Tradisional telah tertuang sebagai *pokok program* dimana salah satu pokok kegiatannya adalah, "*Pembentukan Sentra Pengembangan dan Penerapan Pengobatan Tradisional*" yang disingkat dengan Sentra P3T. melalui kegiatan Sentra P3T tersebut diharapkan akan dihasilkan suatu pengobatan tradisional (cara, obat dan pengobat) yang benar-benar dapat bertanggung jawabkan dan keamanannya.

Untuk menyelenggarakan kegiatan Sentra P3T senantiasa harus berpedoman pada Surat Keputusan Menteri Kesehatan RI No.0584/Menkes/SK/VI/1995 tanggal 2 Juni 1995 tentang Sentra P3T. Di samping itu agar Sentra P3T dapat berfungsi sebagaimana mestinya maka Sentra P3T harus mempunyai tenaga ahli yang mau bekerja dan dapat meluangkan waktu untuk memikirkan pengembangan obat dan pengobatan tradisional.

## 2. Pengertian

Sentra Pengembangan dan Penerapan Pengobatan Tradisional (Sentra P3T) adalah suatu wadah/ laboratorium untuk pengkajian/penelitian/pengujian, pendidikan pelatihan dan pelayanan tentang obat dan cara pengobatan tradisional. Selanjutnya setelah dapat diketahui manfaat dan keamanannya dikembangkan tersendiri di masyarakat atau dapat juga di larang apabila membahayakan masyarakat dan tidak bermanfaat.

## 3. Tujuan

### Tujuan umum :

Meningkatkan pendayagunaan pengobatan tradisional (cara, obat dan pengobatnya) yang aman dan bermanfaat, dalam pelayanan kesehatan baik secara tersendiri maupun terpadu dalam jaringan pelayanan kesehatan paripurna.

### Tujuan Khusus :

- e. Terlaksananya pengkajian, penelitian, pengujian pengobatan tradisional.
- f. Terlaksananya pendidikan pelatihan tentang pengobatan tradisional yang aman dan bermanfaat.
- g. Terlaksananya pelayanan pengobatan tradisional yang aman dan bermanfaat.
- h. Tersusunnya criteria/persyaratan setiap jenis pengobatan tradisional.

#### 4. Kebijakan

- a. Sentra P3T dibentuk dengan mendayagunakan sarana dan tenaga yang ada, tidak membentuk instruksi/struktur baru, dan berkedudukan di tingkat propinsi.
- b. Kegiatan Sentra P3T mencakup kegiatan pengkajian, penelitian, pengujian; pendidikan pelatihan dan pelayanan pengobatan tradisional.
- c. Sentra P3T dapat melekat/attached pada badan Litbangkes, Fakultas Kedokteran/RS Pendidikan, Balai Pelatihan Kesehatan (Bapelkes), Yayasan atau Institusi swasta yang memenuhi syarat dengan tujuan yang sama.
- d. Sentra P3T dikembangkan di beberapa propinsi dengan kekhususan masing-masing dan bentuk berbeda-beda.
- e. Kegiatan Sentra P3T diselenggarakan secara terkoordinasi lintas program dan lintas sector terkait dengan peranserta masyarakat termasuk swasta.
- f. Pengembangan kegiatan Sentra P3T kearah integrasi ke dalam jaringan pelayanan kesehatan paripurna atau berkembang secara tersendiri.

#### 5. Fungsi Sentra P3T

Sentra P3T berfungsi sebagai laboratorium atau koordinator untuk pengkajian, penelitian, pengujian; pendidikan pelatihan dan pelayan (Excellence Laboratory) pengobatan tradisional.

##### a. Pengkajian, Penelitian Pengujian:

Dilaksanakan secara prioritas bertahap meliputi inventarisasi, registrasi, klasifikasi, uji mutu dan uji klinik berbagai jenis pengobatan tradisional.

##### b. Pendidikan pelatihan:

Berfungsi sebagai penyelenggara pendidikan pelatihan bagi obat dan cara pengobatan tradisional yang telah terbukti aman dan bermanfaat.

##### c. Pelayanan :

1) Berfungsi sebagai uji klinik

2) Dilakukan di unit teknis yang memenuhi persyaratan, dibawah pengawasan Sentra P3T induknya.

3) Pelayanan cara pengobatan tradisional dan obat tradisional yang telah terbukti aman dan bermanfaat (dengan SK Menkes) dan diterapkan sesuai prosedur tindakan standar.

1. Nomor : M.D.2
2. Mata ajaran : Pengenalan Akupresur Dalam Kesehatan Mandiri
3. Waktu : 2 jam pelajaran (2x 45 menit)
4. Tujuan Instruksional Umum :  
Setiap peserta latih memahami kegunaan akupresur dalam pengobatan sendiri di rumah.
5. Tujuan Instruksional Khusus :  
Setelah mengikuti pelatihan ini diharapkan peserta mampu :
  - a. Menjelaskan asal mula akupresur
  - b. Menjelaskan efektifitas dan keamanan akupresur
  - c. Menjelaskan kegunaan akupresur dalam pengobatan sendiri di rumah
  - d. Menjelaskan akupresur ditinjau dari aspek kedokteran.
6. Pokok Bahasan dan Sub pokok bahasan:
  - a. Pengertian akupresur
  - b. Sejarah akupresur
  - c. Manfaat akupresur
  - d. Akupresur ditinjau dari aspek kedokteran
7. Bahan rujukan :
  - Buku Pedoman Praktis Akupresur, Dep.Kes. RI
  - Pengobatan sendiri di rumah dengan tanaman obat dan akupresur
8. Metode dan Sarana :
  - a). Tata ruang : berbentuk huruf U atau setengah lingkaran
  - b). Alat Bantu pelatihan :
    - AVA : - OHP
    - : - White Board, Papan tulis
    - : - Flip Chart
    - : - Spidol, kapur tulis
  - c). Metode : CTJ, Diskusi

9. Proses/langkah kegiatan

Kegiatan I (10 menit) :

Menciptakan suasana kesiapan berlatih dengan pelaksanaan singkat dan curah pendapat agar mengenal akupuntur dalam kesehatan mandiri.

10. Pelatih/Fasilitator :

- c) Pengelola program pengobatan tradisional Kabupaten/Kota atau Puskesmas
- d) Pelatih akupresur.

perpustakaan.kemendes.go.id

## URAIAN SINGKAT MATERI AJARAN PENGENALAN AKUPRESUR

### a. **Pengertian:**

Akupresur adalah suatu cara pengobatan dengan memberikan rangsangan pada titik atau bagian tubuh tertentu dengan jari. Bila rangsangan dengan jarum disebut akupunktur sedangkan pemanasan dengan moxa disebut moxibasi.

### **Keamanan dan efektifitas:**

Akupresur merupakan cara pengobatan yang aman, bermanfaat dan dapat dilakukan sendiri baik untuk tindakan preventif, promotif, kuratif maupun rehabilitatif. Akupresur merupakan pengobatan yang aman karena hanya menggunakan pemijatan dengan jari tangan.

### b. **Sejarah:**

Pengobatan akupresur dan akupunktur telah dipakai oleh ahli pengobatan Cina tradisional sejak lima ribu tahun lamanya, serta terus berkembang dan dipraktekkan baik di negeri Cina sendiri maupun di-negeri-negeri lain termasuk Indonesia.

Di Indonesia, sejak jaman dahulu akupunktur telah dimanfaatkan dan berkembang di masyarakat, sedangkan pelayanan akupunktur sejak tahun 1963 di laksanakan di Rumah Sakit Umum Pusat Cipto Mangunkusumo, Jakarta.

Akupresur merupakan salah satu cara akupunktur yang tidak menggunakan tusukan jarum, tetapi menggunakan pijatan dengan jari tangan, yang sampai saat ini berkembang lebih cepat di masyarakat.

### c. **Akupeser dalam kesehatan mandiri :**

Akupreser merupakan pengobatan yang mudah dilakukan untuk pertolongan pertama mengatasi penyakit ringan dan gejala penyakit tertentu pada keluarga atau masyarakat sekitar yang membutuhkan pertolongan.

Penggunaannya dapat dilakukan segera, tanpa menggunakan obat dan alat bantu lain.

### d. **Akupresur di tinjau dari aspek kedokteran:**

Mekanisme kerja: Akupresur ditinjau dari Ilmu Kedokteran menurut beberapa ahli:

- Sesuai dengan teori endorphen, yaitu perangsangan pada bagian tubuh akan menghasilkan zat endorphen dari otak yang mempunyai efek menghilangkan rasa nyeri.
- Bioelektrik, yaitu : rangsangan pada titik/bagian tubuh tertentu yang akan meningkatkan daya elektrik tubuh sehingga menimbulkan efek berkurangnya rasa sakit.

## BAB IV

### MODUL INTI DAN URANAN SINGKAT MATERI

1. Nomor : M.I. 1
2. Mata ajaran : Teori Dasar Akupresur
3. Waktu : 6 jam pelajaran ( 6 x 45 menit )
4. Tujuan Instruksional Umum :  
Setiap peserta latih memahami dasar pengobatan akupresur.
5. Tujuan Instruksional Khusus :  
Setiap mengikuti pelatihan ini diharapkan peserta mampu :
  - c. Menjelaskan pandangan holistik
  - d. Menjelaskan teori Yin Yang
  - e. Menjelaskan pengertian Meridian dan Titik akupresur
  - f. Menjelaskan teori pergerakan 5 Unsur.
6. Pokok Bahasan dan Sub pokok bahasan :
  - b. Pandangan holistic
  - c. Teori Yin dan Yang
  - d. Pengertian Meridian dan Titik akupresur
  - e. Teori pergerakan 5 Unsur.
  - f. Materi Dasar
7. Bahan rujukan :
  - Buku Pedoman Praktis Akupresur
  - Buku Ilmu Akupunktur (Unit Akupunktur RSCM) 1985
8. Metode dan Sarana :
  - a) Tata ruang : berbentuk huruf U atau setengah lingkaran
  - b) Alat bantu pelatihan :
    - AVA : - OHIP
    - : - White Board, Papan tulis
    - : - Flip Chart
    - : - Spidol, kapur tulis

- c) Metode : - CTJ  
: - peragaan  
: - simulasi

9. Proses :

Kegiatan I ( 20 menit ) :

Menggali pengetahuan peserta latih tentang pandangan holistic, teori Yin Yang, teori energi vital, pengertian meridian dan titik akupunktur.

Kegiatan II (240 menit)

10. Pelatih/Fasilitator :

- a. Pengelola program pengobatan tradisional Kabupaten/Kota atau Puskesmas
- b. Pelatih akupresur.

Pelatih menjelaskan secara singkat disertai Tanya jawab tentang:

- ❖ Pandangan holistic; dijelaskan tentang hubungan antara:
  - Manusia dengan alam semesta, manusia dengan manusia
  - Sakit dan sehat merupakan sebuah proses alami
- ❖ Teori Yin dan Yang, menjelaskan tentang semua benda dan fenomenanya dapat dikelompokkan kedalam Yin dan ang.
- ❖ Teori energi vital, menjelaskan tentang pembentukan energi vital
- ❖ Pengertian meridian dan titik akupunktur.
- ❖ Teori 5 unsur, menjelaskan saling hubungan antara oragan tubuh dengan manifestasi kelainan fungsinya.

Kegiatan III (10 menit)

Merangkum keseluruhan pokok bahasan yang telah diberikan

10. Pelatih/Fasilitator :

- c. Pengelola program pengobatan tradisional Kabupaten/Kota atau Puskesmas
- d. Pelatih akupresur.

10. Evaluasi

- a. Test formatif
- b. Penilaian proses belajar mengajar.

## URAIAN SINGKAT MATERI AJARAN TEORI DASAR AKUPRESUR

### A. PANDANGAN HOLISTIK

Semua yang ada di dalam alam semesta merupakan suatu kesatuan. Tanah, air, udara, langit, binatang, tumbuh-tumbuhan, manusia, dll adalah bagian dari kesatuan alam semesta tersebut.

**Alam semesta sebagai** makro kosmos, sedangkan bagian-bagiannya adalah mikro kosmos. Mikro kosmos juga merupakan kesatuan dari bagian-bagiannya. Demikian pula bagian-bagian tersebut adalah kesatuan dari bagian yang lebih kecil lagi, sampai yang terkecil. Tidak ada benda yang berdiri sendiri secara mutlak. Semua yang ada dalam alam semesta merupakan saling berhubungan.

**Manusia** adalah kesatuan dari organ-organ tubuh, anggota tubuh, jaringan penunjang, panca indera, cairan-cairan, darah, dll. Organ tubuh merupakan kesatuan dari sel-sel dan seterusnya.

Jika salah satu bagian terganggu akan berakibat terganggunya keseimbangan tersebut, yang menyebabkan sakit.

Manusia saling pengaruh mempengaruhi dengan alam lingkungannya dan dengan sesama manusia itu sendiri, termasuk kondisi sosial ekonomi, kebudayaan, politik dsb.

Organ-organ dan sistem kehidupan di dalam tubuh manusia saling mempengaruhi. Jika salah satu bagian dari tubuh terganggu akan mempengaruhi bagian tubuh yang lain yang akan mengganggu kesehatan tubuh. Untuk mengembalikan kondisi tubuh agar sehat harus dilakukan upaya pengembalian keseimbangan yang dinamis, baik keseimbangan di dalam tubuh maupun keseimbangan manusia dengan alam.

Atas dasar pandangan tersebut maka akupresur memandang, menganalisa, mendiagnosa dan mengobati penyakit secara menyeluruh (holistik), tidak bagian demi bagian (parsial).

### B. TEORI YIN DAN YANG

Setiap benda dalam alam semesta mempunyai dua aspek yang berlawanan, tetapi saling terkait dan merupakan satu kesatuan juga bersifat tidak mutlak.

Sebagai contoh pada tubuh wanita terdapat sedikit hormon laki-laki dan sebaliknya. Aspek tersebut diberi nama Yin dan Yang. **Yang** berarti cahaya dan **Yin** berarti bayangan. Yin dapat digambarkan seperti air dengan semua sifatnya dan Yang seperti api dengan semua sifatnya.

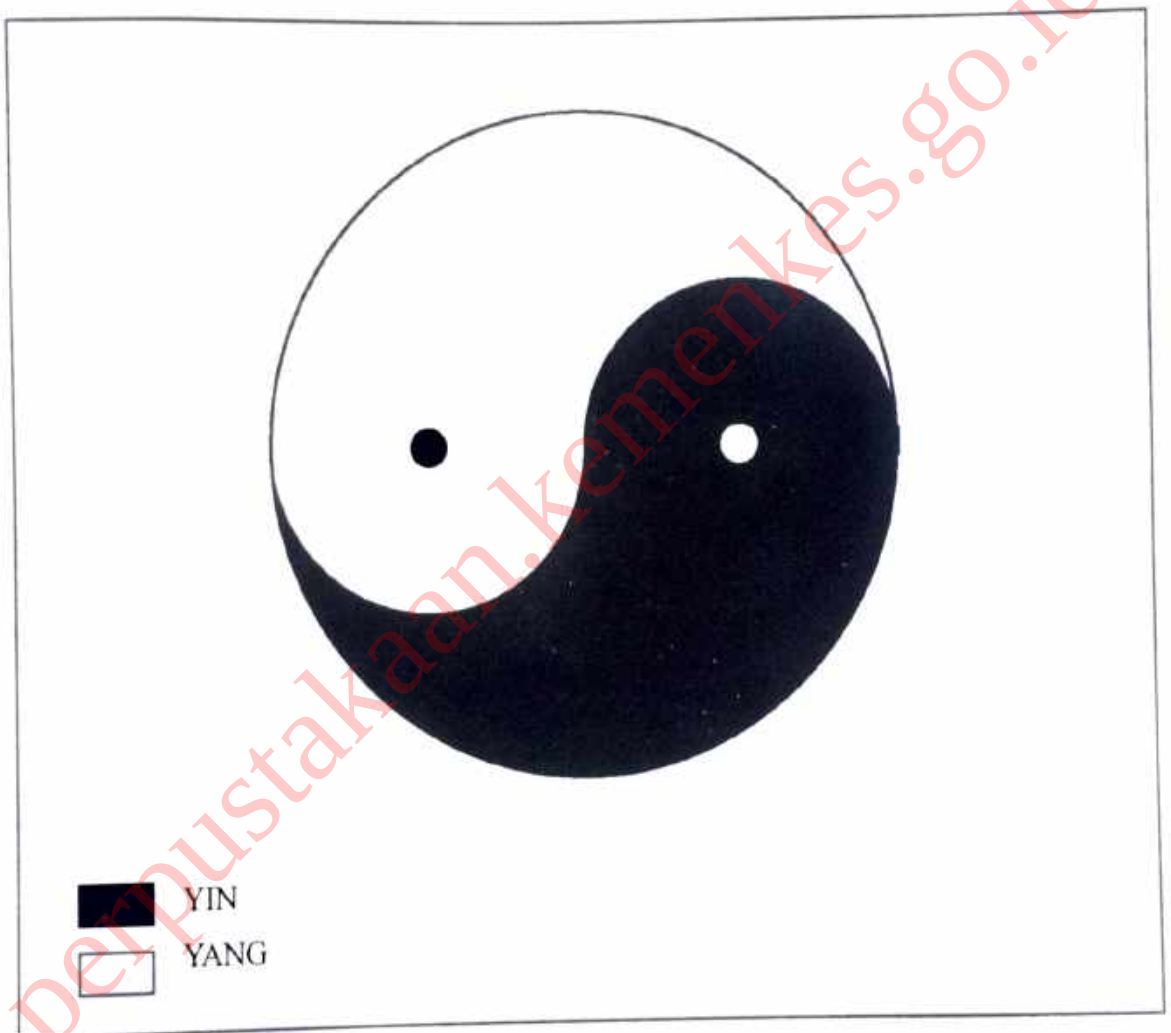
Pengelompokan Yin dan Yang dapat diterapkan pada alam semesta, makhluk hidup, termasuk jenis keluhan dan jenis terapi dalam akupresur (pemberian rangsangan pijat/teknik pijat)

#### Karakteristik Yin dan Yang

1. Merupakan 2 hal yang bertentangan
2. Saling membentuk

3. Merupakan kesatuan
4. Tidak mutlak, dalam Yin terdapat Yang, dalam Yang terdapat Yin
5. Berada dalam keseimbangan yang dinamis
6. Hilangnya keseimbangan terhadap Yin dan Yang yang berlebihan menimbulkan keadaan abnormal/sakit

#### Gambar YIN-YANG



Semua aspek ilmu pengobatan Cina tradisional dilandasi teori Yin dan Yang ini keadaan sehat berarti Yin dan Yang seimbang

Keadaan patologik/sakit menunjukkan hilang atau terganggu

Penanggulangan dilakukan dengan : keadaan berlebih maka di kurangi

Keadaan kurang maka ditambah

Keadaan lemah maka dikuatkan

Tujuan pengobatan yaitu memulikan keseimbangan Yin dan Yang

Dasar diagnosa dibuat dengan menentukan perubahan Yin dan Yang

### Dalam alam semesta:

**YIN** : gelap, malam, air, basah/lembab, bagian bawah, dalam, barat, utara.

**YANG** : terang, siang, api, kering, bagian atas, luar, timur, selatan

### Tubuh manusia:

**YIN** : wanita, dada, perut, fisik, permukaan dalam tubuh (tidak kena sinar matahari)

**YANG** : pria, punggung, pinggang, mental, psikis, permukaan luar tubuh

### Organ-organ tubuh:

**YIN** : paru-paru, limpa, jantung, ginjal, selaput jantung, hati (organ padat)

**YANG** : usus besar, lambung, usus kecil, kandung kemih, tri pemanas, kandung empedu (organ berongga)

### Sifat penyakit:

**YIN** : kronis (menahun), tenang, lama, dingin, lembab

**YANG** : akut (mendadak), gelisah, baru, panas, kering

## C. PENGERTIAN MERIDIAN DAN TITIK AKUPRESUR

### 1. MERIDIAN

#### a. Pengertian

Meridian adalah saluran enersi vital di dalam tubuh.

#### b. Fungsi meridian:

- Penghubung antara organ tubuh yang satu dengan organ yang lain, jaringan penunjang, panca indera, dll.

- Penghantar rangsangan (pijatan dari luar ke dalam tubuh)
- Penghantar penyebab penyakit
- Penghantar manifestasi kelainan fungsi organ ke bagian luar Tubuh

Meridian ada 2 macam, yaitu : meridian luar dan dalam. Meridian luar tempat lokasi titik pijat berada di permukaan tubuh dan meridian dalam berhubungan langsung dengan organ terkait dan pasangannya.

### c. Klasifikasi meridian

Sistem meridian terdiri dari **12 meridian** umum dan **8 meridian** istimewa yaitu :

#### 1) Meridian umum : tdd

Klasifikasi menurut Penamaan/ nomenklatur

| Angka Latin | Menurut organ (Indonesia) | Singkatan |
|-------------|---------------------------|-----------|
| I           | Meridian Paru             | P / Pr    |
| II          | Meridian Usus Besar       | UB        |
| III         | Meridian Lambung          | Lb / LB   |
| IV          | Meridian Limpa            | Lp / LP   |
| V           | Meridian Jantung          | J / JT    |
| VI          | Meridian Usus Kecil       | UK        |
| VII         | Meridian Kandung Kemih    | KK        |
| VIII        | Meridian Ginjal           | G / GJ    |
| IX          | Meridian Selaput Jantung  | SJ        |
| X           | Meridian Tripemanas       | TP        |
| XI          | Meridian Kandung Empedu   | KE        |
| XII         | Meridian Hati             | H / HT    |

2) Meridian istimewa :

Meridian istimewa yang kita pelajari hanya 2 Meridian yaitu:

- a) Meridian Tu : memerintah semua meridian Yang
- b) Meridian Ren : bertanggung jawab terhadap semua meridian Yin

Keempat belas meridian itu disebut meridian utama karena memiliki titik akupresur tersendiri

## 2. Titik Akupresur:

### a. Pengertian

Adalah lokasi berkumpulnya enersi vital di bagian tubuh-tubuh tertentu.

Ada 3 macam titik akupresur :

- 1) Titik umum adalah titik yang berada di jalur meridian
- 2) Titik pijat istimewa adalah: titik yang berada di jalur maupun di luar meridian yang mempunyai indikasi khusus.
- 3) Titik nyeri tekan (yes point) adalah titik nyeri pijat yang dirasakan paling nyeri bila dipijat

### b. Jenis Titik Akupresur

#### Titik Akupresur Meridian

Titik pijat adalah tempat berkumpulnya Ci (enersi vital) dan terdapat di jalur meridian.

**Titik Akupresur Istimewa :** Titik pijat yang mempunyai indikasi tertentu dan dapat berada di jalur meridian maupun di luar meridian.

Titik Nyeri Tekan (Yes point):

Titik nyeri pijat adalah titik pijat yang lokasinya dirasakan paling nyeri bila dipijat.

