

MEWUJUDKAN INTERVENSI HOLISTIK DENGAN INTEGRASI PENGOBATAN KOMPLEMENTER-ALTERNATIF “AKUPUNTUR” KE DALAM LAYANAN KESEHATAN

Lisa Pratama
Andrian Liem

Fakultas Psikologi, Universitas Ciputra

andrianliem@yahoo.com

Abstrak. Pengobatan Komplementer-Alternatif (PKA) merupakan sebuah fenomena karena penggunaannya yang sudah meluas ke seluruh dunia, termasuk Indonesia. Salah satu jenis dari PKA adalah akupuntur yang berasal dari Cina, yaitu suatu model pengobatan dengan memanfaatkan *chi* atau bioenergi dari tubuh manusia yang memanipulasi organ-organ sasaran agar keadaannya seimbang, melalui penusukan atau penekanan pada titik-titik akupuntur di permukaan tubuh. Sejak tahun 1951, ilmu kedokteran Barat mulai melirik pengobatan yang dilakukan oleh negara Cina tersebut yang diwariskan sejak ribuan tahun lalu. Akhirnya sekitar pada tahun 1970-an menyebar perpaduan kedokteran Barat dan Timur yang dikenal dengan *Medico Acupuncture*. Pelaksanaan akupuntur di Indonesia sendiri telah diatur secara khusus dalam Keputusan Menteri Kesehatan sejak tahun 2003. Berbagai penelitian medis telah menunjukkan manfaat PKA “akupuntur” bagi individu, baik secara fisik maupun psikologis. Mengingat efektivitasnya tersebut maka PKA “akupuntur” dapat diintegrasikan ke dalam layanan kesehatan untuk mewujudkan intervensi holistik. Intervensi holistik merupakan pelayanan yang melibatkan suatu jejaring sumberdaya dan pelayanan dukungan secara komprehensif dan luas untuk mengubah keadaan seseorang, kelompok orang atau masyarakat yang menuju pada perbaikan atau mencegah memburuknya suatu keadaan atau sebagai usaha preventif maupun kuratif. Artikel ini merupakan hasil studi pustaka yang membahas berbagai efektivitas PKA “akupuntur” sehingga dapat mendorong tenaga kesehatan untuk mengintegrasikannya ke dalam layanan kesehatan dan mewujudkan intervensi holistik.

Kata kunci: *psikologi kesehatan, pengobatan komplementer-alternatif, akupuntur, intervensi holistik*

PENDAHULUAN

Pengobatan Komplementer Alternatif (PKA) merupakan pengobatan alternatif yang sudah meluas ke seluruh dunia. Leach (2013) menyimpulkan bahwa ketertarikan masyarakat terhadap PKA telah meningkat. Fenomena tersebut juga terjadi di beberapa negara maju, misalnya Australia, Kanada, Amerika, Singapore, dan Jepang. Di Australia sebanyak 40% pengguna PKA menderita penyakit kronis dan 24,5% menggunakan PKA untuk mencegah terkenanya penyakit (Thomson, Jones, Evans, & Leslie, 2012). Pada tahun 2007 di Amerika sebanyak 50,3% orang dewasa berkulit hitam dan 43,1% orang dewasa berkulit putih menggunakan PKA akupuntur (Barnes & Bloom, 2008).

PKA juga banyak dikenali oleh masyarakat Indonesia untuk mencegah dan menyembuhkan beragam penyakit. Banyak masyarakat Indonesia memilih untuk melakukan

PKA dengan alasan lebih mudah dan murah. Berdasarkan survei sosial ekonomi Indonesia pada tahun 2004, pengguna PKA pada masyarakat Indonesia mencapai 32,8% dan ada peningkatan pada setiap tahunnya. Salah satu contoh kelompok masyarakat di Indonesia yang menggunakan PKA adalah mereka yang memiliki penyakit kanker. Kelompok tersebut menggunakan PKA untuk mengurangi efek samping dari kemoterapi, pembedahan, dan radiasi (Christanti & Prasetyo, 2012).

