
TERAPI AKUPUNKTUR UNTUK MENGATASI VERTIGO

Made Arya Octavia setiawati¹, A.A Putu Agung Mediastari², Ida Bagus Putra Suta³

Fakultas Kesehatan, Universitas Hindu Indonesia, Denpasar Bali

¹ aryaoctavia251@gmail.com*; ²

* Corresponding author

Abstrak

Bertambahnya usia akan diiringi dengan timbulnya berbagai penyakit, penurunan fungsi tubuh, keseimbangan tubuh dan risiko mengalami jatuh. Gangguan pada sistem keseimbangan tersebut akan menimbulkan berbagai keluhan, diantaranya berupa sensasi berputar yang sering disebut vertigo. Salah satu cara pengobatan yang dilakukan adalah pengobatan tradisional yaitu terapi akupunktur untuk vertigo. Tujuan penelitian untuk mengetahui alasan masyarakat memilih akupunktur untuk mengatasi vertigo, untuk mengetahui tata cara penggunaan akupunktur dan implikasi setelah akupunktur untuk vertigo. Untuk mencapai tujuan tersebut, dipergunakan landasan teori etnomedisin dan teori fungsional struktural dengan teknik wawancara menggunakan purposive sampling. Metode penelitian menggunakan pendekatan ilmu kesehatan Ayurveda tentang marma point, dengan data kualitatif dan pengumpulan data dengan studi kepustakaan, observasi, wawancara, analisis data dan reduksi data. Berdasarkan hasil penelitian masyarakat memilih terapi akupunktur karena terapi akupunktur memiliki efek samping yang sedikit, melakukan terapi akupunktur sekali dilakukan efek yang dirasakan sudah terjadi perubahan yang baik dan lebih efisien. memiliki biaya yang terjangkau. Titik akupunktur yang digunakan dalam menangani vertigo yaitu GV.20, GB.20, LI.4, PC.6, CV.12, ST.36, LR.3, EX HN3 dan implikasi yang dirasakan setelah melakukan terapi akupunktur adalah akupunktur dapat memberikan rasa nyaman, meningkatkan daya tahan tubuh, mengatasi kesemutan dan penggunaan akupunktur dapat menstabilkan peredaran darah.

Kata Kunci : Terapi Akupunktur, Vertigo, Marma

Abstract

Increasing age will be accompanied by the onset of various diseases, decreased body function, body balance and the risk of falling. Disorders of the balance system will cause various complaints, including a spinning sensation which is often called vertigo. One method of treatment that is done is traditional medicine, namely acupuncture therapy for vertigo. The research objective was to determine the reasons people choose acupuncture to treat vertigo, to find out the procedure for using acupuncture and the implications after acupuncture for vertigo. To achieve these objectives, ethnomedicine and structural functional theory were used as the basis of interview techniques using purposive sampling. The research method used is Ayurvedic health science approach about marma points, with qualitative data and data collection with literature study, observation, interviews, data analysis and data reduction. Based on the results of research, the community chooses acupuncture therapy because acupuncture therapy has few side effects, doing acupuncture therapy once the effect is felt that there has been a good and more efficient change. has an affordable cost. Acupuncture points used in treating vertigo are GV.20, GB.20, LI.4, PC.6, CV.12, ST.36, LR.3, EX HN3 and the implications that are felt after acupuncture therapy are acupuncture can provide feel comfortable, increase endurance, overcome tingling and the use of acupuncture can stabilize blood circulation.

Keywords: Acupuncture, Vertigo, Marma Therapy

1. Pendahuluan

Status kesehatan yang menurun seiring dengan bertambahnya usia akan mempengaruhi kualitas hidup. Bertambahnya usia akan diiringi dengan timbulnya berbagai penyakit, penurunan fungsi tubuh, keseimbangan tubuh dan risiko mengalami jatuh. Sistem keseimbangan merupakan sebuah sistem yang penting untuk kehidupan manusia. Gangguan pada sistem keseimbangan tersebut akan menimbulkan berbagai keluhan, diantaranya berupa sensasi berputar yang sering disebut vertigo (Sjahir, 2008:141-144).