### c. Fungsi titik akupresur

- 1) Sebagai tempat perangsangan
- 2) Pencerminean kelainan organ

### d. Cara menentukan lokasi titik berdasarkan:

- 1) Tanda-tanda: seperti tonjolan tulang, lipatan kulit, lipatan siku, batas- batas otot, panca indera, batas rambut.
- 2) Pengukuran dengan lebar jari pasien

e. **Nomenklatur titik Akupunktur :**

1) **Titik Akupunktur umum:**

Singkatan organ dimiridian umum, diberi nomorurut sesuai perjalanan Meridian

Contoh : Titik No 3 pada Meridian Paru-Paru Ditulis/

disingkat : **P. 3** atau **PR. 3** atau **I. 3**

Titik No 36 pada Meridian Lambung Ditulis/

disingkat : **Lb. 36** atau **LB. 36** atau **III. 36**

2) **Titik Akupunktur Istimewa**

Singkatan daerah/regio diikuti nomorurut

Daerah/regio :

Kepala Leher : **KL**

Dada perut : **DP**

Punggung : **P**

Anggota gerak Atas : **AA**

Anggota gerak bawah : **AB**

Contoh titik **EX, DP, 1** dibaca :

→ Titik akupunktur istimewa di daerah **Dada Perut**, nomorurut **1**

3) **Pedoman letak titik akupunktur :**

- Biasanya digunakan tonjolan tulang, batas rambut, kerutan kulit yang ada, batas perbedaan warna kulit, panca indera, kuku, batas Otot dan sebagainya.
- Ukuran lebar jari tangan pasien.

#### D. TEORI PERGERAKKAN LIMA UNSUR

Teori pengertian lima unsur yaitu suatu teori yang menjelaskan tentang hubungan antara unsur-unsur yang ada dalam kehidupan alam semesta.

Menurut teori ini alam, baik alam semesta maupun manusia, terdiri dari lima unsur yang saling berhubungan. Lima unsur tersebut yaitu : kayu, api, tanah, logam dan air.

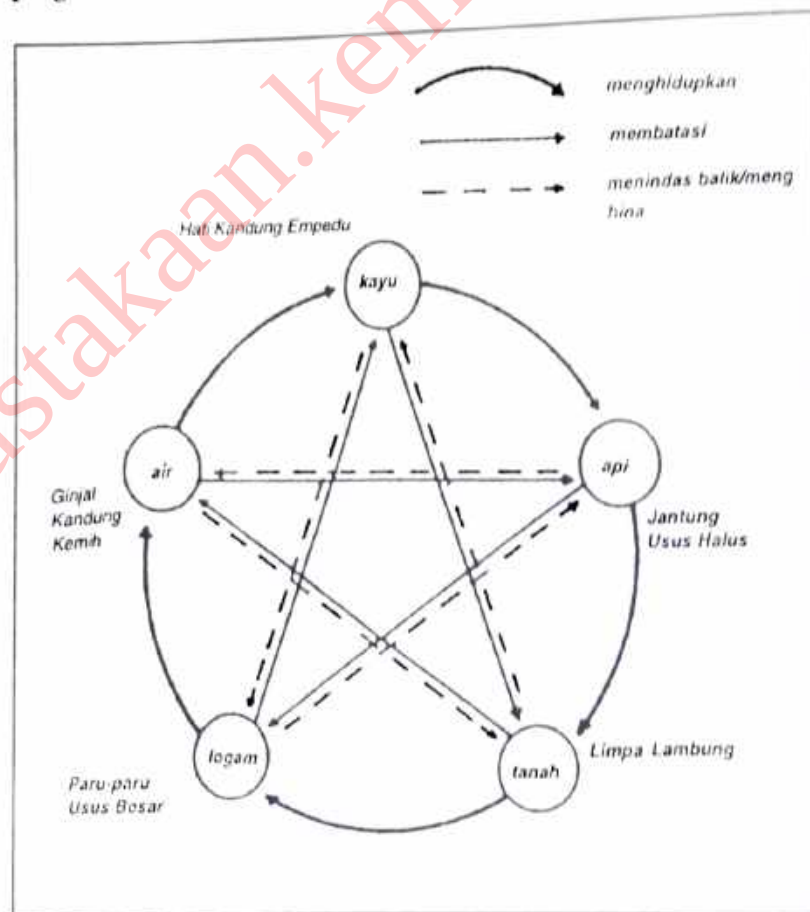
Bagian-bagian tubuh manusia dan segala hal yang terkait dengannya terbagi dalam kelompok lima unsur tersebut, seperti : Organ dalam jaringan penunjang, panca indera, rasa-rasa makanan, suara, emosi, udara sekitar, cairan-cairan tubuh, warna muka, dll

Teori Lima Unsur menjelaskan saling hubungan antara organ tubuh yang disimbulkan dengan: kayu, api, tanah, logam dan air.

Prinsip saling hubungan tersebut adalah:

1. Hubungan saling menghidupi
2. Hubungan saling (mengendalikan) membatasi
3. Hubungan saling menindas

Gambar pergerakan lima unsur



**TABEL PENGGOLONGAN LIMA UNSUR**

|                         |                  |            |                |                |                 |
|-------------------------|------------------|------------|----------------|----------------|-----------------|
| Lima unsur              | kayu             | api        | tanah          | logam          | Air             |
| Organ padat             | hati             | jantung    | limpa          | paru           | Ginjal          |
| Organ berongga          | Kandung empedu   | Usus kecil | lambung        | Usus besar     | Kandung kemih   |
| Hubungan luar           | mata             | lidah      | mulut          | hidung         | Telinga         |
| Hubungan dalam          | urat             | Pemb darah | Otot           | kulit          | Tulang          |
| Warna muka              | hijau            | merah      | kuning         | Putih          | Hitam           |
| Kesukaan rasa           | asam             | pahit      | manis          | Pedas          | Asin            |
| Penyebab penyakit luar  | angin            | panas      | lembab         | kering         | Dingin          |
| Penyebab penyakit dalam | Jengkel/ dongkol | gembira    | Rindu bercinta | Khawatir sedih | Takut           |
| Suara                   | menjerit         | tertawa    | menyanyi       | menangis       | merintih        |
| Cairan                  | Air mata         | keringat   | Air liur       | ingus          | Kotoran telinga |

**Contoh** cara memahami tabel serta keterangan table. 5 Unsur :

**1. Contoh hubungan lima unsur**

Yang termasuk unsur kayu adalah : Hati - Empedu – Mata – Urat - Hijau – Asam – Angin – Jengkel – Menjerit - Air mata

**2. Penjelasan Tabel.**

- Hati berhubungan dengan Kandung Empedu.
- Hati dan Kandung Empedu memancarkan warna kehijauan. Warna ini akan nampak jelas dimuka, jika hati terganggu.
- Emosi, jengkel, sangat mempengaruhi organ hati dan Kandung Empedu.
- Jika jengkel menyebabkan gangguan keseimbangan di hati yang mendorong keluarnya suara menjerit.
- Kelainan pada organ hati dapat tercermin melalui gangguan pada mata, urat (tendon) dan air mata. Jadi manifestasi keluhan /gejalase/ tanda-tand kelainan yang terlihat a.l. : mata merah, katarak, rabun, mudah keseleo, kram, air mata berlebihan, air mata kering, dll.

## E. MATERI DASAR

Materi dasar terdiri dari antara lain Jing, Ci, Shen. Yang akan dibahas adalah energi vital (Ci).

Qi adalah zat kehidupan yang ada dalam mahluk hidup

Qi berasal dan bersumber dari:

1. Orang tua (Ci bawaan)
2. Makanan, minum, dan hawa udara (Ci yang di dapat)

Pembentukan Ci sangat dipengaruhi oleh lingkungan.

Menurut fungsi dan letaknya Enersi Vital dapat dibagi:

- a) Enersi Vital (Ci) organ letaknya di setiap organ yang fungsinya memelihara fungsi organ.
- b) Enersi Vital (Ci) meridian letaknya di meridian yang fungsinya memelihara meridian
- c) Enersi Vital (Ci) yang letaknya di permukaan tubuh yang berfungsi mempertahankan tubuh dari serangan penyakit.
- d) Enersi Vital (Ci) yang berada di cairan tubuh, misalnya di darah.

Fungsinya adalah penggerak dan pemelihara darah.

1. Nomor : M.I.2
2. Mata ajaran : Fenomena Organ
3. Waktu : 2 jam pelajaran (2x 45 menit)
4. Tujuan Instruksional Umum :  
Setiap peserta latih memahami kegunaan/fungsi organ tubuh manusia dan kelainannya
5. Tujuan Instruksional Khusus :  
Setelah mengikuti pelatihan ini diharapkan peserta mampu :
  - a. Menjelaskan organ-organ dalam tubuh dan fungsinya sesuai dengan ilmu akupresur
  - b. Menjelaskan gejala-gejala kelainan organ
6. Pokok Bahasan dan Sub pokok bahasan :
  - a. Organ-organ dalam tubuh dan fungsinya sesuai dengan ilmu akupresur
  - b. Gejala-gejala kelainan organ.
7. Bahan rujukan :
  - a. Buku Pedoman Praktis Akupresur
  - b. Gambar letak organ-organ dalam tubuh
  - c. Buku Ilmu Akupunktur (Unit Akupunktur RSCM) 1985
8. Metode dan Sarana :
  - a). Tata ruang : berbentuk huruf U atau setengah lingkaran
  - b). Alat Bantu pelatihan :
    - 1) AVA : -OHP  
: -White Board, Papan tulis  
: -Flip Chart  
: -Spidol, kapur tulis
    - 2) Gambar, boneka (model)
  - c). Metode : -CTJ, Diskusi  
: -Diskusi  
: -Simulasi
9. Proses/Langkah kegiatan :  
Kegiatan I (10 menit) :  
Menggali pengetahuan peserta latih tentang organ tubuh dan fungsi sesuai dengan ilmu akupresur dan gejala-gejala kelainan oran tubuh.
10. Pelatih/Fasilitator :
  - e. Pengelola program pengobatan tradisional Kabupaten/Kota atau Puskesmas
  - f. Pelatih akupresur.

## URAIAN SINGKAT MATERI AJARAN FENOMENA ORGAN

### A. ORGAN DALAM TUBUH DAN FUNGSI SESUAI DENGAN ILMU AKUPRESUR

#### 1. Definisi

Teori untuk menilai keadaan fisiologis dan patologis dari fungsi organ dalam berdasarkan apa yang terlihat dari luar (fenomena), sebagai pencerminan keadaan organ dalam tersebut.

#### 2. Organ Padat dan Organ berongga (Zang/Cang dan Fu )

Organ dalam pengertian akupunktur/akupreseur dibagi menjadi dua kelompok : yaitu di dalam tubuh manusia terdapat organ yang disebut sebagai Zang /Cang - Fu yang terdiri dari 6 organ Zang dan 6 organ Fu.

- Organ Zang merupakan organ padat yaitu : Jantung, Paru-paru, limpa, Hati, Ginjal dan Perikardium. Fungsi organ Zang adalah : memproduksi dan menyimpan substansi penting termasuk Qi, darah, cairan tubuh.
- Organ Fu merupakan organ berongga yaitu : Kantung empedu, Lambung, Usus Kecil, Usus besar, Kandung kencing, dan Sanjiao (Tri pemanas). Fungsi organ Fu adalah : menerima dan mencernakan makanan , menyalurkan dan mengeluarkan bahan sisa.
- Organ Zang dan Fu yang bersimbol sama mempunyai fungsi dan sifat yang berkaitan, dan hubungan antara keduanya disebut hubungan luar dalam.

### B. Fungsi dan Gangguan Fungsi Organ

#### 1. Jantung

##### a. Fungsi Jantung

Pengaturan darah dan pembuluh darah.

- 1) Rumah pikir : sebagai tempat semangat, kesadaran, daya ingat, pikiran dan tidur.
- 2) Hubungan dengan dunia luar dengan lidah (jantung yang
- 3) Normal lidah berwarna kemerahan, basah, licin dan fungsi
- 4) Pengecap normal).

##### b. Gangguan fungsi jantung dan Selaput Jantung :

- 1) Gangguan peredaran darah dan pembuluh darah
- 2) Gangguan semangat, kesadaran dan daya pikir
- 3) Gangguan pada lidah

## **2. Hati**

### **a. Fungsi Hati :**

- 1) Menyimpan darah, hati mempunyai fungsi menyimpan dan mengatur jumlah darah yang beredar.
- 2) Memelihara aliran Ci yaitu untuk menjaga keharmonisan dan melancarkan fungsi dari kegiatan tubuh.
- 3) Menguasai tendon
- 4) Hubungan dengan dunia luar melalui mata.

### **b. Gangguan fungsi hati**

- 1) Gangguan pendarahan
- 2) Gangguan tendon (Kram)
- 3) Gangguan mata

## **3. Limpa**

### **a. Fungsi Limpa :**

- 2) Menguasai transportasi dan pengolahannya yaitu pengolahan pada pencernaan dan penyerapannya.
- 3) Mengendalikan darah : supaya darah tetap berada di dalam pembuluh darah dan mencegah perdarahan.
- 4) Mempengaruhi otot dan anggota gerak : memelihara besar dan kuatnya otot
- 5) Hubungan dengan dunia luar melalui mulut.

### **b. Gangguan Fungsi Limpa :**

- 1) Gangguan pencernaan dan cairan tubuh
- 2) Gangguan perdarahan
- 3) Gangguan Otot
- 4) Gangguan mulut

## **4. Paru-Paru**

### **a. Fungsi Paru-paru :**

- 1) Menguasai Ci dan mengendalikan pernafasan
- 2) Mengatur pengeluaran air
- 3) Menguasai kulit dan rambut
- 4) Berhubungan dengan dunia luar melalui hidung.

**b. Gangguan fungsi paru**

- 1) Gangguan pernafasan
- 2) Gangguan cairan dalam tubuh
- 3) Gangguan kulit dan rambut badan
- 4) Gangguan hidung

**5. Ginjal**

**a. Fungsi Ginjal :**

- 1) Menyimpan Jing (Jing merupakan materi dasar bawaan
- 2) Materi yang didapatkan sesudah lahir), menguasai reproduksi, pertumbuhan dan perkembangan.
- 3) Menghasilkan sumsum, membentuk otak, menguasai tulang dan memproduksi darah.
- 4) Menguasai cairan tubuh dan menarik Ci kebawah.
- 5) Menerima Ci.
- 6) Hubungan dengan dunia luar dengan telinga.

**b. Gangguan fungsi ginjal**

- 1) Gangguan otak, tulang dan tekanan darah
- 2) Gangguan cairan tubuh, Gangguan kemampuan sex
- 3) Gangguan telinga dan Gangguan rambut kepala

**6. Selaput jantung (Pericardium)**

- a. Fungsi Pericardium (selaput jantung) : pericardium merupakan selaput yang meliputi jantung untuk menjaga jantung dan bukan merupakan organ pada umumnya tetapi sesuatu bagian dari jantung
- b. Gangguan fungsi Selaput Jantung
  - 1) Gangguan peredaran darah dan pembuluh darah
  - 2) Gangguan semangat, kesadaran dan daya pikir
  - 3) Gangguan pada lidah

**7. Kandung Empedu**

**a. Fungsi Kandung Empedu :**

Kandung empedu melekat pada hati dan fungsi utamanya adalah menyimpan getah empedu yang dikeluarkannya ke usus untuk membantu pencernaan.  
Berhubungan luar dalam dengan hati.

**b. Gangguan fungsi kandung empedu.**

- 1) Gangguan kepala sebelah, Gangguan pencernaan, dan
- 2) Gangguan bawah iga.

**8. Lambung**

**1). Fungsi Lambung :**

Lambung menerima dan mencernakan makanan kemudian menyalurkan ke usus kecil.  
Hubungan luar dengan limpa.

**2). Gejala fungsi lambung**

- a) Gangguan pada pencernaan makanan
- b) Gangguan otot.

**9. Usus Kecil**

**a. Fungsi Usus Kecil :**

- 1) Menerima dan menyimpan sementara makanan yang dari lambung,
- 2) Melanjutkan pencernakan makanan tersebut untuk kemudian diserap
- 3) Menyalurkan sisa makanan ke usus besar.

**b. Gangguan fungsi usus kecil**

- 1) Gangguan buang air kecil, Gangguan pencernaan dan
- 2) Gangguan pembuluh darah

**10. Usus Besar**

**a. Fungsi Usus Besar.**

Usus besar menerima sisa makanan dari usus kecil kemudian mengubahnya menjadi tinja yang akan dikeluarkan dari tubuh

**b. Gangguan fungsi usus besar**

- 1) Gangguan buang air besar dan gangguan pernafasan
- 2) Gangguan meridian usus besar.

**11. Kandung Kemih**

**a. Fungsi Kandung Kemih**

- 1) Pengatur keseimbangan cairan.

**b. Gangguan fungsi kandung kemih**

- 1) Gangguan pada saluran air kencing
- 2) Gangguan kemampuan sex

**12. Tri Pemanas (Sanjiao)**

**a. Fungsi Sanjiao (Tri pemanas)**

Sanjiao bukan merupakan organ nyata melainkan generalisasi dari sebagian fungsi organ Zang Fu yang terletak pada berbagai tempat yang berbeda dalam rongga tubuh.

Sanjiao terdiri dari :

- Jiao atas (mewakili dada)
- Jiao tengah (mewakili epigastrium)
- Jiao bawah (mewakili hipogastrium)

**Fungsi sanjiao adalah :**

- 1) Menghangatkan organ Zang dan Fu.
- 2) Koordinasi kerja Zang dan Fu supaya dapat bekerja sama.
- 3) Keseimbangan cairan
- 4) Berhubungan luar dalam dengan pericardium.

**b. Gejala kelainan fungsi Sanjiao (Tri pemanas)**

- 1) Gangguan pada Jiao atas, sama dengan gangguan fungsi paru-paru dan jantung
- 2) Gangguan pada Jiao tengah, sama dengan gangguan fungsi pada pencernaan
- 3) Gangguan pada Jiao bawah, sama dengan gangguan fungsi pada ginjal dan kandung kemih (bagian bawah rongga tubuh)

1. Nomor : M.I. 3
2. Mata ajaran : Meridian dan titik-titik akupresur
3. Waktu : 10 jam pl. (Teori = 4 jam pl, Praktek = 6 jam pl)  
Teori 3 x 45 menit  
Praktek 5 x 45 menit
4. Tujuan Instruksional Umum :  
Setiap peserta latih memahami meridian dan titik akupresur
5. Tujuan Instruksional Khusus :  
Setelah mengikuti pelatihan ini diharapkan peserta mampu :
  - a. Menjelaskan jalur tiap-tiap meridian pada tubuh manusia
  - b. Menunjukkan titik-titik dan menjelaskan indikasi penting yang terdapat dalam meridian beserta kegunaannya.
6. Pokok Bahasan dan Sub pokok bahasan :
  - a. Perjalanan titik meridian pada tubuh manusia
  - b. Titik-titik dalam meridian
  - c. Letak dan kegunaan titik-titik pada meridian.
7. Bahan rujukan :
  - a. Buku Pedoman Praktis Akupresur
  - b. Buku Ilmu Akupunktur (Unit Akupunktur RSCM) 1985
8. Metode dan Sarana :
  - a) Tata ruang : berbentuk huruf U atau setengah lingkaran
  - b) Alat Bantu pelatihan :
    - 1) AVA : - OHP  
: - White Board, Papan tulis  
: - Flip Chart  
: Spidol, kapur tulis
    - 2) Alat peraga : Gambar, boneka akupresur
  - c) Metode : - CTJ. peragaan.

9. Proses :

Kegiatan I ( 10 menit )

Menggali pengetahuan peserta latih tentang jalur tiap-tiap meridian, titik dan **indikasinya dalam meridian.**

10. Pelatih/Fasilitator :

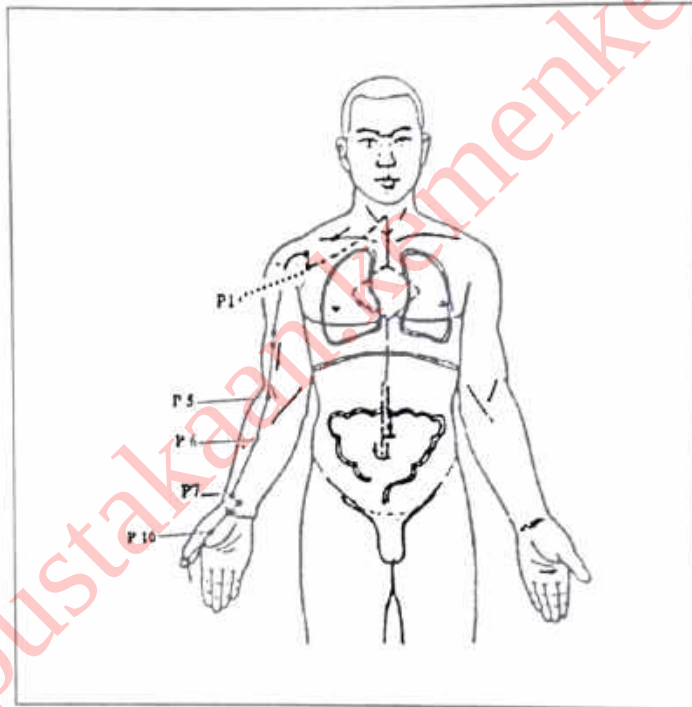
- g. Pengelola program pengobatan tradisional Kabupaten/Kota atau Puskesmas
- h. Pelatih akupresur.

**URAIAN SINGKAT MATAAJARAN**  
**JALANNYA MERIDIAN, LOKASI DAN INDIKASI (FUNGSI)**  
**TITIK AKUPUNKTUR**

**I. MERIDIAN PARU (YIN)**

Meridian Paru mulai dari daerah lambung turun kebawah ke usus besar lalu kembali ke lambung, menembus sekat rongga dada (diafragma), paru-paru. Dari bagian atas paru (trachea) keluar di sela iga I dan II, naik keatas sampai tulang selangka kemudian menyusuri bagian dalam sisi uar lengan, pergelangan tangan dan berakhir di ibu jari tangan. Cabang meridian keluar dari belakang pergelangan tangan menuju ke jari telunjuk untuk berhubungan dengan Meridian Usus Besar.

**Gambar Meridian Paru**



Titik Akupunktur penting meredian paru :

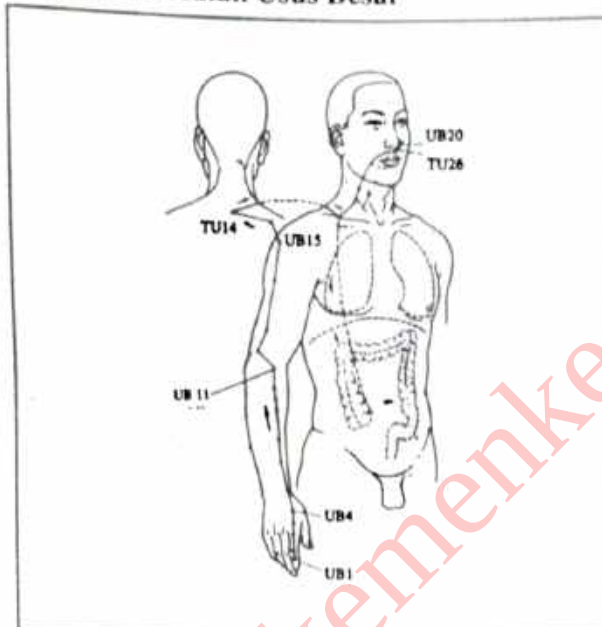
- P.I, Lokasi : Sela iga I dan II yaitu dari puting susu ke samping luar 3 jari, kemudian naik 6 jari keatas.
- Indikasi : Batuk, asma, nyeri iga, dada rasa penuh, sakit pada bahu dan punggung..

- P.5, Lokasi : Pada lipat siku sebelah luar antara batas warna hitam dan putih
- Indikasi : Batuk, kejang otot lengan, sering buang air kecil, kejang demam pada anak.
- P.6, Lokasi : Dari titik P.5 turun 6 jari ke arah ibu jari.
- Indikasi : Batuk, sesak nafas, batuk darah, radang tonsil (amandel), lengan kaku, sakit lengan dan siku, menghentikan perdarahan.
- P.7, Lokasi : 2 jari di atas garis pergelangan tangan
- Indikasi : Sakit kepala sebelah, sakit kepala, nyeri tenggorokan, batuk, mulut miring, mulut tidak dapat dibuka, salah bantal, ibu jari susah digerakkan, jari tangan dan pergelangan tangan tidak kuat.
- P.10, Lokasi : Pertengahan Ruas pangkal tulang ibu jari tangan antara garis hitam putih.
- Indikasi : Batuk darah, batuk, bronchitis, sakit dada dan pinggang, kejang, demam disertai sakit kepala, rasa panas telapak tangan.