PKA merupakan kumpulan variasi dari sistem, praktik, dan produk yang secara umum tidak dianggap sebagai pengobatan konvensional (NCCAM dalam Seo, Baek, Kim, Kim & Choi, 2013). Di beberapa negara, PKA juga menunjukkan beberapa praktik klinis yang dinilai di luar dasar pengobatan konvensional yang sering dianggap untuk sebuah *treatment* dalam menjaga kesehatan menjadi lebih baik (Manheimer & Cochrane dalam Seo, Baek, Kim, Kim & Choi, 2013). Menurut Shorofi dan Arbon (2010), PKA dibagi dalam lima klasifikasi, yaitu:

1. *Alternative Medical System* (aromaterapi, akupuntur, *naturopathy*, *homeopathy*);
2. *Mind-body interventions* (meditasi, *relaksasi*, *art therapy*, hipnoterapi, yoga, *prayer/spiritual healing*, *imagery techniques*);
3. *Biologically-based therapies* (herbal, non-herbal, suplemen);
4. *Manipulative and body-based methods* (*massage* dan *acupressure*);
5. *Energy Therapies* (reiki, *qi gong*, *touch*, *magnets*).

Sejak tahun 1951 ilmu kedokteran Barat mulai melirik pengobatan yang dilakukan oleh negara Cina dengan menggunakan tusukan/tekanan pada tubuh yang dinamakan akupuntur. Akhirnya sekitar pada tahun 1970-an menyebar perpaduan kedokteran Barat dan Timur yang dikenal dengan *Medico Acupuncture* (Nurudhin, 2002). Selain itu WHO telah menerima akupuntur sebagai salah satu cara pengobatan dan merekomendasikan PKA akupuntur dalam Sistem Kesehatan Nasional (Dewi, 2012). Akupuntur merupakan PKA ke-2 tertinggi setelah PKA menggunakan herbal. PKA akupuntur sudah dianggap sebagai pengobatan yang sangat aman dan berlisensi (Mehmed, Arias, Lisa, & Nio, 2003). Penulis telah melakukan wawancara awal pada tiga pengguna PKA akupuntur untuk mengetahui alasan mereka menggunakan PKA akupuntur. Berikut ini potongan hasil wawancara tersebut:

“Aku pas itu sudah berobat kemana-mana tapi sembuhnya lama banget, sedangkan saya kan harus maen basket lagi. Terus, pada akhirnya papaku menemukan pengobatan tusuk jarum katanya sih suruh coba dulu habis itu ya tak coba hasilnya ternyata ya lumayan tapi memang harus tetap pakai proses. Tapi sebelum aku melakukan proses akupuntur, dokter memeriksa dahulu pembuluh darahnya, jika ada pembuluh darah yang kotor atau seperti menggumpal gitu di ambil dulu pake yang bentuknya kayak gelas cop gitu baru setelah itu melakukan terapi akupuntur untuk memperlancar peredaran darah.... Durasi untuk terapinya 1 pertemuan sekitar 20 menit dan dalam seminggu 3x pertemuan.” (NP, 16 tahun, wanita; komunikasi pribadi, 26 Januari 2014).

“Waktu 2 tahun yang lalu (2011), aku akupuntur buat diet...tapi sekarang aku akupuntur lagi buat sesak nafas. Waktu akupuntur untuk diet, aku berhasil menurunkan berat badan 10kg dalam waktu 1 bulan. Tetapi untuk sesak nafas, aku belum tau hasilnya karena masih 3x pertemuan... Sebenarnya aku pernah mencoba terapi di dua tempat. Yang pertama itu juga akupuntur tapi aku bukan sama dokter. Harganyapun juga beda jauh di tempat aku akupuntur dengan dokter. Tapi hasilnya lebih terlihat ketika aku dengan dokter. Jadi makannya sekarang aku akupuntur dengan dokter

yang sudah ahli. Kalau sama dokter tusukan jarumnya gak terlalu sakit dan tidak membuat berdarah, waktu aku sama yang selain dokter, gak tau kenapa sakit banget perutku terus berdarah, makannya gak berani lagi disitu.. Durasi yang dibutuhkan adalah 30 menit untuk diet, tapi kalo untuk sesak nafas durasinya sih lumayan lama satu jam.” (SC, 19 tahun, wanita; komunikasi pribadi, 9 Februari 2014).