Vertigo adalah sensasi gerakan atau rasa gerak dari tubuh seperti rotasi (memutar) tanpa sensasi perputaran yang sebenarnya, dapat sekelilingnya terasa berputar atau badan yang berputar. Seseorang yang mengalami vertigo akan merasakan suatu gerakan yang abnormal atau suatu ilusi berputar. Vertigo dapat berlangsung sementara maupun berjam - jam. Selain itu, usia lebih dari 60 tahun 7 kali lebih beresiko dibandingkan usia antara 18-39 tahun. (Dorigueto et al., 2009:565-572). Gejala awal yang paling sering dialami vertigo adalah pusing, Pusing yang merupakan salah satu faktor risiko untuk jatuh. Cedera yang diakibatkan jatuh menyebabkan penurunan pada mobilitas, kehilangan kemandirian dan meningkatkan rasa takut untuk jatuh. Pusing juga merupakan faktor kuat yang menyebabkan beban disabilitas pada masyarakat yang berusia 65 tahun ke atas. Gangguan alat keseimbangan tubuh yang mengakibatkan ketidakcocokan antara posisi tubuh yang sebenarnya dengan apa yang digambarkan oleh susunan saraf pusat. Jika ada kelainan pada lintasan informasi indera keseimbangan yang dikirim ke sistem saraf pusat, atau kelainan pada pusat keseimbangan, maka proses adaptasi yang normal tidak akan terjadi tetapi akan menimbulkan suatu reaksi.

Dalam menangani penyakit vertigo ada dua cara yang dapat dilakukan diantaranya pengobatan dengan secara konvensional dan tradisional. Pengobatan secara konvensional terdiri dari penggunaan obat-obatan kimia, sedangkan pengobatan tradisional merupakan suatu alternatif yang tepat sebagai pendamping pengobatan konvensional, pemanfaatannya lebih sederhana dan hingga sekarang banyak diminati di masyarakat. Pengobatan secara konvensional memiliki beberapa kekurangan kebanyakan penderita vertigo dapat diobati dengan pengobatan sakit kepala akut saja, tetapi sebagian kecil perlu intervensi profilaksis, karena serangan yang terlalu sering tidak dapat dikendalikan dengan terapi akut. Upaya untuk mengurangi frekuensi serangan pada beberapa

penderita perlu tindakan pemberian obat seperti *propranolol*, *metoprolol*, *flunarizine*, *asam valproik*, dan *topiramate* yang telah terbukti secara efektif. Tetapi penggunaan obat tersebut memiliki efek samping. Pada dosis besar dan penggunaan dalam waktu lama dapat menyebabkan mual, muntah, iritasi lambung, bahkan pendarahan pada lambung, kerusakan hati dan anemia hemolitik. Pemakaian tiap hari sangat cenderung menyebabkan *rebound headache* dan sakit kepala kronik sehari-hari (Dodick, 2007:-).

Kesadaran masyarakat akan bahayanya obat-obatan kimia yang dikonsumsi secara terus menerus akan berdampak pada kesehatan yang saat ini terjadi, dengan demikian pemikiran *back to nature* menjadi pilihan banyak orang. Banyak masyarakat yang tertarik dan berminat dengan pengobatan komplementer/tradisional yang dipercaya dapat mengatasi gangguan kesehatan (Wong,2012:6). Menurut data SUNENAS (Survei Sosial Ekonomi Nasional) pada tahun 2011 menyatakan bahwa persentase masyarakat menggunakan pengobatan tradisional sebesar 49,53%, angka ini lebih besar dibanding pada tahun 2001 yakni sebesar 9,8%. Hal ini juga didukung oleh banyaknya klinik pengobatan tradisional mulai bermunculan dan diminati oleh masyarakat. Salah satu pengobatan tradisional yang ada saat ini adalah akupunktur dengan jarum sebagai media penyembuh penyakitnya.

Peraturan Pemerintah Nomor 103 Tahun 2014 tentang Pelayanan Kesehatan tradisional dapat menjadi salah satu pilihan pengobatan alternatif pada gangguan neurologis, antara lain sebagai pengendali rasa sakit dan juga untuk stimulasi saraf (Schoen 2009:-). Akupunktur tergambar banyak diminati di masyarakat dengan bukti daya tarik dan minat untuk melakukan akupunktur di masyarakat. Selain itu, pilihan pengobatan ini relatif cukup murah dan efektif dibandingkan dengan pengobatan secara medis karena biaya yang dibutuhkan rendah, peralatan yang dibutuhkan sedikit dan minimnya efek samping.

Akupunktur merupakan bagian dari jenis pelayanan kesehatan di Indonesia yang sudah diakui oleh pemerintah sejak tahun 1996 dan sudah diperkuat dengan Undang-Undang nomor 36 tahun 2014 tentang Tenaga Kesehatan. Pemanfaatan akupunktur di fasilitas pelayanan kesehatan primer (fasyankes primer) juga dimungkinkan berdasarkan Peraturan Pemerintah 103 tahun 2014 tentang Pelayanan Kesehatan Tradisional tradisional menjadi salah satu alternatif dalam bidang pengobatan.