## II. MERIDIAN USUS BESAR (YANG)

Meridian Usus Besar mulai dari ujung jari telunjuk naik menyusuri tepi luar lengan ke bahu. kemudian ke belakang bertemu dengan meridian-meridian Yang di titik Tu 14. kembali ke bahu dan bercabang dua, cabang pertama menembus ke dalam melalui paru, diafragma sampai ke usus besar sedangkan cabang ke dua dari tulang selangka naik ke atas ke bibir atas dan berakhir pada tepi hidung yang berlawanan (meridian yang kanan akan berakhir di tepi hidung kiri dan sebaliknya meridian kiri di tepi hidung kanan.)

Gambar Meridian Usus Besar



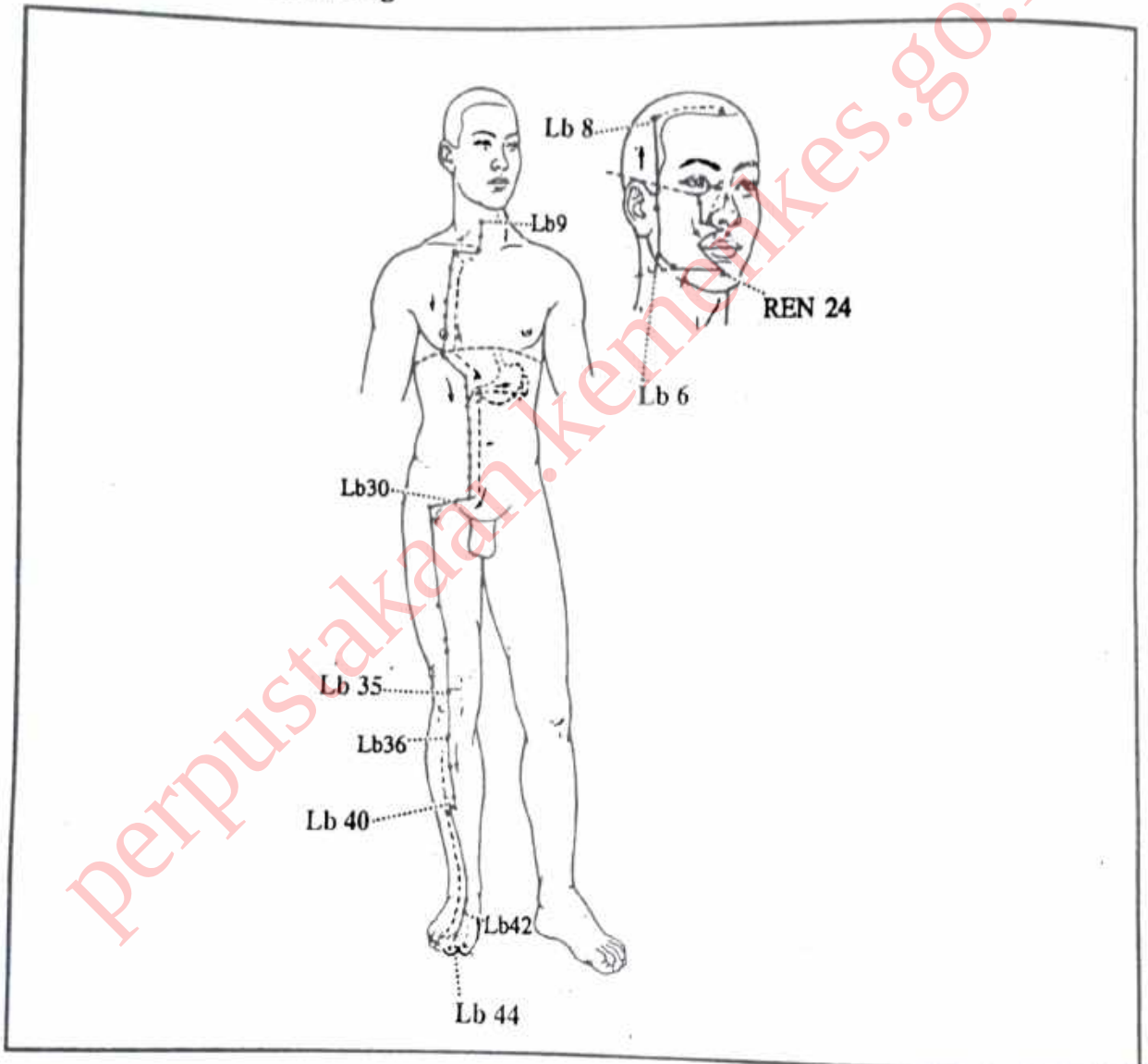
### Titik akupunktur penting pada Meridian Usus Besar.

- UB 4 Lokasi : Di punggung tangan pada tempat yang paling tinggi jika ibu jari dan jari telunjuk dirapatkan
- Indikasi : Sakit kepala depan dan samping, sakit tenggorokan, sakit gigi, lengan lumpuh, diare, kaki tangan pegal linu, panas tanpa keringat, tidak datang haid, sulit buang air besar.
- UB 11 Lokasi : Pada ujung garis lipat siku bagian luar
- Indikasi : Sakit tenggorokan, lengan nyeri dan bengkak, lengan tak bertenaga, lumpuh kedua tangan, penyakit kulit, demam.
- UB 15 Lokasi : Lekukan persendian bahu dan lengan atas kalau lengan di angkat
- Indikasi : Nyeri tulang bahu, kelumpuhan, penyakit kulit
- UB 20 Lokasi : Sudut luar cuping hidung
- Indikasi : Gangguan hidung, mulut miring, muka bengkak dan gatal, sakit gigi rahang atas.

### III. MERIDIAN LAMBUNG (YANG)

Meridian lambung mulai pada titik terakhir Meridian Usus Besar naik ke pangkal hidung, berhubungan dengan Meridian Kandung Kemih dan kembali sepanjang sisi hidung, menembus gusi atas, mengitari bibir lalu berjalan sepanjang rahang bawah dan naik ke atas melalui depan telinga menyusuri garis batas rambut depan sampai di kening. Dari rahang bawah turun sampai tulang selangka dan bercabang dua, cabang pertama menembus ke dalam rongga dada, diafragma dan tiba di Lambung dan Limpa. Cabang kedua dari tulang selangka turun menyusuri dada dan perut sampai lipat paha kemudian turun sampai bawah lutut bercabang dua kembali, yang satu berjalan di dalam dan berakhir pada jari kaki ketiga dan yang lainnya berjalan dipermukaan kulit berakhir pada jari kedua.

Gambar Meridian Lambung



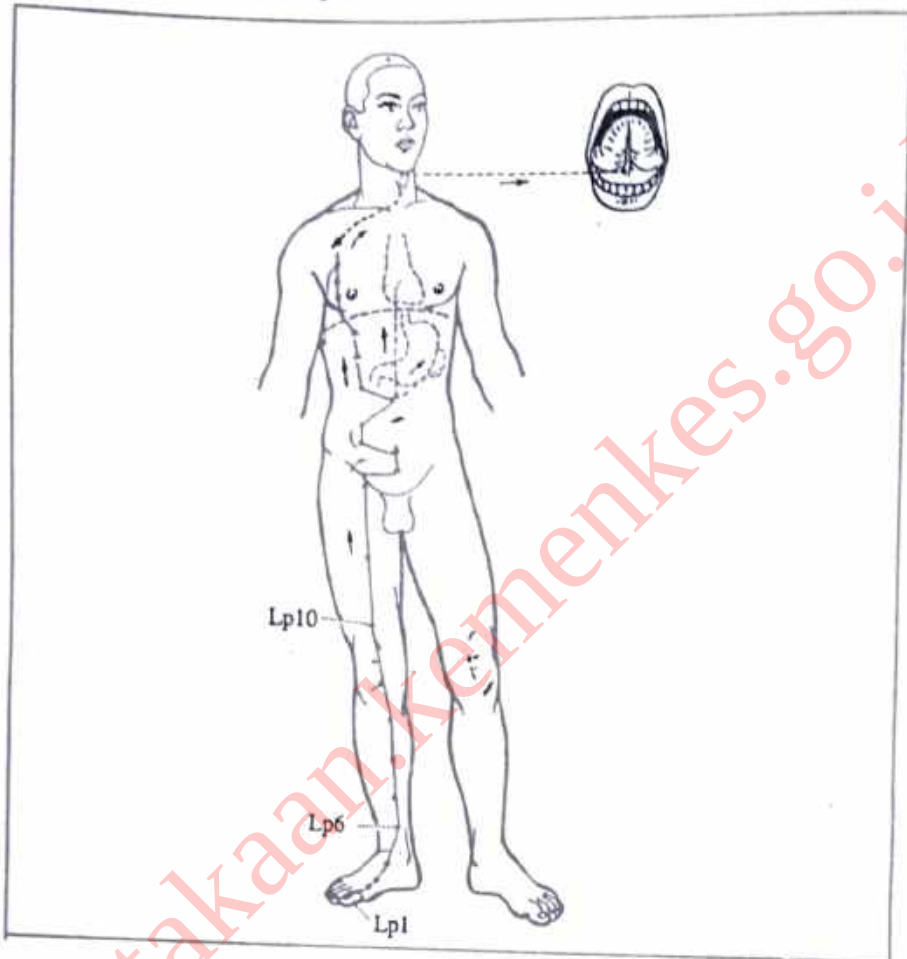
### Titik akupunktur penting Meridian Lambung

- Lb 6 Lokasi : Lekukan pada tulang rahang bawah, segaris dengan sudut mulut  
Indikasi : Kelumpuhan muka, mulut mencong dan mata miring, suara hilang, pipi bengkak, sakit gigi, leher kaku dan mulut mengancing.
- Lb 8 Lokasi : Sudut dahi 1 ibu jari tepi garis rambut  
Indikasi : Sakit dahi, sakit kepala sebelah, sakit mata, banyak keluar air mata
- Lb 25 Lokasi : 3 jari samping kiri dan kanan pusat (pusar)  
Indikasi : Gangguan pencernaan, nyeri sekitar pusat, sulit buang air besar, usus berbunyi, perut kembung, keputihan
- Lb 35 Lokasi : Di pangkal tulang kering, bawah luar tempurung lutut  
Indikasi : Nyeri lutut, baal (tidak terasa) pada tungkai.
- Lb 36 Lokasi : 4 jari dibawah titik Lb 35  
Indikasi : Gangguan pencernaan karena dingin, sering lapar (lambung panas), kembung, nyeri lambung, susah buang air besar, kelumpuhan muka dan anggota gerak, ayas, nyeri tenggorokan, nyeri lutut dan kaki, badan bengkak, meningkatkan daya tahan tubuh.
- Lb 40 Lokasi : Titik tengah antara lutut dan mata kaki sebelah luar, ke sisi luar 2 jari dari tulang kering.  
Indikasi : Batuk, pusing, mengeluarkan dahak, pergerakan tungkai terganggu.
- Lb 44 Lokasi : Lekukan antara punggung pangkal tulang jari kaki ke dua dan tiga.  
Indikasi : Sakit gigi (lambung panas), radang tonsil (amandel), mimisan, sakit perut, kembung, disentri, nyeri dan bengkak pada punggung kaki, kelumpuhan muka

#### IV. MERIDIAN LIMPA (YIN)

Meridian limpa mulai dari ibu jari kaki naik pada batas perubahan warna kulit tepi dalam tungkai melalui lipat paha terus masuk ke dalam rongga perut dan berhubungan dengan Limpa. Lambung, Jantung dan berakhir di di pangkal lidah. Cabang lain berjalan di permukaan perut dan berakhir pada samping badan antara iga 6 dan 7

Gambar Meridian Limpa



##### Titik akupunktur penting Meridian Limpa.

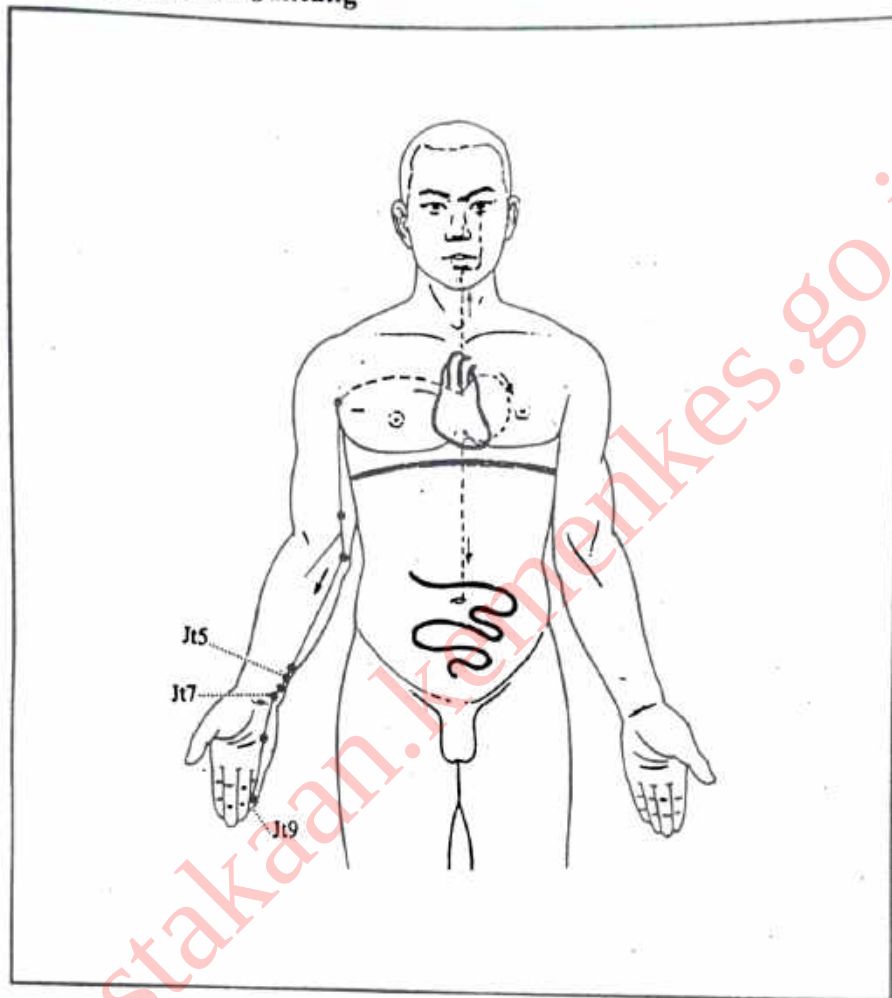
- Lp 1 Lokasi : Sudut kuku sebelah dalam ibu jari kaki.  
Indikasi : Kembung, tidak nafsu makan, muntah, diare, haid berlebihan, kaki tangan dingin.
- Lp 6 Lokasi : 4 jari ke atas dari mata kaki bagian dalam  
Indikasi : Menormalkan fungsi limpa lambung, gangguan pencernaan, usus bunyi, kembung, mencret, haid tidak teratur, keputihan, kesukaran melahirkan, perdarahan, ngompol, nyeri tungkai bawah.
- Lp 10 Lokasi : 3 jari diatas lutut dan 3 jari kearah dalam  
Indikasi : Haid tidak teratur, eksim, penyakit kulit, nyeri paha bagian dalam.

## V. MERIDIAN JANTUNG (YIN)

Meridian Jantung mulai dari Jantung menembus diafragma sampai di Usus Kecil. cabang lain naik ke atas berhubungan dengan mata dan otak.

Cabang yang lainnya berjalan di atas paru-paru ke arah samping menembus rongga dada di lipat ketiak dan menyusuri lengan bagian dalam sampai di ujung jari kelingking.

Gambar Meridian Jantung



### Titik akupunktur penting Meridian Jantung

Jt 5 Lokasi : 1 jari dari pergelangan tangan bagian dalam. segaris dengan jari kelingking

Indikasi : jantung berdebar, lemah syahwat, gila, daya ingat menurun, suara tiba-tiba hilang, lidah kaku, pergelangan tangan sakit, mata merah, tenggorokan kering, keputihan, nyeri saluran kencing disertai perdarahan.

Jt 7 Lokasi : Tepat pada lekukan garis pergelangan tangan, segaris dengan jari kelingking

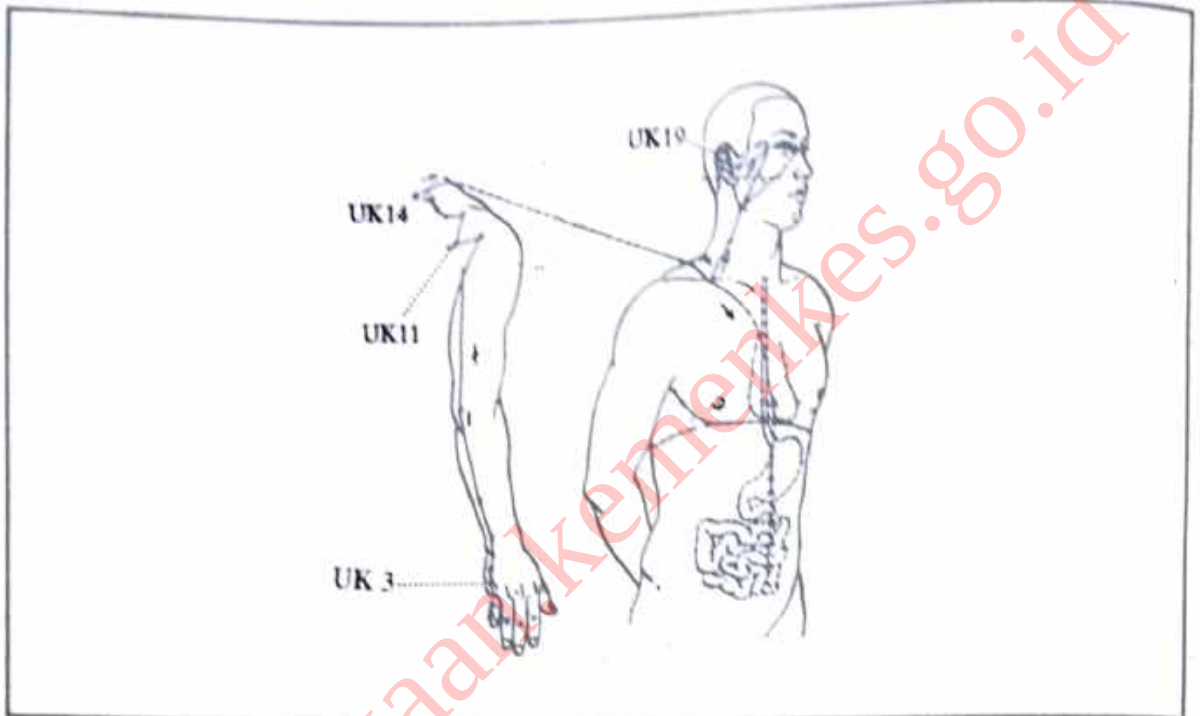
Indikasi : Jantung berdebar, sulit tidur karena kesal, sakit kuning, nyeri tulang iga.

## VI. MERIDIAN USUS KECIL (YANG)

Meridian Usus Kecil mulai ujung sebelah dalam kelingking, menyusuri telapak tangan, terus sampai ke bahu, bercabang dua, cabang pertama melingkari bahu kedepan dan masuk di atas tulang selangka ke jantung, lambung, usus halus, melintasi pangkal paha ke kaki bagian bawah.

Cabang kedua dari atas tulang selangka naik ke leher, rahang bawah, salah satu cabangnya ke pipi, sudut mata luar dan berakhir di depan telinga, yang lainnya dari pipi ke bawah mata sampai pangkal hidung.

Gambar Meridian Usus Kecil



### Titik akupunktur penting Meridian Usus Kecil.

UK 3 Lokasi : Ujung lipat pangkal jari kelingking pada tangan yang dikepalkan

Indikasi : Sakit kepala, leher kaku, mata merah, ayu, mimisan, buang air kecil merah.

UK 11 Lokasi : Bagian tengah tulang belikat

Indikasi : Nyeri daerah belikat, nyeri sisi luar lengan dan siku

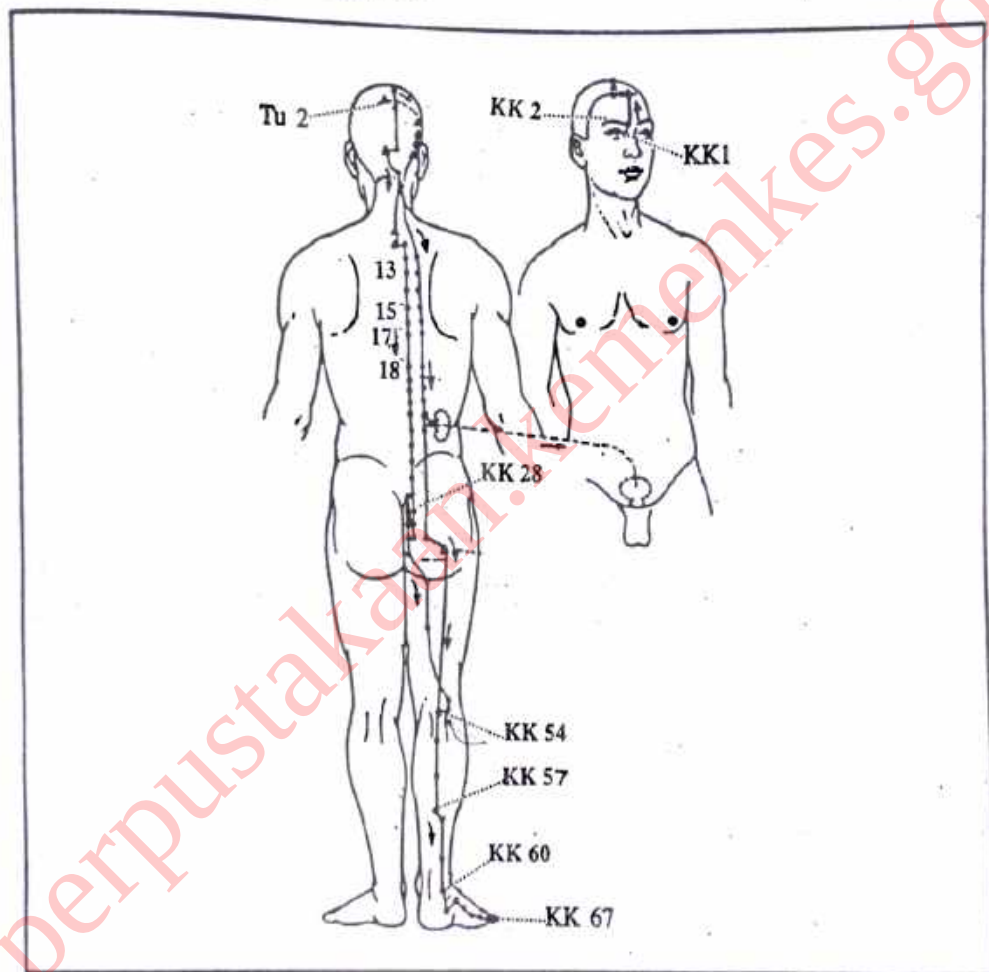
UK 19 Lokasi : Lekukan didepan anak telinga

Indikasi : Gangguan pendengaran, telinga berbunyi atau berdengung, tuli

## VII.MERIDIAN KANDUNG KEMIH (YANG).

Dimulai dari sudut mata bagian dalam, naik ke kepala bertemu dengan meridian Tu di puncak kepala. Cabang lain masuk ke dalam otak dan keluar lagi menuju ke tengkuk, berjalan menuju ke tepi tulang belikat bagian dalam. Kedua meridian kandung kemih (kiri kanan tulang punggung) berjalan sejajar dengan ruas tulang belakang sampai di daerah pinggang, masuk ke dalam tubuh berhubungan dengan ginjal dan kandung kemih. Dari daerah pinggang bercabang menuju ke daerah pinggul terus ke bawah sampai lipat lutut. Cabang lain : dari daerah tengkuk berjalan sejajar dengan cabang pertama. Sampai di daerah pinggul terus ke lipat paha dan bertemu dengan cabang pertama, di lipat lutut, turun ke betis berakhir di jari kelingking kaki sebelah luar.