“Saya pada saat itu sepulang dari rumah sakit belum sembuh total masih gak isa jalan. Capek saya harus pake kursi roda terus gak iso nglakuin apa-apa. Terus koko saya itu ya, nganjarin saya buat akupuntur. Pas pertama kali mau akupuntur deg-degan gak suka sama jarum tapi habis itu setelah dirasain gak sakit,biasa aja. Durasinya sekitar 30 menit, trus kalo masih sakit itu biasanya dua hari sekali, tapi kalo udah mulai membaik seminggu sekali tok... masih, masih minum obat saya, akupuntur itu hanya membantu saja supaya cepat sembuh.” (MT, 80 tahun, wanita; komunikasi pribadi, 9 Februari 2014).

Saat ini akupuntur telah banyak digunakan dalam dunia kesehatan. Seiring dengan perkembangan ilmu biomedik, akupuntur juga telah diakui dalam ilmu kedokteran fisik. Melihat fenomena tersebut, Kementerian Kesehatan mengeluarkan Keputusan Menteri Kesehatan RI No. 1277/MENKES/SK/VIII/2003 tentang Tenaga Akupuntur. Keputusan tersebut merupakan landasan untuk pelaksanaan PKA akupuntur di layanan kesehatan. Walau demikian di Indonesia sebenarnya sejak tahun 1963 PKA akupuntur mulai dikembangkan di RSCM (Gemari, 2009).

TUJUAN

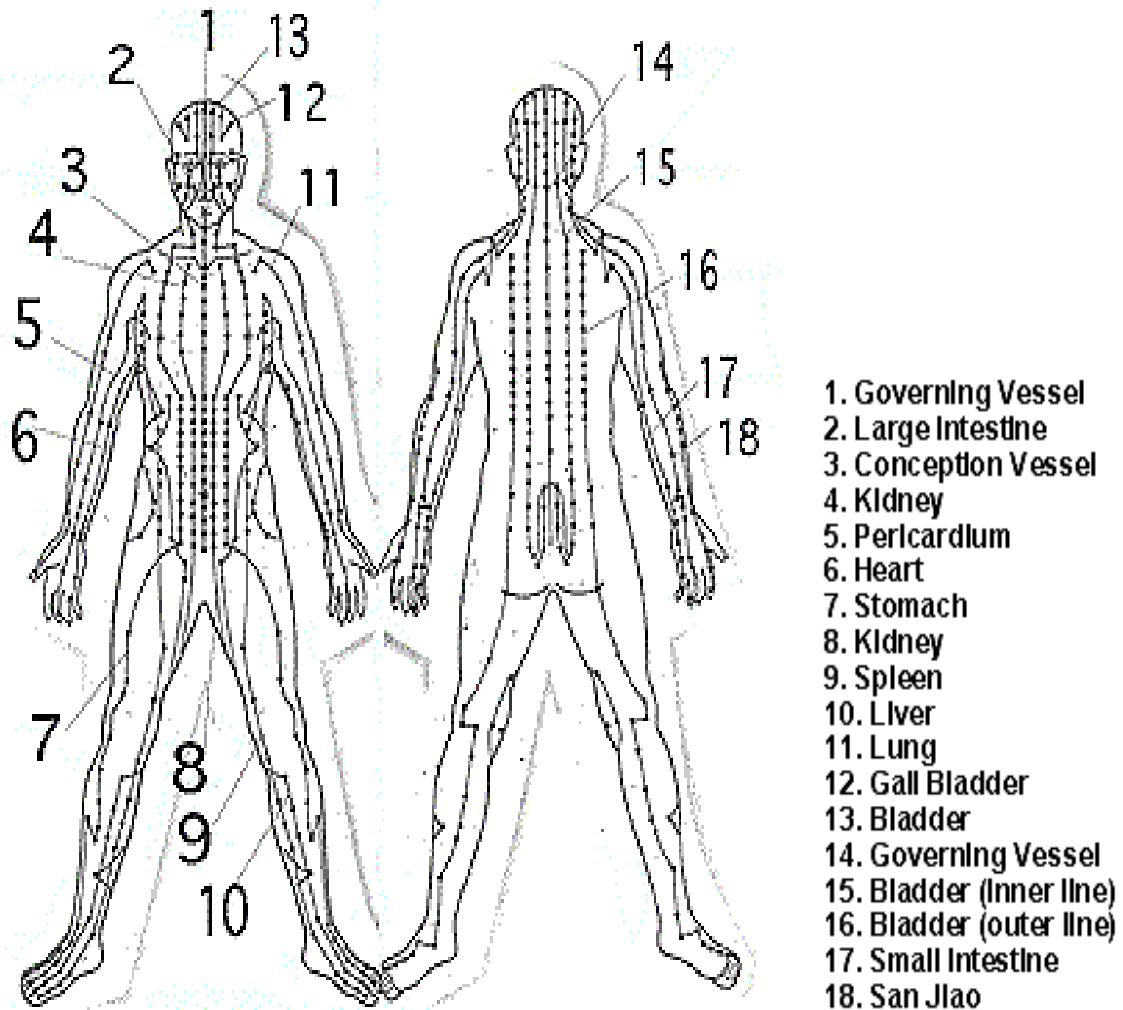
Melalui artikel ini penulis ingin mendorong pembaca untuk lebih mengenal potensi PKA akupuntur berdasarkan studi pustaka yang telah penulis lakukan. Diharapkan setelah mendapat tambahan pengetahuan, PKA akupuntur dapat lebih terintegrasi dalam layanan kesehatan sehingga tercipta intervensi holistik. Menurut *Center for Health Policy and Social Change* (CHPSC, 2011) intervensi holistik merupakan pelayanan yang melibatkan suatu jejaring sumberdaya dan pelayanan dukungan secara komprehensif dan luas untuk mengubah keadaan seseorang, kelompok orang atau masyarakat yang menuju pada perbaikan atau mencegah memburuknya suatu keadaan atau sebagai usaha preventif maupun kuratif.