Akupunktur diterapkan menggunakan jarum yang ditusuk pada bagian tubuh tertentu yaitu titik akupunktur untuk merangsang tubuh dalam upaya penyembuhan. Titik-titik akupunktur merupakan pusat-

pusat dimana energi vital terkumpul. Penusukan pada titik-titik ini bermaksud untuk mempengaruhinya agar aliran energi terhambat dapat dilancarkan kembali. Kelancaran aliran energi mempengaruhi aliran darah, transportasi cairan-cairan tubuh, sistem saraf, sistem pernafasan, sistem hormonal, sistem getah bening dan sistem yang lainnya dalam tubuh. Terapi akupunktur merupakan terapi yang aman, memiliki efek samping yang minimal dan biaya pengobatannya terjangkau (Kementerian Kesehatan RI: 2018).

Secara teori tradisional, akupunktur dapat digunakan untuk terapi pusing atau vertigo. Tujuan utama akupunktur adalah untuk memulihkan transmisi normal impuls saraf (Loo 1985:319-320). Menurut Ding (1990), akupunktur mengurangi resistensi dan meningkatkan aktivitas listrik pada jaringan yang rusak, kemudian menstimulasi penyembuhan dan regenerasi axon.

2. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan Ayurveda dengan spesifiknya pada pengobatan dengan *Marma*. Nala (2001:88) menyebutkan bahwa *marma* merupakan titik vital tempat bertemunya berbagai komponen vital yang terdapat di dalam tubuh manusia. Menurut *Sushruta* dalam Frawley (2003:34), *marma* adalah tempat dimana tiga *doshas* (*vata*, *pitta*, *kapha*) hadir secara bersama dengan bentuk-bentuk halus mereka sebagai *prana*, *tejas*, dan *ojas* dan ketiga guna yaitu *sattva*, *rajas*, *tamas*. Prinsip pengobatan *marma* dalam ayurveda sama halnya dengan akupunktur tradisional Cina atau TCM (*Traditional Chinese Medicine*) yaitu sama-sama mengembalikan keseimbangan energi di dalam tubuh. Akupunktur mengembalikan keseimbangan *Yin* dan *Yang* sedangkan *Marma Chikitsa* mengembalikan keseimbangan unsur *Tri Dosha* dalam tubuh. Jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif.

Data dalam penelitian ini terdiri atas data kualitatif, terdiri dari data primer dan data sekunder. Data primer yang digunakan adalah hasil dari wawancara dengan terapis akupunktur di Kota Denpasar serta pasien yang menggunakan jasa terapi akupunktur di tempat tersebut, sedangkan data sekunder bersumber dari buku serta jurnal yang memiliki kaitan dengan penelitian. Data yang diambil dengan teknik *purposive sampling* dan diperoleh dengan metode studi kepustakaan, observasi dan wawancara dengan menggunakan instrument berupa catatan, recorder dan kamera untuk membantu dokumentasi penelitian. Data yang didapat kemudian di analisa dengan menggunakan metode reduksi data, penyajian data serta verifikasi data

3. Hasil Penelitian

Hasil penelitian yang didapat adalah sebagai berikut. Penggunaan terapi akupunktur diketahui memiliki efek samping yang sedikit, melakukan sekali terapi akupunktur sudah merasakan perubahan baik dan mampu menyembuhkan vertigo yang dialami pasien.

Tata cara kerja penggunaan akupunktur yang dilakukan dari mulai registrasi pasien, wawancara, perabaan nadi, pengecekan tekanan darah, merencanakan terapi terhadap pasien, penegakan terapi. Akupunktur mempersiapkan tempat dan alat yang digunakan. Melakukan sterilisasi tempat penusukan dengan kapas alkohol, selanjutnya dilakukan penusukan, titik dominan yang diambil adalah GV.20, GB.20, LI.4, PC.6, CV.12, ST.36, LR.3, EX HN.3. stimulasi jarum, manipulasi jarum bisa dengan elektro stimulator, 10 menit untuk menguatkan 15 menit untuk melemahkan, pencabutan jarum, evaluasi dan penjadwalan terapi.

Implikasi kesehatan yang dirasakan dari 11 pasien yang wawancarai setelah melakukan terapi akupunktur adalah dapat mengatasi vertigo memberikan rasa nyaman, meningkatkan daya tahan tubuh, mengatasi kesemutan, dan penggunaan akupunktur dapat menstabilkan peredaran darah.