Gambar Meridian Kandung Kemih



## Titik penting meridian kandung kemih

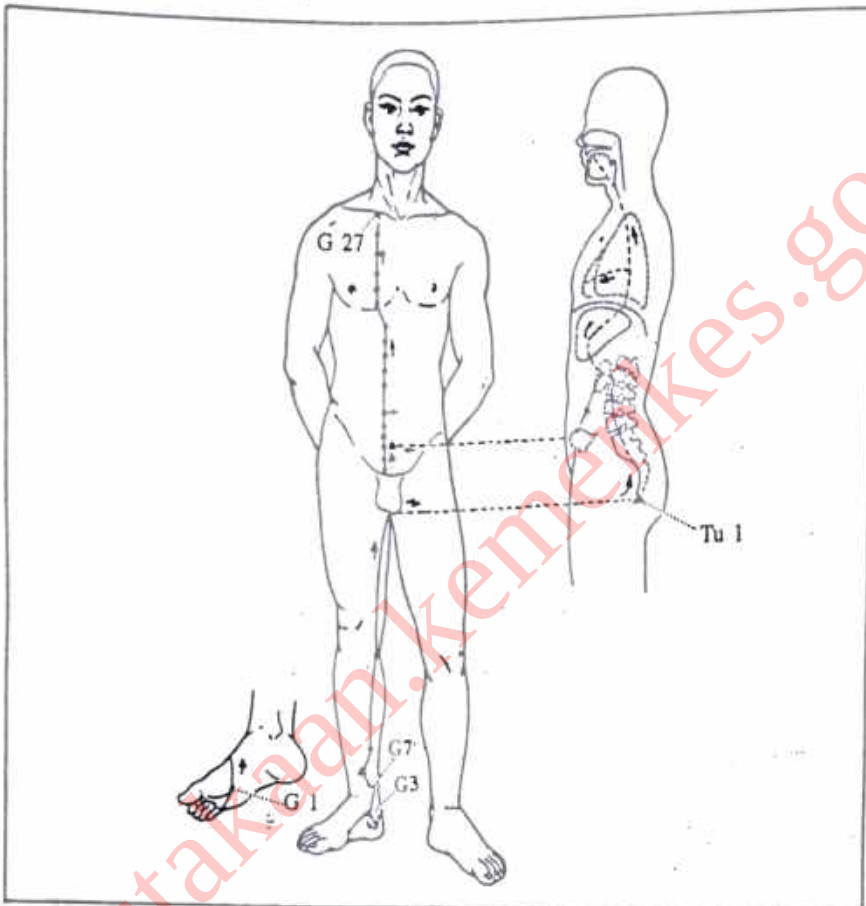
- KK.2 Lokasi : Di pangkal alis  
Indikasi : Sering mengeluarkan air mata, daya penglihatan menurun, buta warna, mata terasa berat karena angin
- KK.13 Lokasi : Antara tulang punggung ke III-IV ke samping kiri kanan 2 jari  
Indikasi : Panas, gelisah, batuk, batuk darah, TBC, radang paru-paru, radang selaput dada, bronkitis /radang tenggorokan, asma  
  
(Catatan : untuk penderita sakit paru-paru titik ini bila ditekan terasa sakit). Titik Paru paru
- KK.15 Lokasi : Antara tulang punggung ke V-VI ke samping kiri kanan 2 jari  
Indikasi : Pemurung, pelupa, debar jantung cepat, penyakit jiwa, terlambat berbicara, mengeluarkan banyak keringat pada malam hari. (Titik Jantung)
- KK.17 Lokasi : Antara tulang punggung ke VII-VIII ke samping kiri kanan 2 jari  
Indikasi : Segala macam pendarahan, sukar tidur dan malas, penyakit lambung, pendarahan pada lambung/usus, kejang, banyak keringat, panas tanpa keringat, cegukan.  
(titik ini merupakan titik yang menguasai pembentukan dan peredarandarah).
- KK.18 Lokasi : Antara tulang punggung IX-X ke samping kiri kanan 2 jari  
Indikasi : Nyeri di dada, sakit jiwa, ayas, mata merah, mata kabur, buta ayam, gangguan fungsi hati. (Titik Hati)
- KK.19 Lokasi : Antara tulang punggung X-XII ke samping kiri kanan 2 jari  
Indikasi : Sakit kuning, nyeri iga, mulut terasa pahit, gangguan hati menahun dan baru, lambung rasa penuh, sakit pada ulu hati, muntah-muntah (kecuali hamil).  
(Titik Kandung Empedu)
- KK.20 Lokasi : Antara ruas tulang punggung XI-XII ke samping kiri kanan 2 jari  
Indikasi : Kembung, fungsi limpa dan lambung lemah, diare, udem, asma dan banyak lendir. (Titik Limpa)
- KK.21 Lokasi : Antara ruas tulang punggung XII dan tulang pinggang ke I ke samping kiri kanan 2 jari  
Indikasi : Nyeri ulu hati, muntah-muntah, kembung, menguatkan fungsi limpa dan lambung. (Titik Lambung)

- KK.22 Lokasi : Antara ruas pinggang ke I-II ke samping kiri kanan 2 jari.  
Indikasi : Perut kembung, usus berbunyi, diare, gangguan pencernaan, buang air kecil sering sedikit-sedikit, sakit pinggang, dan ngompol. (Titik Tri Pemanas)
- KK.23 Lokasi : Antara ruas tulang pinggang ke II-III ke samping kanan kiri 2 jari.  
Indikasi : Ngompol, impoten, sex terlalu kuat, sering buang air kecil, sakit pinggang, keputihan, telinga dengung, tuli, mata kabur. (Titik Ginjal)
- KK.25 Lokasi : Antara ruas tulang pinggang ke IV-V ke samping kiri kanan 2 jari.  
Indikasi : Sakit perut, usus berbunyi, diare, susah buang air besar, perut kembung, sakit pinggang (Titik Usus Besar)
- KK.28 Lokasi : Antara ruas tulang tungging ke II- III ke samping kiri kanan 2 jari.  
Indikasi : Ngompol, hernia, nyeri di daerah tungging. (Titik Kandung Kemih)
- KK.54 Lokasi : Di tengah tengah lipat lutut bagian belakang.  
Indikasi : Sakit pinggang, sakit pada tungkai bawah, gangguan sendi lutut, radang persendian, tungkai lumpuh, sakit perut, pingsan karena sinar matahari.
- KK.57 Lokasi : Di perut betis.  
Indikasi : Sakit pinggang, nyeri betis, kejang betis, wasir, susah buang air besar.
- KK.60 Lokasi : Di lekukan belakang mata kaki luar.  
Indikasi : Sakit kepala, rematik, nyeri tumit, leher kaku, pegal otot pinggang.

### VIII. MERIDIAN GINJAL (YIN)

Meridian ginjal dimulai dari telapak kaki terus melingkari mata kaki, naik ke paha bagian dalam, di tempat tersebut bercabang dua, sebuah cabang ke meridian luar, sedangkan cabang yang lain masuk ke tulang ekor, naik menyusuri tulang tersebut sampai di ginjal, kandung kemih, hati, paru-paru dan sampai di pangkal lidah. Meridian luar berjalan ke atas di perut di antara meridian lambung dan garis tengah badan, berakhir di bawah tulang selangka.

Gambar Meridian Ginjal



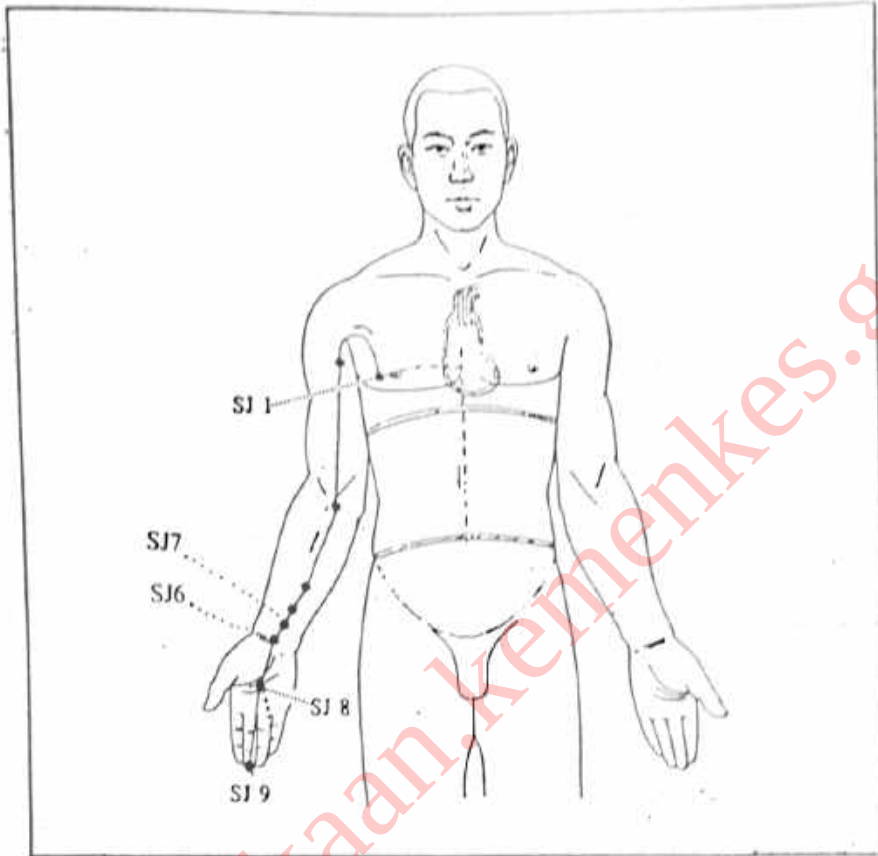
#### Titik penting Meridian Ginjal (G).

- G1 lokasi : di tengah tengah telapak kaki 1/3 bagian depan  
Indikasi : Sakit puncak kepala (ubun-ubun), pusing, mata kabur, sakit tenggorokan, gangguan buang air kecil, susah buang air besar, telapak kaki nyeri panas, kejang demam anak-anak, mimisan.
- G.3 Lokasi : Di lekukan belakang mata kaki bagian dalam.  
Indikasi : Sakit tenggorokan, sakit gigi, asma, haid tidak teratur, susah tidur, mani cepat keluar, impoten.
- G.7 Lokasi : 3 jari di atas titik G.3  
Indikasi : Mencoret, usus bunyi, bengkak karena sakit ginjal, sakit buah zakar, banyak keringat ataupun sedikit keringat.

## IX. MERIDIAN SELAPUT JANTUNG (YIN)

Dimulai dari dada, menelusuri lengan bagian dalam sampai di telapak tangan, bercabang dua, satu ke jari tengah dan yang lain ke jari manis. Di dada, sebuah cabangnya masuk ke selaput jantung dan dari jantung terus ke bawah menembus diafragma, ke ruang tengah dan perut bagian bawah mencapai usus kecil.

**Gambar Meridian Selaput Jantung**



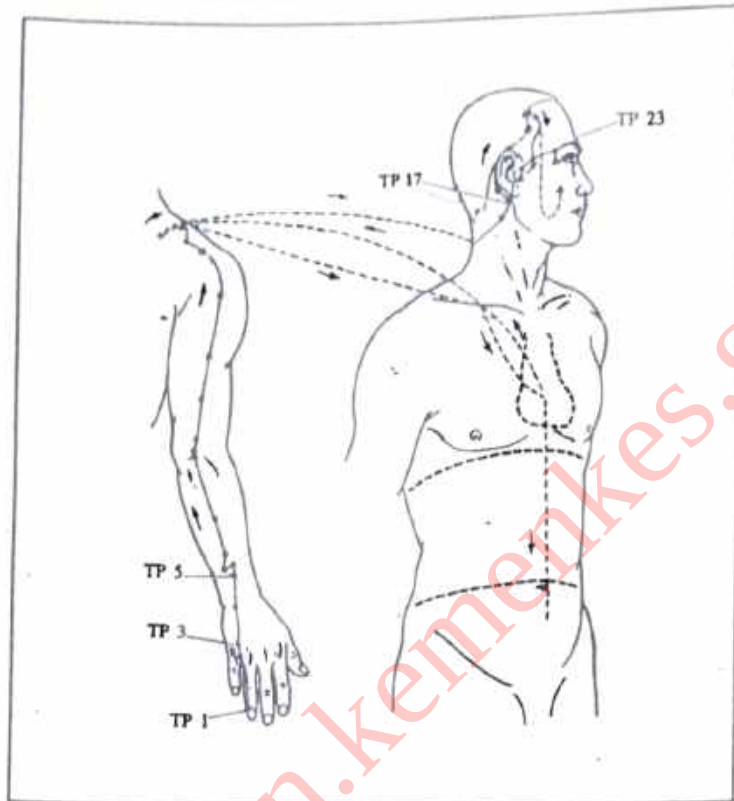
### **Titik penting meridian selaput jantung (SJ).**

- SJ.6 Lokasi** : 3 jari di atas pergelangan tangan bagian tengah.  
**Indikasi** : Denyut nadi cepat, sakit lambung, muntah-muntah, cegukan, susah tidur, gelisah, kejang siku, perut mual.
- SJ.7 Lokasi** : Di tengah tengah pergelangan tangan bagian dalam.  
**Indikasi** : Gelisah, nyeri ulu hati, muntah-muntah, nyeri dada, nyeri siku, sakit tenggorokan, telapak tangan panas.
- SJ.9 Lokasi** : Di ujung jari tengah tangan.  
**Indikasi** : Pingsan, telapak tangan panas, menangis di tengah malam pada anak, sakit ujung lidah.

## X. MERIDIAN TRI PEMANAS (TP).

Dimulai dari jari manis, naik ke punggung tangan terus mencapai bahu, tulang selangka dan bercabang dua. Sebuah cabang ke leher melewati belakang telinga, pipi dan berakhir di ujung alis luar, yang lain melintasi dada sampai di jantung, turun menembus ke tiga ruangan badan.

Gambar Meridian Tri Pemanas



### Titik penting Meridian Tri Pemanas (TP).

TP.3 Lokasi : Pada lekukan punggung tangan antara tulang tulang jari kelingking dan jari manis, pada ruas jari pertama.

Indikasi : Telinga bunyi, tuli, bengkak tenggorokan, sakit kepala sebelah, mata merah, nyeri siku lengan bawah.

TP.5 Lokasi : 3 jari dari pergelangan tangan segaris jari tengah.

Indikasi : Sakit kepala, panas, demam, flu, tuli, telinga berbunyi, nyeri iga, anggota gerak susah digerakkan, sakit pergelangan tangan, tangan gemetar.

TP.17 Lokasi : Pada lekukan di belakang telinga.

Indikasi : Telinga bunyi, bisu tuli, lumpuh otot muka.

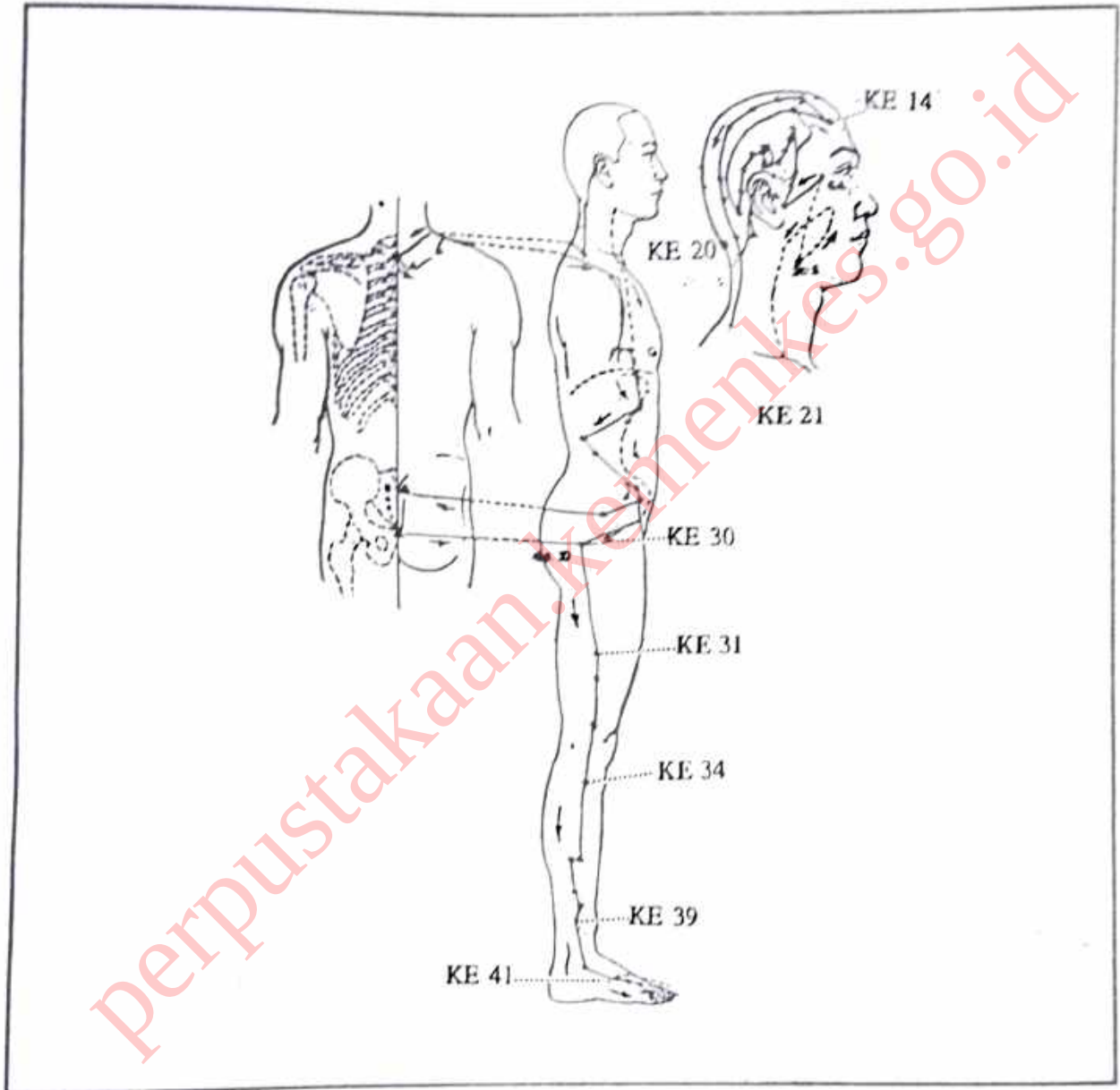
TP.23 Lokasi : Pada ujung alis mata luar.

Indikasi : Sakit kepala sebelah, nyeri syaraf telinga, mata kedutan, mata kabur.

# XI. MERIDIAN KANDUNG EMPEDU (YANG)

Dimulai dari sudut mata bagian luar, ke kepala sampai di tengkuk. Sebuah cabang dari pipi masuk ke dalam dada dan berhubungan dengan organ kandung empedu, terus ke bawah sampai perut bagian bawah. Cabang lainnya tampak seperti meridian luar, berjalan di bagian sisi luar tubuh sampai ke punggung kaki bercabang, sebuah cabangnya ke ibu jari kaki dan lainnya berakhir di ujung jari ke empat.

Gambar Meridian Kandung Empedu



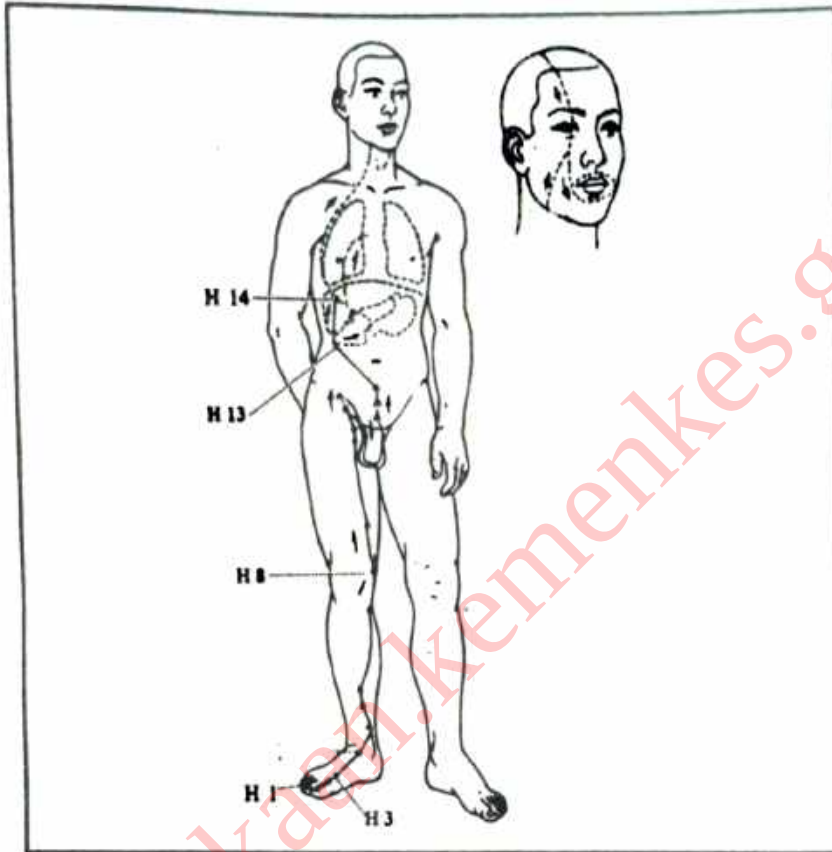
## Titik penting Meridian Kandung Empedu

- KE.20 Lokasi : Pada lekukan di belakang kepala, 2 jari dari batas rambut belakang  
Indikasi : Sakit kepala, permulaan penyakit panas/influenza, leher kaku, nyeri bahu, mata merah nyeri, gangguan bicara.
- KE.21 Lokasi : Pada lekukan di atas bahu, lurus ke bawah dengan daun telinga.  
Indikasi : Leher kaku, nyeri bahu, lengan tak dapat diangkat.
- KE.30 Lokasi : Pada persendian tulang pangkal paha.  
Indikasi : Sakit pinggang-pinggul, nyeri sendi tungkai, lumpuh, polio.
- KE.31 Lokasi : Dalam posisi tegak dan tangan lurus, titik terletak di ujung jari tengah di paha.  
Indikasi : Lumpuh kaki, nyeri tungkai, kaki tak bertenaga.
- KE.34 Lokasi : Di lekukan di bawah pertemuan pangkal tulang kering dan tulang betis, di bawah lutut.  
Indikasi : Kaki lumpuh, nyeri tungkai bawah, nyeri sendi lutut, sakit kandung empedu.
- KE.39 Lokasi : 4 jari di atas mata kaki luar.  
Indikasi : Leher kaku, kaki lumpuh, nyeri iga, sakit pinggang, pegel linu tungkai bawah.
- KE.41 Lokasi : Di lekukan pertemuan tulang jari manis dan jari kelingking di punggung kaki.  
Indikasi : Nyeri sudut mata luar, mata kabur, nyeri iga, bengkak pada punggung kaki, keseleo.