TINJAUAN PUSTAKA

Akupuntur adalah teknik memasukan/memanipulasi jarum ke dalam “titik akupuntur” tubuh dengan tujuan memulihkan kesehatan dan kebugaran, khususnya sangat baik untuk mengobati rasa sakit. Pengobatan akupuntur ini dapat dijalani mulai dari usia 7-70 tahun. Untuk anak-anak, akupuntur dapat dijalani jika mereka tidak takut pada jarum dan bersikap tenang (Akmal, Indahaan, Widhawati, & Sari, 2010). Sedangkan menurut Firdayanti (2009) akupuntur merupakan pengobatan tradisional Cina yang menerapkan prinsip keterkaitan antara tubuh, pikiran, dan jiwa. Teknik ini dilakukan dengan penekanan di beberapa titik pada bagian wajah, kaki, perut, dan punggung sehingga semua keluhan dapat teratasi.

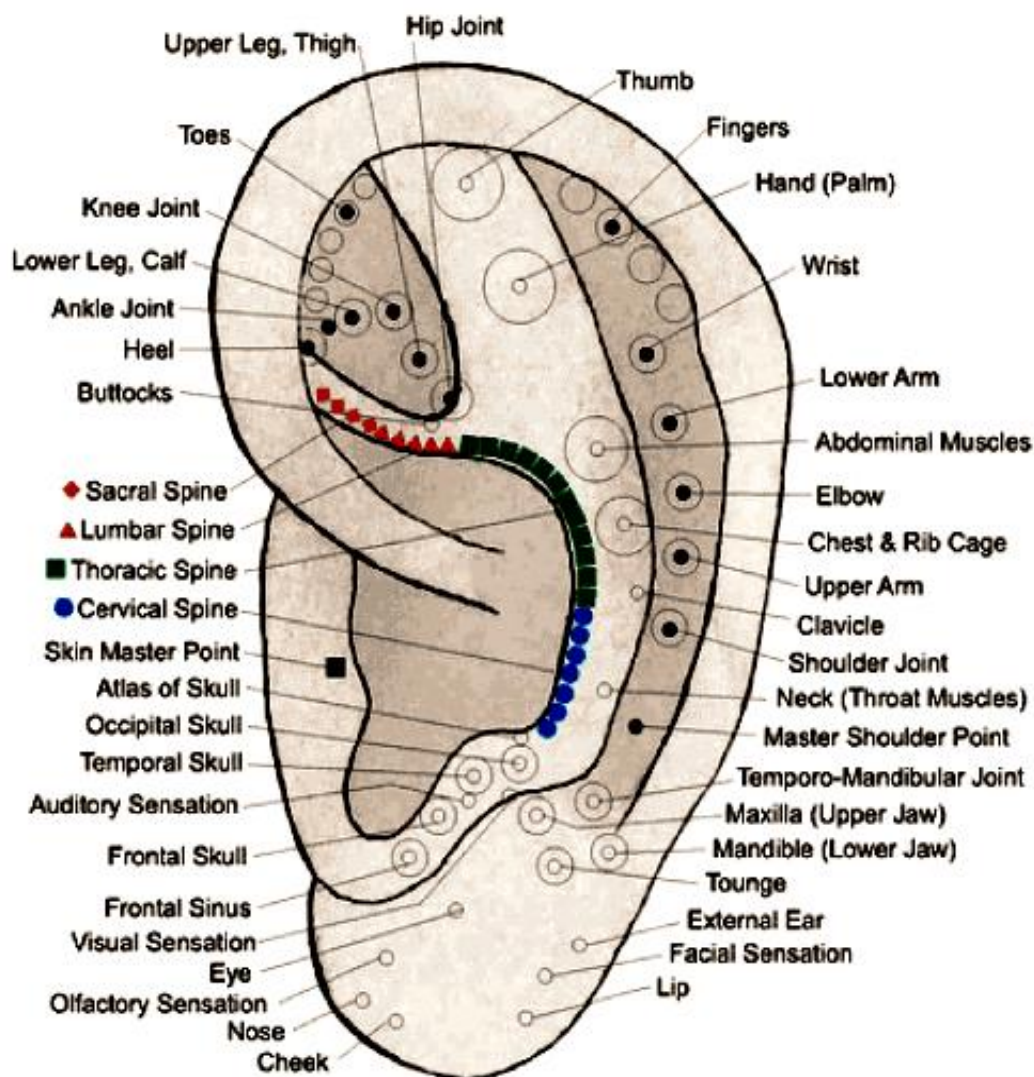
Nurudhin (2002) menyebutkan akupuntur merupakan bagian dari ilmu pengobatan Cina. Menurut buku “*Huang Ti Nei Cing (The Yellow Emperor’s Classic of Internal Medicine)*”, ilmu akupuntur sudah berkembang sejak zaman batu, kira-kira 4-5 ribu tahun yang lalu. Pada saat itu jarum batu digunakan untuk menyembuhkan penyakit. Setelah itu merebaklah buku-buku lainnya tentang akupuntur. Pada pertengahan abad ke-20, ilmu