## XII. MERIDIAN HATI (YIN)

Dimulai dari ibu jari kaki bagian luar dekat jari ke dua naik ke paha bagian dalam, masuk ke daerah kemaluan, terus ke atas mencapai hati. Di daerah ruangan tengah perut muncul sebuah cabang yang menuju ke lambung, naik ke paru-paru. Cabang yang lain dari hati langsung ke leher, pangkal lidah, mengitari bibir, menembus mata sampai di puncak kepala (ubun-ubun).

Gambar Meridian Hati



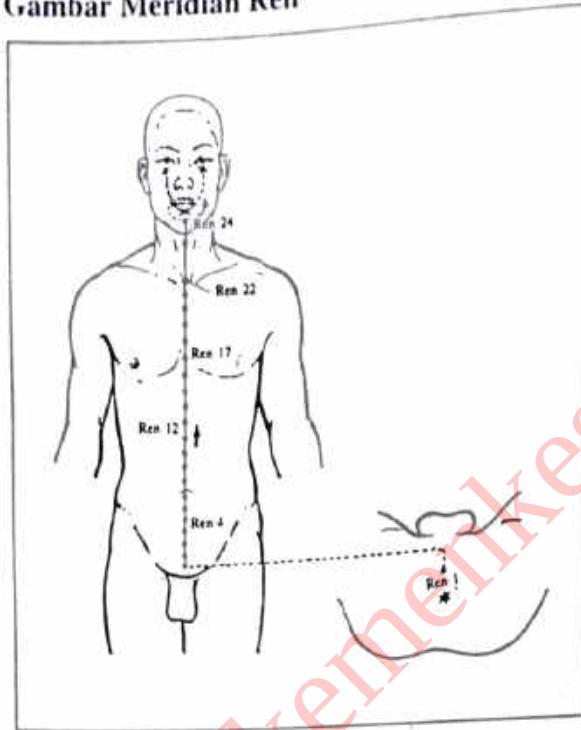
### Titik-titik penting meridian Hati (H).

- H.3 Lokasi** : Di punggung kaki antara pangkal ruas tulang ibu jari dan jari kedua.  
**Indikasi** : Pendarahan, mani encer, hernia, ngompol, sakit kepala, mulut mencong, daerah iga sakit, sakit pinggang.
- H.8 Lokasi** : Sisi dalam di sendi lutut antara 2 urat.  
**Indikasi** : Nyeri haid, kencing terganggu, gatal pada alat kelamin luar, lutut bengkak, lemah syahwat.
- H.13 Lokasi** : Pada ujung iga ke XI di bagian samping badan.  
**Indikasi** : Sakit hati, perut kembung daerah iga sakit, sakit punggung dan pinggang, sakit pankreas, diare.

### XIII. MERIDIAN REN/KONSEPSI (YIN).

Dimulai dari depan lubang dubur, terus ke perut bagian bawah ke daerah kelamin merambat ke atas sampai di leher ke rahang bawah dan melingkari bibir, kemudian terpecah menjadi dua cabang masing-masing melintasi pipi sampai di bawah mata.

Gambar Meridian Ren



#### Titik penting Meridian Ren

- Ren.4 Lokasi : 4 jari di bawah pusat.  
Indikasi : Lemah syahwat, ngompol, buang air kecil, haid tidak teratur, wasir, mandul, keputihan.
- Ren.6 Lokasi : 2 jari di bawah pusat.  
Indikasi : keputihan, gangguan haid, ngompol, susah buang air besar, sakit pinggang, wasir, sakit perut, alat gerak dingin.
- Ren.12 Lokasi : 1 telapak tangan di atas pusat.  
Indikasi : Sakit lambung, muntah, asam lambung berlebihan, kembung, diare, gangguan pencernaan, muntah muntah waktu hamil.
- Ren.17 Lokasi : Pertemuan antara ke dua puting susu, dengan garis tengah badan.  
Indikasi : Asma, nafas pendek, habis makan muntah, nyeri dada. ASI kurang.
- Ren.22 Lokasi : Tepat pada lekukan pangkal leher depan.  
Indikasi : Asma, tidak bisa bicara, nyeri tenggorokan.
- Ren.24 Lokasi : Lekukan pada bibir bawah.  
Indikasi : Pembengkakan muka, sakit gigi, gusi bengkak.

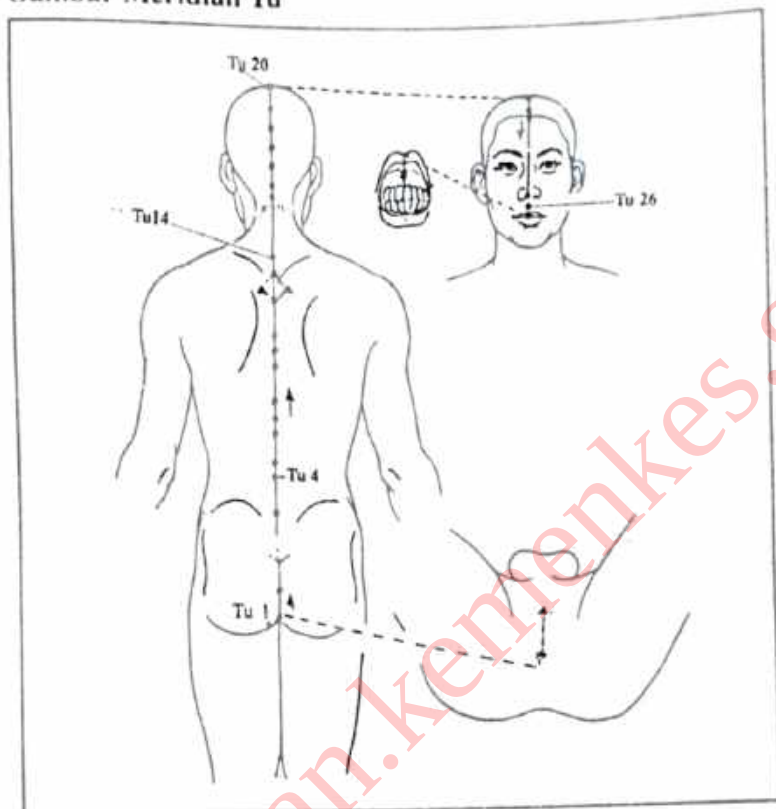
#### XIV. MERIDIAN TU/GUBERNUR (YANG)

Dimulai dari belakang dubur, naik ke tulang ekor, menyusuri tulang punggung, kepala, ke depan sampai di gusi rahang atas.

Meridian ini berjalan di garis tengah tubuh.

Di bagian kepala ada sebuah cabang yang masuk menyusup ke dalam otak.

Gambar Meridian Tu



##### Titik penting Meridian Tu.

TU.4 Lokasi : Di tulang pinggang, setinggi pusar.

Indikasi : Sakit ginjal, sakit pinggang, diare, ngompol, lemah syahwat, keputihan, menguatkan ginjal.

TU.14 Lokasi : Di atas tulang punggung I, setinggi pundak.

Indikasi : Banyak keringat, keluar keringat malam hari, asma, masuk angin, salah bantal, nyeri punggung, nyeri iga, batuk, demam, panas.

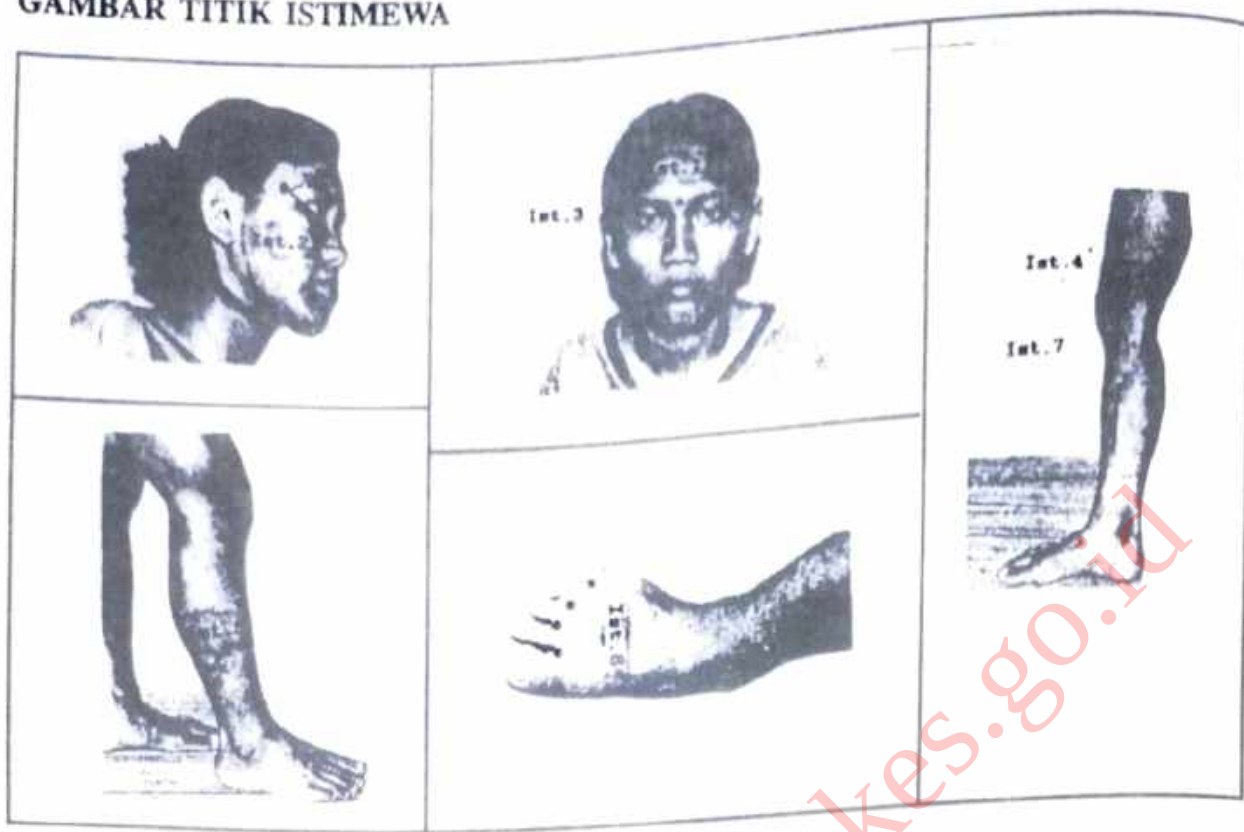
TU.20 Lokasi : Tepat di puncak kepala.

Indikasi : Sakit kepala, sakit puncak kepala, sakit ayun, pusing.

TU.26 Lokasi : Ditengah bibir atas.

Indikasi : Pingsan, ayun, salah urat, sakit pinggang, kejang anak-anak, segala macam usaha pertolongan pertama.

## GAMBAR TITIK ISTIMEWA



### TITIK-TITIK ISTIMEWA (Ist).

Titik titik istimewa terletak di luar meridian, tetapi mempunyai nama dan khasiat tertentu.

- Ist.1. Lokasi : Di antara dua alis.  
Indikasi : Sakit kepala bagian depan, pusing, penyakit hidung, penyakit mata, rasa tegang.
- Ist.2. Lokasi : Pada titik pertemuan perpanjangan ujung alis dan sudut mata sebelah luar.  
Indikasi : Sakit kepala sebelah, sakit mata, pusing.
- Ist.3. Lokasi : Di tengah-tengah alis mata.  
Indikasi : Penyakit mata, mata bengkak, sakit kepala sebelah.
- Ist.4. Lokasi : Di tepi atas tempurung lutut.  
Indikasi : Sakit lutut, anggota gerak bawah lemah.
- Ist.5. Lokasi : 3 jari di bawah titik lambung Lb.36.  
Indikasi : Usus buntu.
- Ist.6. Lokasi : Di sela sela jari kaki kiri kanan ada 8 titik.  
Indikasi : Beri beri, bengkak pada punggung kaki, kutu air.
- Ist.7. Lokasi : Pada lekukan disamping dalam tulang tempurung lutut.  
Indikasi : Lutut sakit/dingin, lumpuh.

1. Nomor : M.I. 4
2. Mata ajaran : Penyebab penyakit
3. Waktu : 2 jam pl (2 x 45 menit)

3. Tujuan Instruksional Umum :

Setiap peserta latihan memahami semua penyebab penyakit menurut pengobatan akupresur

5. Tujuan Instruksional Khusus :

Setelah mengikuti pelatihan ini diharapkan peserta mampu :

- a Menjelaskan penyebab penyakit Luar
- b Menjelaskan penyebab penyakit Dalam
- c Menjelaskan penyebab penyakit Golongan III

6. Pokok Bahasan dan sub pokok bahasan :

- a penyebab penyakit Luar
- b penyebab penyakit Dalam
- c penyebab penyakit Golongan III

7. Bahan rujukan :

Buku Pedoman Praktis Akupresur

8. Metode dan Sarana :

- a Tata ruang : berbentuk U atau setengah lingkaran
- b Alat bantu pelatihan :
  - 1) A V A : - OHP  
- White Board, Papan tulis  
- Flip Chart  
- Spidol, kapur tulis
  - 2) Alat peraga
  - 3) Metoda: CTJ, diskusi kelompok

9. Proses :

Kegiatan I (10 menit)

Menggali pengetahuan peserta latihan tentang penyakit luar, penyakit dalam, penyakit golongan tiga

Kegiatan II (70 menit):

a) Pelatih merangkum dan menjelaskan tentang :

- 1) penyebab penyakit Luar
- 2) penyebab penyakit Dalam
- 3) penyebab penyakit Golongan III

b) Permainan:

Pelatih menggunakan kartu pasien dengan cara mengisi

c) Peserta melakukan praktek penyebab penyakit

Kegiatan III (10 menit) :

Merangkum seluruh kegiatan.

10. Pelatih/Fasilitator :

- a Pengelola Program pengobatan tradisional Dati I, Dati II atau Puskesmas
- b Pelatih akupresur

11. Evaluasi :

- a Test formatif
- b Penilaian proses belajar mengajar

## URAIAN SINGKAT MATERI AJARAN PENYEBAB PENYAKIT

Menurut ilmu Akupunktur, orang dianggap sehat kalau unsur YIN dan YANG seimbang. Kalau YIN dan YANG orang bersangkutan tidak seimbang, orang dianggap sakit. Tidak seimbangnya unsur YIN dan YANG tersebut tentu ada penyebabnya, dan penyebab itu disebut Penyebab Penyakit.

Kesehatan fisik (tubuh), pikiran, dan mental seseorang dipengaruhi oleh: **alam** (lingkungan) di tempatnya, **emosi**, **kebiasaan hidup**, kebiasaan makan dan kecelakaan yang menimpa dirinya. Dengan demikian untuk menjaga hidup agar tetap sehat, harus bisa menyesuaikan diri dengan lingkungan, memelihara emosi, mengendalikan kebiasaan hidup atau menghindari kecelakaan.

Ada tiga macam penyebab penyakit:

1. Penyebab Penyakit Luar
2. Penyebab Penyakit Dalam
3. Penyebab Penyakit Golongan III.

Apabila daya tahan tubuh lemah, maka penyebab penyakit akan dengan mudah menyerang tubuh kita.

### PENYEBAB PENYAKIT LUAR (PPL)

Yang termasuk Penyebab Penyakit Luar adalah: keadaan hawa udara seperti Angin, Dingin, Panas, Lembab, Kering dan Api.

Penyebab penyakit luar ini masuk ke dalam tubuh melalui meridian.

#### 1. Angin (YANG)

Angin dianggap sebagai pimpinan atau kendaraan yang mengangkut penyebab penyakit luar, artinya kalau ia menyerang tubuh manusia membawa dingin, panas, lembab, dan lain sebagainya, sehingga ada yang disebut angin dingin atau angin panas menyerang tubuh, dll.

Gejala: Mendadak keluar keringat, takut dingin, pusing berputar putar, gemetar dan kejang, sakit berpindah-pindah..

#### 2. Dingin (YIN).

Dingin mengerutkan pembuluh darah dan meridian menyebabkan energi vital terhambat sehingga menimbulkan rasa nyeri dan berdenyut denyut.

Gejala serangan dingin

- Serangan terhadap bagian luar tubuh demam, takut dingin, sesak nafas, panas tak berkeringat, nyeri kepala, nyeri seluruh tubuh
- Serangan terhadap meridian otot kaku/kejang, otot dan tulang nyeri
- Serangan terhadap organ diare, muntah, usus berbunyi, nyeri daerah perut, banyak buang air kecil

### **Panas (YANG)**

Panas sering menyerang secara tiba tiba pada waktu sedang bekerja di tempat panas atau bekerja di bawah sinar matahari

Gejala yang timbul banyak keringat, dapat hilang kesadaran, susah buang air besar, buang air kecil sedikit, haus, mengigau dan gelisah

### **Lembab (YIN)**

Lembab biasanya menyerang pada musim pancaroba

Gejala yang timbul perasaan badan berat, lesu, capai dan malas, kepala terasa berat seperti dibebani barang berat, perut kembung, tidak nafsu makan, mual muntah, banyak reuk (lendir), udem

### **Kering (YANG)**

Gejala yang timbul kekurangan cairan, bibir dan mulut kering, nyeri tenggorokan, kelainan pada fungsi hidung, batuk, susah buang air besar, nyeri iga

### **Api (YANG)**

Api yang dimaksud disini api yang terbentuk didalam tubuh, karena terlalu panas atau kering, api ini merupakan keadaan yang derajatnya lebih tinggi dari panas dan kering. Gejala yang timbul perdarahan dan kejang

## **PENYEBAB PENYAKIT DALAM (PPD)**

Penyebab Penyakit Dalam adalah keadaan emosi seseorang yang dapat menyebabkan timbulnya keluhan atau penyakit pada dirinya. Emosi tertentu yang berkepanjangan ditanggung oleh seseorang, akan melukai (mengganggu fungsi) organ tubuh tertentu, sesuai dengan saling hubungannya.

Misalnya, kalau seseorang terus menerus dikuasai oleh kemarahan maka organ hatinya akan luka/terganggu, atau kalau seseorang menderita gangguan pada organ hati akan selalu marah

Saling hubungan organ tubuh dengan emosi dapat dilihat pada tabel Lima Unsur.

Tujuh macam emosi yang termasuk penyebab penyakit dalam, yaitu:

1. Gembira, berhubungan dengan jantung (Api)
2. Marah atau mendongkol, berhubungan dengan hati (Kayu)
3. Rindu, berpikir, melamun, berhubungan dengan limpa ( Tanah )
4. Kuatir, sedih berhubungan dengan paru paru ( Logam)
5. Takut, terkejut berhubungan dengan ginjal ( Air)

### **PENYEBAB PENYAKIT GOLONGAN KETIGA**

Yang termasuk ke dalam penyebab penyakit golongan ketiga adalah kebiasaan hidup yang salah, adaptasi dengan lingkungan yang salah dan kecelakaan yang menimpa seseorang seperti kecelakaan lalu lintas dan akibat gigitan binatang.

Kebiasaan hidup meliputi: kebiasaan tidur dan bangun, kerja dan istirahat, hubungan seksual, makan minum, buang air besar dan kecil, berpakaian, berkendara, berjalan, berolah raga dan lain sebagainya.

Gigitan binatang, keracunan, kecelakaan adalah penyebab penyakit golongan ketiga sebagai akibat kegagalan beradaptasi ( menyesuaikan diri ) dengan lingkungan.

Penyebab penyakit turunan atau kelemahan bawaan termasuk Penyebab Penyakit Golongan Ketiga seperti :

- Kondisi kesehatan ibu ketika hamil mempengaruhi bayi di dalam kandungan, jika ada kelemahan ibu waktu hamil menyebabkan organ-organ penting bayi yang dikandung akan lemah.
- Keadaan energi bawaan dari ayah dan ibu mempengaruhi pembentukan janin.

1. Nomor : M.I. 5
2. Mata ajaran : Empat Cara Pemeriksaan & Dasar Diagnosis.
3. Waktu : 6 jam pelajaran (2 jam teori, 4 jam praktek).
4. Tujuan Instruksional Umum :  
Setiap peserta latih memahami cara pemeriksaan dan mendiagnosa pasien dengan pengobatan akupresur
5. Tujuan Instruksional Khusus :  
Setelah mengikuti pelatihan ini diharapkan peserta mampu:
  - a) Menilai suara dan bunyi dari pasien serta bau pasien
  - b) Menilai hasil wawancara dari pasien
  - c) Menilai hasil terhadap titik dan daerah keluhan pasien
  - d) Menjelaskan cara mendiagnosis.
6. Pokok Bahasan dan sub pokok bahasan :
  - a) Pengamatan ekspresi pasien
  - b) Kelainan yang didengar dan dicium dari pasien
  - c) Wawancara pasien
  - d) Perabaan nadi, titik dan daerah keluhan pasien
  - e) Cara mendiagnosis.
7. Bahan rujukan :  
Buku pedoman praktis akupresur
8. Metode dan Sarana:
  - a) Tata ruang : berbentuk huruf U atau setengah lingkaran
  - b) Alat bantu pelatihan :
    - A V A : - OHP, white board, papan tulis
    - Flip Chart
    - Spidol, kapur tulis
    - Pasien
  - c) Metode : CTJ, diskusi
9. Proses :

Kegiatan I (10 Menit)

Menggali pengetahuan pelatihan tentang : pengamatan ekspresi pasien, kelainan yang didengar dan dicium dari pasien, wawancara pasien, perabaan nadi, titik dan daerah keluhan pasien, cara mendiagnosa dengan curah pendapat.

Kegiatan II (70 menit):

- 1) Pelatih menjelaskan secara singkat disertai dengan tanya jawab, tentang :
  - a) Pengamatan ekspresi pasien
  - b) Kelainan yang didengar dan dicium dari pasien
  - c) Wawancara pasien
  - d) Perabaan nadi, titik dan daerah keluhan pasien
  - e) Cara mendiagnosa
- 2) Peragaan tentang materi oleh peserta latihan
- 3) Penugasan
- 4) Memeriksa sesama peserta (peserta berlaku seperti pasien)

Kegiatan III (180 menit):

- praktek terhadap sesama peserta
- praktek pasien

Praktek tersebut diatas untuk menentukan diagnosis dan tindakan sederhana mengatasinya

Kegiatan IV : (10 menit)

Rangkuman seluruh kegiatan

10. Pelatih/Fasilitator :

- Pengelola program pengobatan tradisional Dati I, Dati II atau Puskesmas
- Pelatih akupresur

11. Evaluasi :

- Test formatif dan penanganan pasien
- Penilaian proses belajar mengajar

## URAIAN SINGKAT MATERI AJARAN EMPAT CARA PEMERIKSAAN DAN DASAR DIAGNOSIS

### A. EMPAT CARA PEMERIKSAAN

#### Cara pemeriksaan:

Seorang pemijat akupresur harus melakukan pemeriksaan terlebih dahulu untuk mendiagnosis penyakit pasien secara akupresur, maka dilakukan pemeriksaan sesuai dengan tata cara yang sudah ditentukan dalam ilmu akupresur.

Dalam pemeriksaan terhadap penyakit pasien, si pengobat hanya boleh menggunakan panca inderanya yaitu mata, kuping, mulut, hidung, dan tangan untuk mendapatkan data penyakit pasien.

Untuk melakukan diagnosis gunakan tabel pengelompokan Lima unsur sebagai pedoman kerja.

Ada empat cara untuk melakukan pemeriksaan. Hasil dari setiap cara tersebut akan saling menunjang menunjang atau saling melengkapi sehingga didapatkan sebuah kesimpulan yang mendekati kebenaran.

#### 1. Pengamatan

yang diamati dari pasien adalah kelainan yang tampak meliputi:

- Keadaan jiwanya yang dapat ditangkap dari sinar matanya, sinar warna wajahnya.
- Ekspresi yang layu, lesu, pucat menunjukkan keadaan Yin. Ekspresi cerah, bergairah, tegang, pemarah menunjukkan keadaan Yang.
- Bentuk tubuh yang gemuk, gerak gerik lamban, menunjukkan keadaan Yin. Bentuk kurus, gerak-gerik agresif menunjukkan keadaan Yang.
- Otot lidah merah muda atau pucat, menunjukkan keadaan Yin. Otot lidah merah cerah atau merah tua menunjukkan keadaan Yang.
- Selaput lidah tipis, putih, menunjukkan keadaan Yin. Selaput lidah tebal, kuning, menunjukkan keadaan Yang.
- Lidah yang sehat, berbentuk sedang dan berwarna merah muda, selaput putih, tipis, bersih dan gerakannya leluasa.

#### 2. Pendengaran dan penghidu

- Suara apa yang didengar dari pasien:  
Batuk (keras atau lemah), bersin-bersin, suara nafas atau suara lainnya. Suara yang keras menunjukkan ciri YANG, suara lemah ciri YIN
- Bau yang dicium dari pasien:  
Bau keringat, bau mulut, bau air seni, bau busuk dari kuping, dll. Bau yang tajam menunjukkan ciri YANG dan bau yang lemah menunjukkan YIN

### 3. Wawancara

Dalam berwawancara yang perlu diketahui:

- Keluhan utama dan keluhan tambahan
- Riwayat penyakit/keluhan
- Keadaan lingkungan tempat tinggal/ tempat kerja
- Kebiasaan makan minum (panas, dingin, pedas, manis dll).
- Obat dan pengobatan yang pernah didapat
- Kebiasaan dan keadaan buang air besar dan buang air kecil.
- Tempat keluhan (dibagian badan atau meridian yang mana)
- Khusus untuk wanita : keadaan haid, kehamilan, KB, dll
- Khusus anak: imunisasi
- Keadaan orang tua: penyakit yang pernah diderita

Wawancara harus dilakukan dengan ramah, sopan, tidak terlalu panjang dan berulang-ulang, serta perasaanya tidak sampai tersinggung.

### 4. Perabaan

Yang perlu diraba:

- a. Daerah keluhan: apakah terasa sakit atau enak waktu ditekan. Bila ditekan terasa enak berarti YIN, maka pijatannya harus dikuatkan, dan bila ditekan terasa sakit berarti YANG, maka pijatannya harus dilemahkan.
- b. Nadi  
Pemeriksaan Nadi pasien bertujuan untuk mengetahui letak penyakit ( diluar atau didalam), panas atau dingin, kuat atau lemah.  
Denyut nadi diraba kedua belah tangan, pada pergelangan tangan sejajar dengan jempol, diraba dengan tiga jari, jari telunjuk, jari tengah dan jari manis. Jari telunjuk menekan di daerah pergelangan.

Secara umum nadi tangan dapat dibedakan menjadi 3:

- a. Nadi mengambang atau tenggelam. Mengambang berarti YANG, tenggelam berarti YIN. Mengambang disebabkan oleh angin panas dan penyakitnya baru menyerang organ.
- b. Nadi cepat atau lambat. Nadi cepat kira-kira lebih dari 80 denyutan dalam 1 menit, sedang nadi lambat kurang dari 60 denyutan dalam 1 menit. Nadi cepat berarti panas (YANG), nadi lambat berarti dingin (YIN)
- c. Nadi kuat atau lemah. Nadi kuat berarti jari tangan pemeriksa seperti ditendang tendang dari dalam (YANG), sedang nadi lemah jari tangan seperti disenggol lemah dari dalam (YIN).

Nadi orang sehat adalah sedang-sedang saja: tidak kuat tidak lemah, tidak cepat tidak lambat, tidak mengambang tidak tenggelam.

## B. DASAR DIAGNOSIS.

Dasar diagnosis adalah sejumlah data yang dikumpulkan dari pemeriksaan, mengenai ketidakseimbangan Yin dan Yang dan berdasarkan data tersebut dibuat diagnosis. Jadi diagnosis adalah dugaan keadaan penyakit yang diketahui melalui proses pemeriksaan.

### Delapan Dasar diagnosa

Secara umum kumpulan data tersebut dapat digolongkan ke dalam 8 dasar diagnosis :

1. Dasar diagnosis Yin
2. Dasar diagnosis Yang
3. Dasar diagnosis dalam
4. Dasar diagnosis luar
5. Dasar diagnosis dingin
6. Dasar diagnosis panas
7. Dasar diagnosis lemah
8. Dasar diagnosis kuat

Delapan dasar diagnosis tersebut merupakan perincian dari dua dasar diagnosis yaitu Yin dan Yang.

Dalam, dingin dan lemah bersifat Yin

Luar, panas dan kuat bersifat Yang

Dalam dan luar menentukan letak kelainan, dalam berarti sudah di organ, luar berarti di meridian. Lemah dan kuat menentukan kekuatan daya tahan tubuh dan berat penyakit.

Berdasarkan delapan dasar diagnosis ini ditentukan diagnosis kerja yang selanjutnya menjadi dasar untuk menentukan terapi.

### DIAGNOSA KERJA

#### a. Keluhan utama :

adalah keluhan yang mendorong seseorang untuk pergi berobat dan disebutkan/ dituliskan berdasarkan keluhan yang dialami oleh penderita.

Misalnya :

Badan panas, demam, sakit kepala, nyeri ulu hati, sesak napas, napas berbunyi, sakit pinggang, mual, sakit leher, nyeri persendian dan sebagainya.

#### Keluhan tambahan:

adalah keluhan lain yang dialami penderita. Jumlah keluhan tambahan sering banyak, sehingga dituntut adanya kejelian si pengobat untuk mencari saling hubungannya dengan keluhan utama. Didalam memberikan pengobatan (pijat) tidak harus semua keluhan itu diobati langsung, sebab dengan sembuhnya keluhan utama, beberapa keluhan tambahan yang terkaitpun akan hilang.

b. **Letak Kelainan tubuh :**

Di bagian luar tubuh adalah Meridian, bersifat Yang atau dibagian dalam tubuh adalah organ, bersifat Yin.

Misalnya di Organ Paru atau di Meridian Hati

c. **Sifat kelainan :**

Misalnya enak ditekan bersifat Yin, nyeri ditekan bersifat Yang

d. **Penyebab penyakit :**

Misalnya Penyebab Penyakit Luar, PPD (penyebab penyakit dalam) atau PP golongan 3 (penyebab penyakit golongan 3).

Contoh diagnosis :

Sakit kepala sebelah kiri karena gangguan meridian kandung empedu, bersifat YANG disebabkan oleh penyebab penyakit luar.

1. Nomor : M.I. 6
2. Mata ajaran : Tata Laksana Terapi
3. Waktu : 2 jam pl
4. Tujuan Instruksional Umum :  
Setiap peserta mampu memahami tata laksana terapi dalam sistem pengobatan akupresur.
5. Tujuan Instruksional Khusus :  
Setelah mengikuti pelatihan ini diharapkan peserta mampu :
  - a) Menjelaskan cara memijat.
  - b) Menjelaskan hal-hal yang perlu diperhatikan sebelum memijat.
  - c) Menjelaskan cara memilih titik akupresur yang tepat.
  - d) Menjelaskan cara menentukan jadwal terapi.
  - e) Menjelaskan cara memberi saran kepada pasien.
6. Pokok Bahasan dan sub pokok bahasan :
  - a) Cara memijat yang tepat.
  - b) Hal-hal yang perlu diperhatikan sebelum memijat.
  - c) Cara memilih titik akupresur yang tepat.
  - d) Cara menentukan jadwal terapi.
  - e) Cara memberi saran.
7. Bahan rujukan :  
Buku pedoman praktis akupresur  
Ilmu Akupunktur, RSCM
8. Metode dan Sarana:
  - a) Tata ruang : berbentuk huruf U atau setengah lingkaran
  - b) Alat bantu pelatihan :
    - A V A : - OHP, white board, papan tulis
    - Flip Chart
    - Spidol, kapur tulis
    - Pasien
  - c) Metode : CTJ, diskusi, peragaan
9. Proses/langkah kegiatan  
Kegiatan I (10 menit):  
Tanya jawab tentang cara-cara memijat akupresur, dst.  
  
Kegiatan II (20 menit):  
Penjelasan tanya jawab tentang cara memperagakan, cara pemijatan, memberi contoh pemilihan titik.  
  
Kegiatan III (60 menit)  
Praktek: menyusun tata laksana terapi.

## URAIAN SINGKAT MATERI AJARAN TATA LAKSANA TERAPI

### A. CARA MEMIJAT

1. Pemijatan dapat dilakukan dengan di tekan-tekan dan diputar-putar atau diurut sepanjang meridian.  
Untuk bayi di bawah satu tahun, sebaiknya dilakukan pengobatan dengan mengelus elus ( meraba raba ) perjalanan meridian saja.dan jangan dipijat seperti orang dewasa.
2. Pijatan bisa dimulai setelah menemukan titik pijat yang tepat, jika tepat timbul reaksi nyeri atau pegal.
3. Reaksi Pijatan:  
Setiap pemberian rangsangan terhadap titik pijat akan memberikan reaksi terhadap.
  - a. Daerah sekitar titik tersebut.
  - b. Daerah yang dilintasi oleh meridian titik tersebut.
  - c. Organ yang mempunyai hubungan dengan titik tersebut.

Oleh karena itu setiap akupunktur yang akan dilakukan harus diperhitungkan secara cermat, reaksi apa yang perlu ditimbulkan, reaksi penguatan (Yang) atau reaksi melemahkan (Yin).

- a. Reaksi Yang atau reaksi Yin dapat ditimbulkan oleh lama akupresur, dan arah akupresur.  
Akupresur yang menguatkan (Yang) dapat dilakukan selama 30 kali tekanan atau putaran. Sedangkan akupresur yang dilakukan lebih lama yaitu lebih dari 40 kali akan menimbulkan reaksi melemahkan (Yin).
  - b. Arah akupresur.  
Akupresur yang menimbulkan reaksi menguatkan (Yang) adalah akupresur yang mengikuti arah putaran jarum jam atau searah dengan jalannya meridian. Akupresur yang dilakukan sebaliknya, akan menimbulkan reaksi melemahkan (Yin).
4. Alat Akupresur
- Alat akupresur adalah :
- = Jari tangan, baik jempol, jari telunjuk atau jari yang lainnya.
  - = Siku.
  - = Telapak tangan.
  - = Pangkal telapak tangan.
  - = Kepalan tangan
  - = Alat bantu terbuat dari kayu atau bahan lainnya yang tumpul yang tidak melukai kulit.

## B. HAL-HAL YANG PERLU DIPERHATIKAN SEBELUM AKUPRESUR

Sebelum melakukan akupresur terlebih dahulu harus mengetahui kondisi umum pasien.

### 1. Kondisi pasien.

Akupresur tidak boleh dilakukan terhadap penderita yang:

- a. Keadaan terlalu lapar.
- b. Keadaan terlalu kenyang.
- c. Keadaan terlalu emosional.
- d. Keadaan hamil tidak boleh dilakukan akupresur pada beberapa titik akupresur, terutama titik pada Meridian Yin kaki, Ren di bawah pusar dan UB.4.
- e. Keadaan sangat lemah kondisinya hanya diperlukan akupresur untuk menguatkan keadaan umumnya, dan jumlah titik yang dipergunakan jangan terlalu banyak.

### 2. Kondisi ruangan.

Selain kondisi penderita juga perlu diperhatikan keadaan tempat dilakukannya pemijatan tersebut:

- a. Suhu dalam kamar jangan terlalu panas dan jangan terlalu dingin.
- b. Sirkulasi udara hendaknya lancar dan udara dalam kamar segar, jangan melakukan pemijatan di tempat yang berasap dan peralatan yang dipergunakan harus bersih.

### 3. Posisi pasien dan pemijat.

Posisi penderita sewaktu di akupresur juga harus diperhatikan, duduk atau berbaring dalam keadaan tidak tegang adalah saat yang terbaik bagi penderita untuk mulai di akupresur.

Posisi pemijat hendaklah berada pada keadaan yang bebas dan nyaman untuk melakukan akupresur.

## C. CARA MEMILIH TITIK AKUPRESUR YANG TEPAT

Pemilihan titik yang tepat akan menghasilkan penyembuhan yang optimal.

Pedoman dalam memilih titik akupresur yang tepat yaitu :

- a. Memilih titik berdasarkan lokasi artinya memilih titik yang terdekat dengan lokasi sakitnya, contoh: sakit kepala, dipijat titik yang berada di daerah kepala.
- b. Pemilihan titik berdasarkan kelainan organ, artinya pilihlah titik berdasarkan yang mempengaruhi organ-organ yang sakit, seperti: sakit lambung dipilih titik meridian lambung.
- c. Pemilihan titik berdasarkan kelainan meridian, artinya memilih titik meridian yang sesuai meridian yang terganggu.
- d. Pemilihan titik berdasarkan indikasi tertentu, artinya memilih titik-titik yang mempunyai indikasi khusus terhadap penyakit tertentu, seperti : menurunkan panas dengan titik-titik di ujung jari tangan.

**D. Cara menentukan jadwal terapi.**

Penentuan jadwal terapi disesuaikan dengan kondisi penyakit pasien. Penyakit akut dapat dilakukan dengan lebih sering dan memerlukan waktu lebih singkat. Penyakit kronis memerlukan waktu lama dengan jadwal lebih jarang.

Secara umum jadwal terapi dapat ditentukan 2 hari sekali, selama 7 sampai 10 kali.

**E. Cara memberi saran.**

Saran diberikan sesuai dengan tujuan pengobatan yang meliputi upaya pencegahan penyakit dan pemulihan kesehatan, dikaitkan dengan pandangan holistik.

Contoh:

Menghindari makanan yang berlebihan

Menghindari udara malam yang dingin

Olah raga secara teratur

**FAKTOR YANG PERLU DIPERHATIKAN SELAMA TERAPI AKUPRESUR**

Selama pengobatan akupresur perlu diperhatikan berbagai hal berikut, antara lain :

1. Ekspresi wajah mencerminkan perasaan yang dialami penderita. Ekspresi wajah yang menyeringai disertai suara mendesis atau mengaduh mencerminkan bahwa penderita mengalami kesakitan saat di akupresur, sehingga mungkin kekuatan akupresur perlu dikurangi.
2. Gerakan tubuh penderita  
Gerakan tubuh yang menggeliat saat di akupresur mencerminkan rasa tidak nyaman, sehingga pijatan perlu diubah, dikurangi kekuatannya atau dipindahkan lokasi pijatannya.

**EFEK SAMPING AKUPRESUR**

Efek samping yang tercatat akibat tindakan akupresur dapat dikatakan tidak atau minimal.

Efek samping yang mungkin terjadi antara lain :

1. Memar, akibat akupresur terlalu kuat
2. Nyeri di daerah bekas akupresur akibat pijatan terlalu kuat
3. Luka terinfeksi pada daerah akupresur akibat kuku pelaku akupresur melukai kulit pasien.

**PERHATIAN.**

Kalau ragu-ragu untuk melakukan akupresur, karena keadaan pasien yang sudah parah, atau pengobat tidak mengetahui penyakit yang dideritanya, maka tindakan yang terbaik adalah mengadakan konsultasi dengan pengobat yang lebih mahir dan bertanggung jawab seperti dokter atau akupungturis yang sudah berpengalaman.

1. Nomor : M.I. 7
2. Mata ajaran : Penata laksanaan Kasus
3. Waktu : 12 jam pl (T = 2 Jam pl, P = 10 jam pl).
4. Tujuan Instruksional Umum :  
Setiap peserta latih memahami penata laksanaan penyakit ringan dengan akupresur dalam rangka pengobatan sendiri di rumah
5. Tujuan Instruksional Khusus :  
Setelah mengikuti pelatihan ini diharapkan peserta mampu :
  - a) Menjelaskan dengan tepat dan benar diagnosa pasien
  - b) Menjelaskan dan mempraktekkan tindakan yang benar terhadap kasus tertentu dengan akupresur.
6. Pokok Bahasan dan sub pokok bahasan :
  - a) diagnosa jelas pasien
  - b) tindakan tepat pada pasien dengan akupresur
  - c) Macam titik untuk tindakan pada penyakit ringan

Diagnosa dan tindakan terhadap kasus:

  1. Menyehatkan daya tahan tubuh
  2. Sesak napas/asma
  3. Sakit kepala
  4. Susah tidur
  5. Sakit perut
  6. Nyeri otot
  7. Nyeri haid
  8. Nyeri ulu hati
  9. Mual/muntah
  10. Demam
  11. Sakit pinggang
  12. Batuk pilek
  13. Pingsan
  14. Biduran
  15. Mimisan
7. Bahan rujukan :  
Buku pedoman praktis akupresur
8. Metode: Ceramah, tanya jawab, diskusi, bermain peran, praktek.
  - a) Tata ruang : - seperti praktek pengobat dengan pasien  
- tempat tidur/kursi untuk tindakan
  - b) Alat bantu pelatihan : - pasien, gambar.

## 9. Proses.

Kegiatan I.( 90 menit )

Pembahasan kasus per kasus mengenai gejala, penyebab, cara pengobatannya dengan bertanya jawab dan diskusi.

Kegiatan II.( 180 menit )

Diskusi kelompok dalam praktek kasus per kasus mendiagnosis dan mengobati pasien dengan pedoman kartu pasien, pembahasan 15 kasus dibagi 5 kelompok ( masing-masing kelompok 3 kasus )

Presentasi dan pembahasan per kasus

Kegiatan III (270 menit ).

- Praktek pasien
- Menjelaskan secara singkat disertai dengan tanya jawab tentang :
  - diagnosa pasien
  - tindakan tepat pada pasien dengan akupresur

## 10. Pelatih/Fasilitator :

- Pengelola program pengobatan tradisional Dati I, Dati II atau puskesmas
- Pelatih akupresur

## 11. Evaluasi :

- Test formatif
- Penilaian proses belajar mengajar

## KASUS

### 1. MENINGKATKAN DAYA TAHAN TUBUH

Dengan daya tahan tubuh yang kuat, penyebab penyakit yang menyerang dapat dilawan dan diusir. Daya tahan tubuh yang lemah mengakibatkan badan mudah terserang penyakit dan kondisi tubuhpun menurun, kesehatan dan kelangsungan hidup dapat terancam.

Melemahnya daya tahan tubuh dapat disebabkan oleh kekurangan darah dan energi yang berfungsi sebagai penggerak seluruh organ tubuh. Kekurangan tersebut dapat terjadi karena makanan yang dikonsumsi tidak cukup atau adanya gangguan enersi vital pada limpa lambung dan paru-paru sebagai pembuat darah dan energi.

#### Penyebab melemahnya daya tahan tubuh

##### *Perilaku yang salah*

- makanan yang kurang dalam kualitas dan jumlahnya.
- terlalu lelah , banyak kegiatan fisik maupun mental.
- kurang istirahat.

##### *Emosi*

Terlalu banyak berpikir, terlalu sedih atau khawatir menyebabkan terganggunya energi vital lambung dan paru-paru, sehingga pembentukan darah dan energi kehidupan terganggu.

##### *Keturunan*

Kelemahan atau cacat bawaan pada organ-organ penting mempengaruhi pembentukan darah dan energi vital. Keadaan orang tua yang lemah juga dapat menurunkan kepada keturunannya.

#### Gejala

Badan terasa lemah, lesu, kurang gairah, mudah lelah, sering berdebar, sering pegal-pegal, kurang nafsu makan, daya pikir menurun, mengantuk.

#### Cara meningkatkan daya tahan tubuh

1. Hindari penyebabnya
2. Akupresur pada titik berikut :
  - a. Lb. 36 Meridian Lambung no. 36, untuk meningkatkan energi kehidupan lambung.
  - b. LP. 6, untuk fungsi limpa.
  - c. SJ. 6, Menenangkan pikiran, menghilangkan stres.
  - d. UB. 4 , memperbaiki pernafasan dan pencernaan.
  - e. G.3. mempengaruhi ginjal, memperkuat energi bawaan.

## 2. SESAK NAPAS (ASMA)

Kesulitan bernapas atau sesak napas berbahaya karena bisa mengakibatkan darah kekurangan oksigen, yang dapat menyebabkan kematian. Terjadinya sesak nafas umumnya karena adanya reak (lendir) yang menyumbat paru-paru atau saluran pernapasan, sehingga udara tidak dapat keluar masuk ke paru-paru dengan leluasa.

### Penyebab

- Udara* : angin dingin, lembab, jika memasuki paru-paru menyebabkan timbulnya reak. Angin kering, mengeringkan paru-paru, menyebabkan sesak nafas.
- Makanan* : Makanan yang bersifat lembab, berlemak membentuk banyak reak panas yang naik dan mengganggu pernapasan. Minuman yang dingin menyebabkan produksi cairan berlebihan, menjadi reak dan menyumbat pernafasan.
- Emosi* : Kesal atau sedih berlebihan akan mengganggu energi vital paru-paru, menimbulkan sesak nafas.
- Kelemahan bawaan* : Ginjal yang lemah mengakibatkan energi vital bawaan tidak dapat membantu paru-paru, menyebabkan paru-paru lemah.

### Gejala

- Jenis Yin* : Sesak nafas dengan reak jernih, reak sedikit, reak berwarna putih berbuih, dada terasa berat, tidak haus, suka minum yang panas-panas, lidah putih, tipis, muka gelap.
- Jenis Yang* : Nafas sesak, memburu, suara nafas kasar, batuk, reak kuning kental dan susah keluar, dada penuh, berkerengat,, muka merah, haus, sering minum, tidak dapat berbaring, gelisah.

### Cara mengatasi :

1. Hindari penyebabnya.
2. Akupresur titik berikut :
  - a. P. 1.7, untuk memperkuat paru-paru.(diperkuat).
  - b. KK. 13, memperkuat paru-paru.
  - c. Lb. 36, memperkuat daya tahan tubuh, membersihkan lambung. (diperkuat).
  - d. Lb. 40, mengeluarkan reak.(diperlemah).
  - e. Ren. 17, mengatur pernafasan, melonggarkan dada.(diperlemah)
  - f. U B. 4, menurunkan panas, membersihkan tenggorokan. (diperlemah)
  - g. G. 3, memperkuat ginjal, menguatkan energi bawaan, mengusir dingin. (diperkuat).
  - h. L. 4, menguatkan limpa, mengusir lembab. (diperkuat).
  - i. K K. 12, mengusir angin.(diperlemah).

### Perhatian

Jika sesak nafas tidak cepat membaik, cepat bawa ke rumah sakit untuk mendapat pertolongan yang lebih baik.

### 3. SAKIT KEPALA

Sakit kepala merupakan suatu keluhan yang sering diderita dan dapat terjadi pada setiap orang. Keluhan yang dirasakan dapat berupa berdenyut atau seperti ditekan. Umumnya dirasakan pada tempat-tempat tertentu dibagian kepala. Penyebabnya adalah hambatan enersi meridian yang melewati daerah tersebut.

#### Gejalanya:

Nyeri, berdenyut, seperti ditekan, sakit kepala yang berat dapat mual atau muntah. Pada umumnya sakit kepala berjenis Yang.