akupuntur mulai berkembang pesat dan pada tahun 1963 seorang profesor bernama Kim Bong Ham menjelaskan dan mendemonstrasikan tentang meridian dan titik akupunturnya.



Gambar 1.
Jalur Meridian Tubuh

(diambil dari <http://auto-chess.blogspot.com/2012/11/acupuncture.html>)



Gambar 2.
Titik-titik Akupuntur di Telinga
 (diambil dari <http://www.davetherapy.com/images/auricular.gif>)

Kim Bong Ham menyebutkan titik akupuntur berada di dalam benda-benda kecil (korpuskuler) dalam sel-sel di bawah kulit manusia. Di dalam korpuskuler terdapat DNA yang berfungsi penting terhadap metabolisme tubuh. Hal ini telah diakui secara internasional dan merupakan sebuah revolusi dalam ilmu kedokteran. Selain di Cina, pengobatan akupuntur juga sudah berkembang pesat di Indonesia. Demikian juga dengan Amerika Serikat, beberapa tahun terakhir ini, ilmu akupuntur telah merebut perhatian banyak dokter. Sudah banyak penelitian yang berhasil dilakukan, seperti di New York yang telah berhasil dalam pengobatan penghilang rasa nyeri pasien penderita penyakit kronis dengan akupuntur (Nurudhin, 2002).