#### Penyebab:

- Hawa udara : angin, dingin, lembab, panas jika memasuki meridian di kepala, menghambat aliran enersi, dan menimbulkan rasa sakit.
- Emosi : Rasa kesal, banyak berpikir akan mengganggu enersi hati dan menyebabkan panas menjalar ke atas mengikuti meridian.
- Makanan : Kualitas makanan yang kurang baik, kelemahan organ-organ dalam dapat mengakibatkan darah dan energi kurang mencukupi kebutuhan di daerah kepala sehingga menimbulkan rasa sakit. Makanan yang bersifat lembab, panas menyebabkan lambung menjadi panas, hawa panas mengikuti meridian naik ke kepala.

#### Pengobatan

1. Hindari penyebabnya.
2. Akupresur titik berikut :
  - a. KE.20, 21, melancarkan energi daerah samping kepala, mengusir angin.
  - b. H3, membersihkan panas hati.
  - c. Lb.36, menambah energi, menjernihkan panas lambung.
  - d. Tu.20, membuyarkan hambatan energi daerah kepala atas.
  - e. Ist. 1, membuyarkan hambatan energi daerah kepala depan.

#### 4. SUSAH TIDUR

Setelah melakukan kegiatan sehari-hari kita perlu tidur, agar dapat beristirahat, menghilangkan kelelahan fisik maupun mental. Susah tidur menyebabkan kelelahan, yang akan melemahkan kondisi tubuh sehingga mudah terserang penyakit.

Susah tidur dapat berupa :

- a. Dari semula memang tidak dapat tidur.
- b. Bisa tidur tetapi tidak nyenyak.
- c. Sama sekali tidak bisa tidur.
- d. Setelah terjaga, susah tidur kembali.

Semua gangguan tidur tersebut umumnya karena ketidak tentraman jiwa, yang dibawah penguasaan jantung.

##### Penyebab

- Udara* : udara panas menyebabkan energi jantung terganggu, mengakibatkan gelisah, susah tidur.
- Makanan* : makan berlebih, bersifat lembab, panas, menyebabkan panas lambung, hawa panas naik mendesak jantung, menyebabkan gelisah, susah tidur.
- Emosi* : stres, gembira yang berlebihan, terkejut, mengganggu energi vital jantung, menyebabkan berdebar, gelisah, susah tidur.
- Kelemahan* : Kekurangan darah dan energi yang disebabkan karena kelemahan limpa lambung dan ginjal, mengakibatkan jantung kurang tenaga, sehingga tidur tidak nyenyak, mimpi buruk dan pemurung.

##### Gejala

- Jenis Yin : Dapat tidur tapi mudah terbangun karena mimpi buruk, berdebar, pemurung, penakut, lesu, mudah lelah, muka pucat, lidah pucat dengan selaput tipis, putih.
- Jenis Yang : Gelisah, tidak bisa tidur, berdebar, pusing, mulut kering, perut terasa tidak enak, dada sesak, muka merah, lidah merah (terutama pada ujungnya).

##### Cara mengatasi

1. Hindari penyebabnya.
2. Akupresur titik berikut :
  - a. S.J. 6, untuk menenangkan emosi, menghilangkan stres.
  - b. J 7, untuk menenangkan jantung.
  - c. Lb. 36, membersihkan lambung, menghilangkan lembab panas.. menguatkan energi vital.
  - d. H. 3, menenangkan hati, menenteramkan jiwa.
  - e. L. 6, menguatkan limpa dan ginjal, menguatkan darah dan energi.

Setiap titik dipijat antara 30 sampai 40 hitungan.

## 5. SAKIT PERUT

Sakit perut bisa terasa di bagian perut atas, samping, tengah atau bawah. Penyebab terjadinya rasa nyeri tersebut karena adanya ketegangan otot, luka, sumbatan pada saluran pencernaan atau hambatan peredaran energi vital di daerah lambung, usus, rahim dan kantong kemih. Jika nyeri di perut atas, berarti yang terganggu lambung, di perut tengah, yang terganggu usus kecil atau limpa, di pinggir perut berarti yang terganggu usus besar, di perut bagian bawah maka yang terganggu kandung kemih atau rahim.

### Penyebab

- Udara* : Angin, dingin, lembab menyerang meridian, memasuki daerah perut, mengganggu enersi vital, menyebabkan pencernaan terhambat dan tidak tersalur dengan baik sehingga menimbulkan rasa sakit.
- Makanan* : Makan berlebihan, makanan yang susah dicerna, menyebabkan pencernaan terhambat. Makanan beracun, makanan merangsang, menyebabkan luka, menimbulkan rasa nyeri.
- Emosi* : Terlalu banyak berpikir atau cemas, mengganggu energi lambung, menyebabkan aktifitas lambung meningkat, menimbulkan rasa sakit.

### Gejala

- Jenis Yin* : nyeri, terasa enak jika ditekan atau dihangatkan, mual, muntah, mungkin disertai diare, tidak haus, jika dingin tambah sakit, mulas, pucat, pegal-pegal, lidah putih tipis.
- Jenis Yang* : nyeri, kembung, muntah rasa asam, perut terasa penuh, susah buang air besar, mulut bau busuk, perut rasa panas, tegang, nyeri jika ditekan, sering bertahak, selaput lidah kotor, berwarna kuning, tebal.

### Cara mengatasi

1. Hindari penyebabnya.
2. Pijat titik-titik akupresur terpilih berikut:
  - a. Lb. 36, menormalkan fungsi lambung.
  - b. U B. 4, menjernihkan panas, menormalkan fungsi usus besar.
  - c. Lb. 25, menghilangkan hambatan di usus.
  - d. L. 6, Memperkuat limpa, mengusir lembab.
  - e. SJ. 6, menenangkan pikiran, melonggarkan lambung

Setiap titik akupresur antara 30 sampai 40 hitungan.

### Perhatian

Jika sakit perut tidak cepat berkurang setelah di akupresur, cepat bawa ke dokter.

## 6. NYERI OTOT

Terjadinya nyeri otot karena aliran energi meridian yang melewati daerah yang sakit terhambat, atau kelemahan limpa lambung dan hati. Limpa lambung dan hati memelihara otot dan urat (tendon), jika lemah mengakibatkan tidak dapat memelihara otot dan urat dengan baik, sehingga timbul rasa pegal-pegal, atau sering kejang otot.

### Penyebab

1. Angin, dingin, lembab akan menyerang meridian, menghambat aliran energi vital, menimbulkan rasa pegal atau nyeri.
2. Makanan : Makanan, minuman yang bersifat dingin, menyebabkan energi terhambat.
3. Perilaku : Terlalu banyak bekerja, atau menggunakan tenaga fisik, menyebabkan otot lelah, tegang dan mempengaruhi aliran energi meridian.
4. Kelemahan Organ Dalam : kelemahan lambung, limpa, ginjal dan hati, mengakibatkan otot tidak terpelihara dengan baik.

### Gejala

Jenis Yin : pegal, linu, berdenyut, terasa dingin, jika ditekan enak, badan lesu.

Jenis Yang : nyeri sekali, kejang, tegang, keras, kadang-kadang diikuti rasa panas. Jika di pijat terasa sakit.

### Cara mengatasi

1. Hindari penyebab
2. Akupresur titik berikut :
  - a. Lb. 36, memperkuat lambung, membuang lembab.
  - b. KE. 34, menguatkan tendon.
  - c. KK. 58, melancarkan energi meridian kantong kemih, mengusir dingin, untuk nyeri di betis.
  - d. UB. 4,6, melancarkan aliran energi meridian Usus Besar, mengusir angin, untuk pegal-pegal di lengan.
  - e. KE. 20, 21, untuk nyeri di leher.
  - f. KE. 30, 31, 34, untuk nyeri dipinggul dan kaki samping.

## 7. NYERI HAID.

Nyeri haid sering diderita oleh sebagian wanita.

Penyebab utamanya adalah karena adanya hambatan di daerah rahim yang mengganggu kelancaran keluarnya darah haid.

### Gejala.

Jenis Yin : Nyeri pada saat menjelang selesai haid, lesu, mual, pusing.

Jenis Yang : Nyeri terasa menjelang haid, perut kembung, perut terasa tegang, kaki pegal, pinggang pegal, bagian bawah perut ditekan sakit.

### Penyebab.

Hawa udara : dingin, lembab menyerang meridian yang melewati daerah rahim, menyebabkan penggumpalan darah haid.

Makanan : makanan yang bersifat dingin atau lembab mempengaruhi meridian, menyebabkan haid tidak lancar.

Emosi : banyak pikiran, kesal, stres, menyebabkan gangguan pada organ hati dan limpa, sehingga mempengaruhi darah dan haid menjadi berlebihan.

Kelemahan energi : keluarnya darah haid menyebabkan energi yang sudah lemah menjadi semakin lemah sehingga menimbulkan rasa sakit, atau terjadi kekosongan energi.

### Cara mengatasi

1. Hindari penyebabnya.
2. Akupresur titik berikut :
  - a. UB.4 untuk melancarkan keluarnya darah haid.
  - b. L.6 untuk menguatkan limpa dan hati mempengaruhi darah.
  - c. Ren 4, untuk melancarkan hambatan di daerah perut bawah.
  - d. L.10, membubarkan penggumpalan darah.
  - e. Lb.36, menguatkan energi.

## 8. NYERI LAMBUNG / ULU HATI

Timbulnya nyeri karena ada luka di tukak lambung, atau energi lambung tidak dapat turun, sehingga naik mendesak ke atas.

### Penyebab

*udara* : angin, dingin, panas menyerang lambung, mengganggu energi lambung sehingga makanan tidak dapat dicerna sehingga memenuhi lambung dan mendesak ke atas.

*Makanan* : makanan yang bersifat dingin, lembab, panas, mengganggu lambung.

*Emosi* : Sering cemas, banyak pikiran, kesal, menyebabkan energi lambung terganggu, mendesak ke atas, menimbulkan nyeri ulu hati.

### Gejala.

Jenis Yin : nyeri seperti di tusuk, muntah, muka pucat, perut di tekan enak.

Jenis Yang : nyeri, kembung, perut terasa penuh, sesak nafas, gelisah, pusing, Jika ditekan terasa sakit.

### Cara mengatasi

1. Hindari penyebabnya.
2. Akupresur titik berikut :
  - a. Ren 12, menenangkan lambung.
  - b. Lb. 44, menurunkan panas lambung.
  - c. Lb. 36, menormalkan fungsi lambung.
  - d. S J. 6, menenangkan emosi.
  - e. U B. 4, melonggarkan dada dan lambung, mengusir angin.
  - f. H. 14, menenangkan hati.

## 9. MUAL MUNTAH

Rasa mual muncul karena adanya gangguan pada lambung.

Energi lambung yang tidak turun dengan baik menyebabkan pencernaan terhambat. Lambung penuh dengan makanan atau gas sehingga mendesak ke atas menimbulkan rasa mual atau muntah.

### Gejala.

Jenis Yin : Mual, muntah, perut terasa dingin, keluar keringat dingin, tidak nafsu makan, kaki tangan dingin

Jenis Yang : Mual, muntah dengan bau asam, perut terasa panas, suhu badan panas, gelisah, pusing.

### Penyebab.

Hawa udara : angin, dingin atau lembab yang menyerang lambung, mengganggu energi lambung.

Makanan : makanan yang bersifat dingin atau lembab tidak dapat tercerna dengan cepat, mengganggu lambung.

Emosi : stress, banyak pikiran, sering sedih atau kesal, mengganggu energi lambung, sehingga usus dan lambung menjadi lemah.

### Pengobatannya :

1. Hindari penyebabnya
2. Akupresur titik berikut :
  - a. Ren 12, membuyarkan hambatan di lambung
  - b. SJ 6, menenangkan emosi, menghilangkan stress
  - c. Lb.36, mengatur energi lambung
  - d. UB 4, melancarkan pencernaan, mengusir angin

## 10. DEMAM

Demam merupakan reaksi tubuh untuk melawan penyakit yang menyerang. Dalam pengobatan demam hendaknya dicari lebih dahulu penyebabnya, supaya dapat diobati dengan tepat.

### Gejala

Panas dingin silih berganti, badan terasa panas tetapi penderita merasa dingin, pusing, mual, merasa lebih enak jika berselimut.

### Penyebab

Udara : angin, dingin, lembab jika menyerang tubuh melalui pori-pori menimbulkan berlawanan energi pertahanan di bawah kulit.

Makanan : makanan yang bersifat lembab atau beracun mengakibatkan gangguan daerah pencernaan yang dapat menimbulkan demam.

Gigitan serangga atau binatang berbisa : racun (bisa) yang masuk ke dalam tubuh merusak organ-organ tubuh dapat menimbulkan demam.

### Cara mengatasi

1. Hindari penyebabnya
2. Akupresur titik berikut :
  - a. Ub.4 membersihkan darah pencernaan
  - b. Ub.11 menjernihkan panas demam
  - c. TP.5, mengusir penyebab penyakit luar
  - d. KK 12, mengusir angin
  - e. Tu 14, membersihkan meridian Yang

### Perhatian :

Jika demam lebih dari 3 hari, sebaiknya di bawa ke puskesmas untuk mendapat pengobatan yang lebih lanjut.

## 11. SAKIT PINGGANG

Nyeri pinggang terjadi karena adanya gangguan otot, ginjal atau aliran meridian kantung kemih. Orang-orang yang sudah tua, sering menderita sakit pinggang karena ototnya tidak lentur lagi.

### Gejala.

Jenis Yang : nyeri sekali, panas, susah digerakkan, kencing sedikit berwarna agak kemerahan, sakit kalau ditekan.

Jenis Yin : pegal, terasa enak kalau dipijat, ngilu, buang air kecil sering dan banyak.

### Penyebab

Hawa udara : dingin, lembab memasuki meridian kantung kemih mengganggu daerah pinggang.

Kebiasaan hidup : sering makan yang asin, terlalu sering hubungan seksual, sering melahirkan akan melemahkan organ ginjal, menyebabkan sakit. Mengangkat beban berat dengan sikap yang salah, salah gerak, menyebabkan gangguan pada otot dan meridian sehingga menimbulkan rasa sakit.

Emosi : sering ketakutan, sering terkejut mengganggu energi ginjal, mengakibatkan ginjal menjadi lemah.

### Cara mengatasi

1. Hindari penyebabnya
2. Akupresur titik berikut :
  - a. KK 23, menguatkan organ ginjal
  - b. KK 54, melancarkan energi meridian Kandung Kemih.
  - c. KK 22, 25, membuyarkan energi daerah pinggang
  - d. G.3, mengatur energi ginjal

## 12. BATUK PILEK

Batuk merupakan reaksi tubuh untuk mengeluarkan sesuatu yang mengganggu pernapasan. Benda-benda asing, seperti : uap air, angin, udara kotor, dapat menyebabkan batuk. Begitu juga gangguan yang ada dalam pernapasan itu sendiri, seperti : radang, luka, pembengkakan, dll.

### Penyebab

- Hawa udara : angin, dingin, kering atau lembab dapat mengganggu paru-paru atau saluran pernafasan
- Kebiasaan : makanan yang bersifat dingin atau lembab dapat menimbulkan banyak reak, yang naik mengikuti meridian menyumbat saluran pernapasan. Makanan yang pedas melemahkan paru-paru. Sering bersuara keras, melemahkan energi paru-paru.
- Emosi : sering bersedih hati atau khawatir, akan mengganggu energi paru-paru, sehingga fungsi paru-paru menjadi lemah.

### Gejalanya :

- Jenis Yin : frekuensi batuk sering, banyak reak berwarna putih, banyak keringat dingin.
- Jenis Yang : batuk keras, reak sedikit atau susah keluar, reak berwarna kuning, batuk berdarah, berkeringat waktu dini hari.

### Cara mengatasi

1. Hindari penyebabnya
2. Titik-titik pijat terpilih:
  - a. P1, menguatkan paru-paru
  - b. P7, mengatur energi meridian paru-paru
  - c. KK.13, membersihkan paru-paru
  - d. Lb.36, 40, menguatkan energi, membuang reak
  - e. UB. 4, mengusir angin, membersihkan daerah dada

### 13. PINGSAN

Pingsan (kehilangan kesadaran) dapat terjadi sewaktu-waktu, perlu penanggulangan cepat. Penyebab pingsan adalah kekurangan enersi pada otak yang membuat kesadaran menurun.

#### Penyebab

- Hawa udara : Panas mengikuti aliran meridian naik ke kepala, menyebabkan enersi daerah kepala bergolak.
- Adaptasi yang salah : Kelelahan, tenggelam akan mempengaruhi pernapasan sehingga energi dalam darah yang ke otak terganggu.
- Emosi : Kesal dan sedih yang berlebihan menengganggu fungsi paru atau jantung, sehingga mempengaruhi energi ke otak.
- Gejala : Pusing berkunang-kunang, mual, kurang tenaga, bibir pucat, banyak keluar keringat dingin, kesadaran hilang.

#### Cara Mengatasi :

1. Hindari penyebabnya
2. Tidurkan penderita dengan kepala lebih rendah
3. Longgarkan pakaian untuk memudahkan pernafasan
4. Akupresur titik berikut :
  - a) Ren 26, menyadarkan pingsan
  - b) Tu 20, membuyarkan sumbatan di kepala, mempengaruhi otak
  - c) SJ. 9, memacu energi jantung
  - d) Lb.36, memperkuat inergi
  - e) G.1, menarik energi turun, titik ini untuk yang pingsan kejang.

#### 14. BIDURAN (URTIKARIA)

Gejala bentol-bentol berwarna merah di permukaan kulit yang disertai rasa gatal sering disebut penyakit biduren, gidu, kaligata atau urtikaria.

Rasa gatal sangat mengganggu, selain tidak nyaman juga mengharuskan kita selalu menggaruk-garuk tubuh.

Timbulnya gejala ini karena darah dalam keadaan panas yang muncul ke permukaan tubuh, mengganggu sistem pertahanan tubuh di bawah kulit.

##### Penyebab

- Udara* : Angin dingin, angin panas menyerang daerah kulit, mengganggu sistem pertahanan tubuh di bawah kulit, atau menyerang paru-paru yang kemudian tidak dapat memelihara kulit dengan baik.
- Makanan / minuman* : peka terhadap makanan atau minuman tertentu, menyebabkan darah keracunan, muncul bintik-bintik di bawah permukaan kulit.
- Emosi* : Stres, banyak berpikir, sering cemas, membentuk panas lambung dan paru-paru, mengakibatkan darah panas dan muncul bintik-bintik di bawah permukaan kulit.

##### Gejala

Gatal, bentol-bentol berwarna merah yang hilang timbul, yang berat disertai batuk dan sesak nafas, mata sembab berwarna merah, gelisah.

##### Cara mengatasi

1. Hindari penyebabnya.
2. Akupresur titik berikut:
  - a. UB. 4, membersihkan pencernaan, mengusir angin.
  - b. P. 7, untuk melancarkan energi meridian paru-paru, membersihkan paru-paru.
  - c. Lb. 36, memperkuat daya tahan tubuh membersihkan lambung.
  - d. UB. 11, membersihkan panas, mempengaruhi kulit.
  - e. L. 10, membersihkan darah.

Setiap titik dipijat dengan teknik pelemahan.

##### Perhatian

Pada biduran yang berat, diikuti dengan sesak nafas, jika tidak cepat berkurang, kirim ke dokter atau puskesmas terdekat untuk mendapat pertolongan lebih lanjut.

## 15. MIMISAN ( EPISTAKSIS )

Perdarahan yang disebabkan adanya panas dalam darah, disebut mimisan. Panas mengakibatkan peredaran darah menjadi cepat, pembuluh darah mengembang dan darah keluar melalui hidung.

### Penyebab

- Udara* : Angin panas menyerang paru-paru , menimbulkan panas dalam darah. naik ke atas mengikuti meridian dan mendesak darah keluar.
- Makanan* : Makanan yang banyak mengandung lemak dan bersifat panas, menyebabkan panas lambung. Hawa panas mengikuti meridian naik, mendesak darah keluar dari pembuluh darah.
- Emosi* : Marah dan kesal membuat hati panas. Hawa panas naik mengikuti meridian dan mendesak darah keluar dari pembuluh darah.

### Gejala

Darah segar keluar dari hidung, badan dapat panas, pusing, mulut kering, muka merah.

### Cara mengatasi

1. Hindari penyebabnya
2. Akupresur titik berikut :
  - a. UB. 20, 4, membersihkan panas melancarkan energi meridian yang melalui hidung.
  - b. P. 1, 7, membersihkan paru-paru.
  - c. KK. 17, menenangkan darah.
  - d. Lb. 44, menurunkan panas lambung.

Semua titik dipijat dengan teknik pelemahan.

### Perhatian

Jika perdarahan tidak cepat berhenti, kirim penderita ke rumah sakit.

1. Nomor : M.P. 1
2. Mata ajaran : Dinamika Kelompok\ Pendidikan Orang Dewasa
3. Waktu : 2 jam pl (P = 2 jam pl).
4. Tujuan Instruksional Umum :  
Setiap peserta mampu memahami pentingnya bekerja bersama dengan orang lain.
5. Tujuan Instruksional Khusus :  
Setelah mengikuti pelatihan ini diharapkan peserta mampu :
  - a) Memahami pentingnya saling mengenal/ berkomunikasi.
  - b) Menjelaskan pentingnya bekerja dengan orang lain secara dinamis.
6. Pokok Bahasan: Pendidikan orang dewasa  
Sub pokok bahasan :
  - a) Cara berkenalan/ berkomunikasi dengan orang lain.
  - b) Bekerja dengan orang lain secara dinamis.
7. Bahan rujukan :
  - a) Buku-buku tentang komunikasi
  - b) Buku-buku tentang team building
8. Metode :
  - a) Tata ruang : - berbentuk huruf U atau setengah lingkaran
  - b) Alat bantu pelatihan : - kertas & alat tulis.
  - c) Metode : - peran serta aktif peserta (dengan permainan)
9. Proses :  
Kegiatan I (10 menit):  
perkenalan.  
  
Kegiatan II ( 80 menit )  
bekerja dalam tim (kelompok) dengan permainan
10. Pelatih/Fasilitator :  
- pengelola program pengobatan tradisional Dati I, Dati II atau puskesmas
11. Evaluasi :  
- Penilaian proses permainan

[perpustakaan.kemendes.go.id](http://perpustakaan.kemendes.go.id)

**LAMPIRAN .....**

- 1. DAFTAR NOMENKLATUR -  
TITIK AKUPUNKTUR**
- 2. PETA LOKASI TITIK AKUPUNKTUR.**

[perpustakaan.kemendes.go.id](http://perpustakaan.kemendes.go.id)

## LAMPIRAN 1

### NOMENKLATUR DAN ARTI ISTILAH TITIK AKUPUNTUR

Nomenklatur titik meridian di tulis menurut

1. *Angka Romawi*
2. *Singkatan Huruf menurut nama Organ, dalam Bahasa Inggris (Internasional)*
3. *Singkatan Huruf menurut nama Organ, dalam Bahasa Indonesia*
4. *Nama dalam bahasa CINA*

#### I. MERIDIAN PARU ( TAY YIN TANGAN PARU-PARU )

|   |    |   |    |          |                                          |
|---|----|---|----|----------|------------------------------------------|
| I | Lu | P | 1  | CUNG FU  | = Gedung tinggal (Majestic residence)    |
| I | Lu | P | 5  | CE CE    | = Paya penduduk (The marsh in the habit) |
| I | Lu | P | 6  | KUNG CUI | = Lubang besar (Opening maximum)         |
| I | Lu | P | 7  | LIE CIE  | = Garis berenang (Birken sequence)       |
| I | Lu | P | 9  | TAY YEN  | = Jurang dalam (Great abyss)             |
| I | Lu | P | 10 | ICI      | = Sindikan (Edge of life)                |

#### II. MERIDIAN USUS BESAR (YANG MING TANGAN USUS BESAR)

|    |    |    |    |            |                                               |
|----|----|----|----|------------|-----------------------------------------------|
| II | LI | UB | 4  | HE KU      | = Kumisan lembah (Adjoining valleys)          |
| II | LI | UB | 11 | CI CE      | = Kolam berliku (Curved pond)                 |
| II | LI | UB | 15 | CIEN I     | = Tulang bahu (Shoulder bone)                 |
| II | LI | UB | 20 | YING SIANG | = Menyambut keharuman (Welcome the fragrance) |

#### III. MERIDIAN LAMBUNG (YANG MING KAKI LAMBUNG)

|     |    |    |    |           |                                                    |
|-----|----|----|----|-----------|----------------------------------------------------|
| III | St | Lb | 1  | CEN CI    | = Penampungan air mata (Receiving tears)           |
| III | St | Lb | 6  | CIA CE    | = Kendaraan rahang (Jaw vehicle)                   |
| III | St | Lb | 8  | TEU WEI   | = Ikatan kepala (Tightening of the head)           |
| III | St | Lb | 25 | TIEN SU   | = Poros langit (Heavenly pivot)                    |
| III | St | Lb | 35 | TU PI     | = Hidung anak sapi (The calf's nose)               |
| III | St | Lb | 36 | CU SAN LI | = Tiga mil di tungkal (The three miles in the leg) |
| III | St | Lb | 40 | FUNG LUNG | = Berlimpah-limpah (Much abundant)                 |
| III | St | Lb | 44 | NEI TING  | = Halaman dalam (Inner courtyard)                  |

#### IV. MERIDIAN LIMPA (T AY YIN KAKI LIMPA)

|    |    |    |    |              |                                                                   |
|----|----|----|----|--------------|-------------------------------------------------------------------|
| IV | SP | Lp | 1  | YIN PAI      | = Putih yang bersembunyi (Hidden white)                           |
| IV | SP | Lp | 6  | SAN YIN CIAO | = Titik pertemuan ketiga Yin (The meeting place of the three Yin) |
| IV | SP | Lp | 10 | SIE HAI      | = Samudera darah (Sea of blood)                                   |

#### V. MERIDIAN JANTUNG (SAO YIN TANGAN JANTUNG)

|   |    |    |   |         |                                           |
|---|----|----|---|---------|-------------------------------------------|
| V | HR | Jt | 1 | CI CUEN | = Mata air puncak (The extreme spring)    |
| V | HR | Jt | 5 | TUNG LI | = Menembus ke dalam ((Penetrating inside) |
| V | HR | Jt | 7 | SEN MEN | = Pintu jiwa (Spirit's door)              |

#### VI. MERIDIAN USUS KECIL (TAY YANG TANGAN USUS KECIL)

|    |    |    |    |           |                                                |
|----|----|----|----|-----------|------------------------------------------------|
| VI | SI | UK | 1  | SAO CE    | = Paya kecil (Small marsh)                     |
| VI | SI | UK | 3  | HEU SI    | = Sungai di belakang (Back stream)             |
| VI | SI | UK | 11 | TIEN CUNG | = Nenek moyang di surga (The ancestors heaven) |
| VI | SI | UK | 19 | TING KUNG | = Istana pendengaran (Palace of hearing)       |

#### VII. MERIDIAN KANDUNG KEMIH (TAY YANG KAKI KANDUNG KEMIH)

|     |    |    |    |               |                                                                    |
|-----|----|----|----|---------------|--------------------------------------------------------------------|
| VII | BL | KK | 1  | CING MING     | = Terang mata (Eyes bright)                                        |
| VII | BL | KK | 2  | CUEN CU       | = Kumpulan bamboo (Gathered bamboo)                                |
| VII | BL | KK | 14 | CIE YIN SU    | = Titik Su pericardium (Associated point for pericardium)          |
| VII | BL | KK | 15 | SIN SU        | = Titik Su Jantung (Associated point heart)                        |
| VII | BL | KK | 17 | KE SU         | = Titik Su diafragma (Associated point for the diafragma)          |
| VII | BL | KK | 18 | KAN SU        | = Titik Su Hati ( Associated point for the liver)                  |
| VII | BL | KK | 19 | TAN SU        | = Titik Su Kandung Empedu ( Associated point for the gall bladder) |
| VII | BL | KK | 20 | PI SU         | = Titik Su Limpa (Associated point for spleen)                     |
| VII | BL | KK | 21 | WEI SU        | = Titik Su Lambung ( Associated point for the stomach)             |
| VII | BL | KK | 22 | SAN CIAO SU   | = Titik Su San Ciao (Associated point for the San Ciao)            |
| VII | BL | KK | 23 | SEN SU        | = Titik Su Ginjal (Associated point for the kidney)                |
| VII | BL | KK | 25 | TA CANG SU    | = Titik Su Usus Besar (Associated point for the large intestine)   |
| VII | BL | KK | 27 | SIAO CANG SU  | = Titik Su Usus Halus (Associated point for the small intestine)   |
| VII | BL | KK | 28 | PANG KUANG SU | = Titik Su Kandung Kemih (Associated point for the bladder)        |
| VII | BL | KK | 54 | WEI CUNG      | = Perintah menengah (Commanding center)                            |
| VII | BL | KK | 57 | CEN SAN       | = Penyokong gunung (Supporting the mountain)                       |
| VII | BL | KK | 60 | KUN LUN       | = Pegunungan Kun Lun (Kun Lun Mountain)                            |

### VIII. MERIDIAN SAO YIN KAKI GINJAL

|      |   |   |    |           |                                                              |
|------|---|---|----|-----------|--------------------------------------------------------------|
| VIII | K | G | 1  | YUNG CUEN | = Sumber air bergelembung (Gushing Spiring Bubbling Spiring) |
| VIII | K | G | 3  | TAY SI    | = Aliran yang besar (The burning valley)                     |
| VIII | K | G | 5  | SUI CUEN  | = Sumber air (The water spiring)                             |
| VIII | K | G | 6  | CAO HAI   | = Laut yang bercahaya (The shining sea)                      |
| VIII | K | G | 7  | FU LIU    | = Arus yang berbalik (The returning current)                 |
| VIII | K | G | 27 | SU FU     | = Gedung Su (Residence of associated point)                  |

### IX. MERIDIAN CIE YIN TANGAN PERIKARDIUM

|    |    |    |   |           |                                          |
|----|----|----|---|-----------|------------------------------------------|
| IX | PC | SJ | 1 | TIEN CE   | = Kolam surga (Pond in heaven)           |
| IX | PC | SJ | 3 | CI CE     | = Paya yang berliku-liku (Crooked marsh) |
| IX | PC | SJ | 5 | CIEN SE   | = Perantara (The intermediary)           |
| IX | PC | SJ | 6 | NEI KUAN  | = Gerbang dalam (Inner gate)             |
| IX | PC | SJ | 8 | LAO KUNG  | = Istana pekerja ((Palace of labor)      |
| IX | PC | SJ | 9 | CUNG CUNG | = Serbuan tengah (Central rush)          |

### X. MERIDIAN SAO YANG TANGAN CIAO

|   |    |    |   |           |                                     |
|---|----|----|---|-----------|-------------------------------------|
| X | TW | TP | 1 | KUAN CUNG | = Serbuan pintu gerbang (Gate rush) |
| X | TW | TP | 3 | CUNG CU   | = Pulau tengah (Yang poud           |
| X | TW | TP | 6 | CE KEU    | = Selokan cabang (The branch ditch) |

### XI. MERIDIAN SOA YANG KAKI KANDUNG EMPEDU

|    |    |    |    |                |                                                      |
|----|----|----|----|----------------|------------------------------------------------------|
| XI | GB | KE | 20 | FUNG CE        | = Kolam angin (Wind pond)                            |
| XI | GB | KE | 22 | YEN YI         | = Cairan jurang (The abyss fluid)                    |
| XI | GB | KE | 25 | CING MEN       | = Pintu ibu kota (Capital door)                      |
| XI | GB | KE | 30 | HUAN TIAO      | = Lompatan berputar (Jumping circle)                 |
| XI | GB | KE | 34 | YANG LING CUEN | = Mata di bukit Yang (The spiring in the Yang mound) |
| XI | GB | KE | 40 | CIU SI         | = Bukit reruntuhan (Mound of ruins)                  |

### XII. MERIDIAN CIE YIN KAKI HATI

|     |    |    |    |          |                                         |
|-----|----|----|----|----------|-----------------------------------------|
| XII | LV | HT | 1  | TA TUN   | = Kejujuran yang sangat (Great honesty) |
| XII | LV | HT | 3  | TAY CUNG | = Serangan besar (Big rush)             |
| XII | LV | HT | 8  | CI CUEN  | = Mata air berliku ( Crooked spiring)   |
| XII | LV | HT | 13 | CANG MEN | = Pintu hukum (The door of law)         |

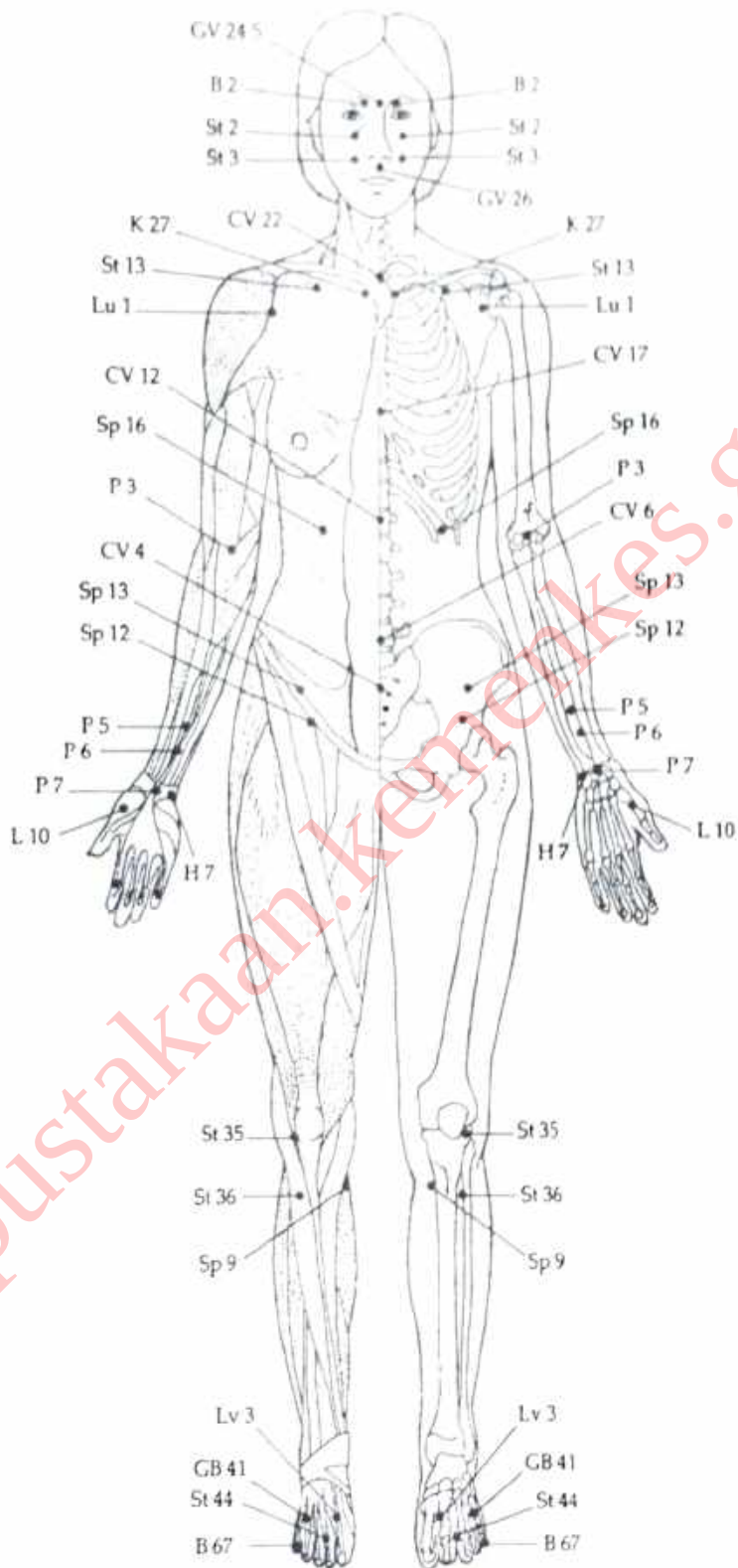
### XIII. MERIDIAN REN

|      |    |     |    |                    |                                                                         |
|------|----|-----|----|--------------------|-------------------------------------------------------------------------|
| XIII | CV | REN | 1  | HUI YIN            | = Kumpulan Yin (The meeting of Yins)                                    |
| XIII | CV | REN | 3  | CUNG CI            | = Kutub tengah (Central pole)                                           |
| XIII | CV | REN | 4  | KUAN YEN           | = Gerbang sumber / utama<br>(The gate of origin)                        |
| XIII | CV | REN | 6  | CI HAI             | = Laut Ci (The sea of Ci)                                               |
| XIII | CV | REN | 8  | CI CUNG/SEN<br>CIE | = Pusat umbilicus/sangar dewa (Center of<br>the navel/shrine of gods)   |
| XIII | CV | REN | 10 | SIA WAN            | = Perut bagian bawah (The lower stomach)                                |
| XIII | CV | REN | 13 | CUNG WAN           | = Perut bagian atas (Upper stomach)                                     |
| XIII | CV | REN | 15 | CIU WEI            | = Ekor burung (The tail of the dove)                                    |
| XIII | CV | REN | 17 | CAN CUNG           | = Pusat dada (Center of chest)                                          |
| XIII | CV | REN | 21 | SIEN CI            | = Alat astronomi Cina kuno (Ancient Chinese<br>astronomical instrument) |
| XIII | CV | REN | 22 | TIEN TU            | = Kemuliaan surga (Heaven's prominence)                                 |
| XIII | CV | REN | 24 | CEN CIANG          | = Menerima cairan (Receiving fluid)                                     |

### XIV. MERIDIAN TU

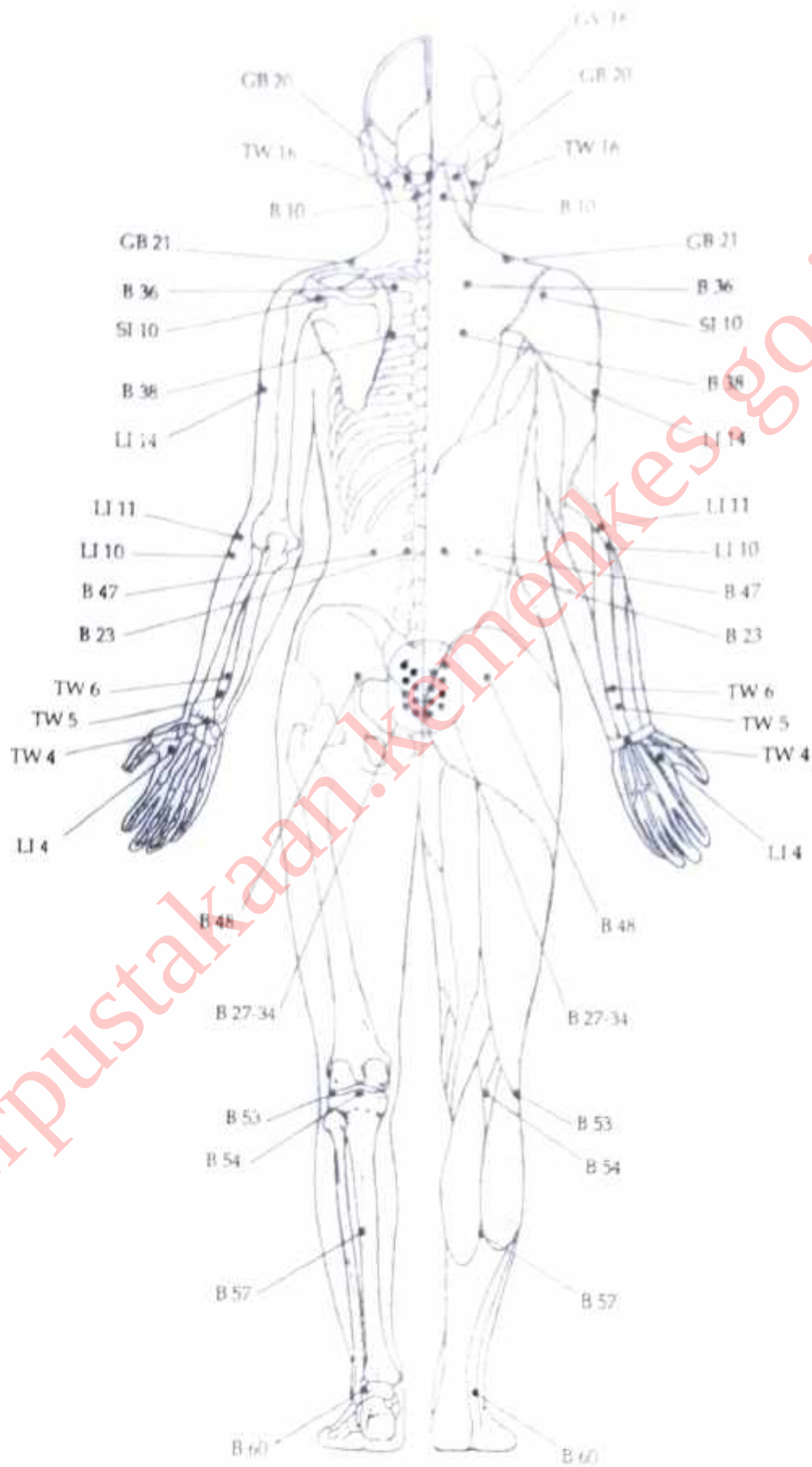
|     |    |    |    |                       |                                                                   |
|-----|----|----|----|-----------------------|-------------------------------------------------------------------|
| XIV | GV | TU | 1  | CANG CIANG            | = Panjang dan kuat/tinggi dan bertenaga<br>(Long and strong)      |
| XIV | GV | TU | 3  | YAO YANG KUAN         | = Gerbang yang dari pinggang<br>(Yang gate of lumbal)             |
| XIV | GV | TU | 4  | MING MEN              | = Pintu kehidupan (The door of life)                              |
| XIV | GV | TU | 13 | TAO TAO               | = Jalan kebahagiaan (Road to happiness)                           |
| XIV | GV | TU | 14 | TA CUI                | = Tulang spina besar (Big spine)                                  |
| XIV | GV | TU | 15 | YA MEN                | = Pintu bisu (The door of dumbness)                               |
| XIV | GV | TU | 16 | FUNG FU               | = Gedung angin (The wind residence)                               |
| XIV | GV | TU | 17 | NAO FU                | = Rumah otak (The house of the brain)                             |
| XIV | GV | TU | 20 | PAI HUI               | = Ratusan pertemuan (Hundred meetings)                            |
| XIV | GV | TU | 24 | SEN TING              | = Halaman pertemuan roh<br>(The spirit's courtyard)               |
| XIV | GV | TU | 25 | SU LIAO               | = bahan tulang (Element bone)                                     |
| XIV | GV | TU | 26 | SUI KEU/ RENG<br>CUNG | = Selokan air /Pusat manusia<br>(Water ditch/Central part of man) |

**PETA LOKASI TITIK AKUPUNKTIR  
TAMPAK DEPAN**



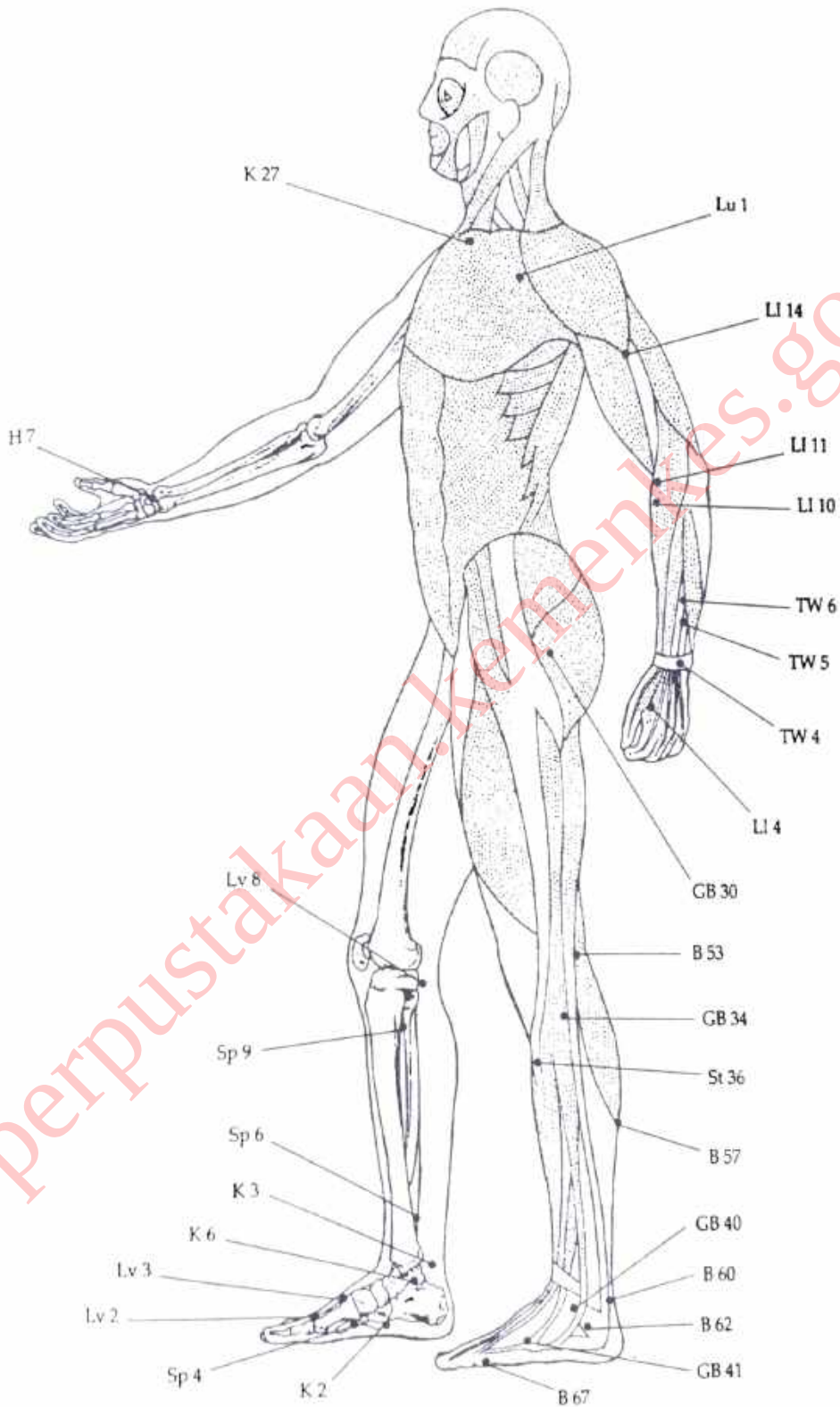
**KUTIPAN DARI : " AKUPRESUR POTENT POINTS "**  
**BY MICHAEL REED GACH (1990 , Hal 228),**

**PETA LOKASI TITIK AKUPUNKTUR  
TAMPAK BELAKANG**



**KUTIPAN DARI : " AKUPRESUR POTENT POINTS  
BY MICHAEL REED GACH (1990 , Hal. 229)**

**PETA LOKASI TITIK AKUPUNKTUR  
TAMPAK SAMPING**



**KUTIPAN DARI: "AKUPRESUR POTENT POINTS"  
BY MICHAEL REED GACH (1990, Hal. 231)**



PERPUSTAKAAN  
DEPARTEMEN KESEHATAN  
REPUBLIK INDONESIA



002001113