Mamtani dan Cimino (2002) menjelaskan bahwa ilmu pengobatan Barat pada awalnya meragukan PKA akupuntur. Akan tetapi lambat laun penelitian ilmiah terus dilakukan terhadap efektivitas PKA akupuntur. Akhirnya PKA akupuntur diterima dalam pengobatan Barat setelah ditemukannya penjelasan neurologis ketika proses akupuntur terjadi. Dalam penjelasan tersebut diterangkan bahwa jarum-jarum akupuntur mengaktifkan jaringan kecil di

otot yang mengirim impuls ke jaringan tulang belakang dan selanjutnya mengaktifkan berbagai jaringan di tulang belakang, otak, dan kelenjar tubuh. Aktivasi tersebut kemudian membuat *neurotransmitter* dalam tubuh dilepaskan.

Nurudhin (2002) juga menjelaskan bahwa akupuntur merupakan suatu model pengobatan dengan memanfaatkan *chi* atau bioenergi dari tubuh manusia yang memanipulasi organ-organ sasaran agar keadaannya seimbang, melalui penusukan atau penekanan pada titik-titik akupuntur di permukaan tubuh. *Chi* diartikan sebagai suatu bioenergi yang mengalir dalam tubuh manusia secara transeluler yang menghubungkan permukaan tubuh dengan organ-organ dalam tubuh. Titik akupuntur merupakan suatu area kecil di permukaan tubuh yang mempunyai karakteristik sifat listrik yang dihantarkan dalam tubuh. Eksistensi titik jalur akupuntur semakin nyata ketika para peneliti berhasil menemukan sifat kelistrikan terhadap akupuntur. Penelitian tentang titik akupuntur perlu dikembangkan untuk kepentingan ilmu dan teknologi kedokteran pada masa mendatang dalam bidang terapi serta diagnostik.

Pengobatan tradisional Cina ini menerapkan prinsip keterkaitan antara tubuh, pikiran, dan jiwa. Metode akupuntur juga menekankan pada beberapa titik pada bagian wajah, kaki, perut, dan punggung agar semua keluhan dapat teratasi. Jarum yang ditusukan dalam satu detik setelah itu jarum dapat dirangsang secara manual. Menurut *National of Health Amerika*, pada tahun 1997 akupuntur sudah direkomendasikan untuk mengatasi rasa mual berlebihan pada ibu hamil (Firdayanti, 2009).

Mikail (2011) menjelaskan bahwa akupuntur telah terbukti efektif dalam mengatasi beberapa penyakit, seperti:

1. Nyeri: akupuntur dapat mengobati nyeri punggung bawah dan dipercaya dapat mengurangi gejala migrain.
2. Gangguan pencernaan: pengobatan akupuntur melepaskan *neurotransmitter* yang menenangkan, seperti mengurangi hormon stres. Selain itu, *neurotransmitter* dapat menenangkan saraf dan juga dapat menenangkan pencernaan
3. Efek samping kemoterapi: penelitian terbaru menunjukkan bahwa akupuntur juga dapat membantu meringankan neurologis, seperti pusing, gatal atau kesemutan. Selain itu, akupuntur dapat mengurangi efek dari rasa sakit terus-menerus, kelelahan, depresi, kekebalan tubuh yang lemah, dan merangsang produksi sel-sel jaringan ikat yang membantu menyembuhkan luka.
4. *Hot flashes*: akupuntur dipercaya dapat mempengaruhi tekanan darah, denyut jantung, dan pelebaran pembuluh darah yang semuanya berperan dalam memberikan efek panas pada tubuh.
5. Stres, cemas, dan depresi ringan: terapi akupuntur dapat membantu meningkatkan sirkulasi darah sehingga melancarkan distribusi oksigen ke jaringan tubuh dan melepaskan hormon stres/ kortisol.

Fang (2005) merangkum bahwa akupuntur efektif untuk mengurangi tingkat kecemasan dan depresi, ketergantungan obat dan alkohol, perilaku merokok, dan sulit tidur. Penelitian eksperimen yang dilakukan Fogarty, Harris, Zaslowski, McAinch, dan Stojanovska (2010) juga membuktikan bahwa PKA akupuntur dapat membantu orang dengan gangguan makan seperti *anorexia nervosa* dan *bulimia nervosa*. Dalam penelitian tersebut pasien diberikan PKA akupuntur selama kurang-lebih 20 menit dengan total 10 sesi setiap satu minggu sekali.

Efektivitas PKA akupuntur yang telah diterima dalam dunia pengobatan Barat membuat peminatnya terus meningkat. Menyikapi hal tersebut Menteri Kesehatan RI pada tahun 2003 telah membuat keputusan yang mengatur tentang PKA akupuntur. Selanjutnya di tahun 2007 juga dikeluarkan Peraturan Menteri Kesehatan RI No. 1109/MENKES/PER/IX/2007 tentang Penyelenggaraan Pengobatan Komplementer-Alternatif di Fasilitas Layanan Kesehatan. Melalui peraturan tersebut masyarakat Indonesia

menjadi lebih terlindungi bila ingin menggunakan PKA akupuntur. Peluang ini juga mulai dilirik oleh penyedia layanan kesehatan seperti rumah sakit yang memiliki fasilitas poli akupuntur. Melihat fenomena tersebut dapat disimpulkan bahwa intervensi holistik dengan memasukkan PKA akupuntur dalam layanan kesehatan konvensional bukan hal yang mustahil. Dengan tersedianya layanan PKA Akupuntur di layanan kesehatan konvensional diharapkan masyarakat menjadi lebih banyak memiliki pilihan tindakan medis yang dapat mereka ambil untuk meningkatkan kesehatan mereka secara holistik.

KESIMPULAN DAN SARAN

Pengobatan Komplementer Alternatif (PKA) merupakan pengobatan yang sudah meluas ke seluruh dunia termasuk, baik di negara maju maupun negara berkembang seperti di Indonesia. Salah satu jenis PKA adalah akupuntur yang berasal dari Cina. PKA Akupuntur merupakan jenis PKA ke-2 yang paling sering digunakan setelah PKA herbal. Akupuntur merupakan teknik memasukan atau memanipulasi jarum ke dalam “titik akupuntur” tubuh dengan tujuan memulihkan kesehatan dan kebugaran.

PKA Akupuntur mempunyai berbagai macam manfaat dalam menangani beberapa penyakit, misalnya nyeri, gangguan pencernaan, efek samping kemoterapi, serta gangguan psikologis seseorang. Gangguan psikologis yang dapat dibantu dengan PKA akupuntur misalnya stres, kecemasan, depresi ringan, dan gangguan makan. Di Indonesia telah diatur pemanfaatan PKA akupuntur melalui Keputusan Menteri Kesehatan RI No. 1277/MENKES/SK/VIII/2003 tentang Tenaga Akupuntur dan Peraturan Menteri Kesehatan RI No. 1109/MENKES/PER/IX/2007 tentang Penyelenggaraan Pengobatan Komplementer-Alternatif di Fasilitas Layanan Kesehatan. Kondisi tersebut mencerminkan bahwa intervensi holistik dengan integrasi PKA akupuntur ke dalam layanan kesehatan konvensional adalah hal yang mungkin untuk dilakukan. Diharapkan dengan membaca artikel ini semakin banyak tenaga kesehatan yang mau merujuk atau menginformasikan tentang PKA akupuntur kepada pasien mereka.

DAFTAR PUSTAKA

- Akmal, M., Indahaan, Z., Widhawati., & Sari, S. (2010). *Ensiklopedi Kesehatan untuk Umum*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Barnes, P., & Bloom (2008). *National Health Statistic Report*. Diunduh pada 26 Februari 2014 dari Complementary and Alternative Medicine Use Among Adults and Children: United States, 2007.
- Christianti, J., & Prasetyo, A.(2012). *Tingkat Ketahanan Hidup Penderita Kanker Nasofaring pada Berbagai Modalitas Terapi Studi Kasus yang Menjalani Terapi Konvensional dan Pengobatan Komplementer Alternatif*. Diunduh pada 10 Maret 2014 dari <http://ejournal.undip.ac.id/index.php/mmi/article/view/4275/3896>.
- CHPSC. (2011). Modul: Pengobatan dan Perawatan Pasien HIV & AIDS. *Panduan Pelatihan Klinis Bagi Tenaga Kesehatan di Puskesmas dalam Pengobatan dan Perawatan Orang yang Terinfeksi HIV*. Yogyakarta: Center for Health Policy and Social Change.
- Fang, L. (2005). *A Cross-Sectional Study of Socio-Cultural and Health Determinants of Complementary and Alternative Medicine Use by Chinese Patients with Mental Health Needs in an Urban Primary Care Setting*. United State: Columbia University.
- Fogarty, S. Harris. D, Zaslawskic, C., McAincha, A.J., & Stojanovska, L. (2010). Acupuncture as an adjunct therapy in the treatment of eating disorders:A randomised cross-over pilot study. *Complementary Therapies in Medicine*, 18, 233—240.
- Gemari. (2009). Gerbang Pengobatan Komplimenter Alternatif. *Gemari*, 107, 48-49.

- Leach, M.J. (2013). Profile of the complementary and alternative medicine workforce across Australia, New Zealand, Canada, United States and United Kingdom. *Complementary Therapies in Medicine*, 21, 364—378.
- Mantani, R. & Cimino, A. (2002). A Primer Of Complementary And Alternative Medicine And Its Relevance In The Treatment Of Mental Health Problems. *Psychiatric Quarterly*, 73 (4), 367-381.
- Mehmed, Arias, Lisa, & Nio. (2003). *Terapi Komplementer: Pusat Penyembuhan Segala Penyakit*. Jakarta: Prestasi Pustaka.
- Seo, H., Baek, S., Kim, S.G., Kim, T., & Choi, S.M. (2013). Prevalence of complementary and alternative medicine use in a community-based population in South Korea: A systematic review. *Complementary Therapies in Medicine*, 21, 260—271.
- Shorofi, S.A. & Arbon, P. (2010). Nurses' knowledge, attitudes, and professional use of complementary and alternative medicine (CAM): A survey at five metropolitan hospitals in Adelaide. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, 16, 229-234.
- Thomson, P., Jones, J., Evans, J.M., & Leslie, S.J. (2012). Factors influencing the use of complementary and alternative medicine and whether patients inform their primary care physician. *Complementary Therapies in Medicine*, 20, 45—53.

Internet

- Candra, A. (2012). *12 Cara Atasi Sakit Kepala*. Diunduh pada 27 Februari 2014 dari <http://health.kompas.com/read/2012/12/13/12361066/12.Cara.Atasi.Sakit.Kepala.Tanpa.Obat>.
- Dewi, K. (2012). *Peranan pengobatan dengan akupuntur pada diabetes mellitus dalam era globalisasi*. Diunduh pada 4 Februari 2014 dari <http://repository.maranatha.edu/3371/1/Peranan%20Pengobatan%20dengan%20Akupunktur%20pada%20Diabetes%20Mellitus%20dalam%20Era%20Globalisasi.pdf>.
- Firdayanti. (2009). *Terapi Nyeri Persalinan Non Farmakologis*. Diunduh pada 27 Februari 2014 dari <http://www.uin-alauddin.ac.id/download-2.%Firdayanti.pdf>.
- Mikail, B. (2011). *Akupuntur Dapat Mengatasi 5 Penyakit ini*. Diunduh pada 19 Februari 2014, dari <http://helath.kompas.com/read/2011/12/07/14131366/Akupuntur.Dapat.Mengatasi.5.Penyakit.ini>
- Nurudhin, A. (2002). *Akupuntur, Pengobatan Pinggiran Jadi Ilmiah*. Diunduh pada 27 Februari 2014 dari <http://www.suaramerdeka.com/harian/0209/21/ragam1.htm>.
- Puspaningrum. (2010). *Tinjauan Autisme dan pusat terapi anak autis*. Diunduh pada 25 Februari 2014 dari <http://e-journal.uajy.ac.id/3342/3/2TA12506.pdf>.