4. Pembahasan

Berdasarkan analisis data yang diperoleh bahwa pengobatan akupunktur berbeda dengan pengobatan medis lainnya. Pengobatan medis banyak menggunakan bahan kimia, sedangkan pengobatan akupunktur tidak menggunakan bahan kimia, karena penggunaan bahan kimia dapat menimbulkan efek samping. Dilihat dari aspek ekonomi terapi akupunktur memiliki biaya yang terjangkau dan terjangkau. Dalam penelitian bahwa pasien menyukai pengobatan akupunktur karena tidak sakit, Tidak adanya efek samping dari pengobatan akupunktur didukung oleh pernyataan pasien dari Hertatik Ningsih, yang menyatakan apabila meminum obat dokter akan terjadi efek samping seperti muntah-muntah dan nafsu makan berkurang, sementara pengobatan akupunktur tidak demikian dengan minim efek samping.

Akupunktur berkehasiat dalam penyembuhan sakit kepala dan pusing akibat kebanyakan pikiran. Pernyataan ini diperkuat oleh pernyataan dari informan penderita vertigo, yaitu informan Made Setiari. Informan Made Setiari yaitu seorang pasien wanita yang berobat di Gatsu Timur, Denpasar Timur telah berobat menggunakan akupunktur selama enam bulan. Dia menderita vertigo akibat susah

tidur. Pasien bernama Made Setiari berpendapat bahwa berobat menggunakan akupuntur ini sangat bagus, setelah melakukan akupuntur dapat tidur dengan nyenyak, dan tidak ada efek samping. Beliau mengetahui pengobatan menggunakan akupuntur ini dari televisi, karena ada liputan tentang akupuntur yang mengatakan bahwa akupuntur dapat membuat tubuh menjadi rileks. Beliau mengetahui klinik akupuntur tersebut dari teman anaknya, dan memilih berobat di klinik ini karena harganya terjangkau dan pelayanannya juga bagus.

Pertama akupuntur diminati oleh pasien vertigo ini karena akupuntur memiliki efek samping yang sedikit, sehingga saat setelah melakukan akupuntur tidak merasakan efek yang negative di dalam tubuh. Faktor kedua adalah setelah berobat menggunakan akupuntur merasa rileks dan nyaman. Lalu, setelah melakukan akupuntur pasien dapat mengatasi vertigo yang disebabkan oleh hilangnya gangguan keseimbangan tubuh dan melakukan terapi akupuntur efek yang dirasakan sudah merasakan perubahan yang baik. Faktor ketiga terapi akupuntur biaya pengobatan yang terjangkau dan terapi akupuntur sudah digunakan dari dulu hingga saat ini.

Teori etnomedisin berhubungan dengan kesehatan dan pemeliharaan kesehatan. Etnomedisin merupakan praktek medis tradisional yang tidak berasal dari praktek modern. Etnomedisin tumbuh kembang dari pengetahuan setiap suku dalam memahami penyakit dan makna kesehatan. Pemahaman akan suatu penyakit ataupun teori tentang penyakit tentunya berada di setiap suku. Hal ini dikarenakan latar belakang kebudayaan, pengalaman, dan pengetahuan yang dimiliki setiap suku tersebut berbeda dalam memahami penyakit, terutama dalam mengobati penyakit.

Pengobatan tradisional Cina telah ada selama ribuan tahun. Dasar pemikiran dari TCM adalah teori Yin-Yang dan teori Wu-Xing. Kedua teori tersebut menyebutkan bahwa ada hubungan antara tubuh manusia dengan alam dan lingkungan. Pemikiran dasarnya adalah sistem keseimbangan di dalam tubuh yang dikenal sebagai homeostasis, yang menunjukkan keberadaan alam semesta, bumi dan manusia dapat bertahan hidup karena adanya hukum alam yang selalu mengarah pada keseimbangan. Apabila manusia mengikuti aturan-aturan di dalam keseimbangan hukum alam berarti kita akan menjalankan hidup sehat, sedangkan apabila manusia tidak mengikuti atau menentang keseimbangan hukum alam, berarti akan sakit. Semua fenomena alam ini selalu berpasangan yang sifatnya berlawanan dinamis, tetapi membentuk satu kesatuan, seperti siang dan malam, panas dan dingin,

padat dan cair, terang dan gelap, kanan, dan kiri, suami dan istri, laki-laki dan perempuan, dan seterusnya. Apabila unsur-unsur yang berlawanan itu menyatu dan membangun sebuah keharmonisan maka keseimbangan yang secara umum sehat akan tercapai.

Tata Cara Penggunaan Akupuntur
Berdasarkan analisis data, tata cara penggunaan akupuntur yang dilakukan oleh praktisi sesuai dengan Standar Operasional Prosedur (SOP) akupuntur. Tahap Awal (1) Memberi salam, kemudian registrasi pasien pada buku tamu atau buku pasien, panggil nama pasien dengan namanya dan perkenalkan diri (untuk pertemuan pertama). (2) Menanyakan keluhan utama klien dan perabaan denyut nadi yang dilakukan dengan kedua tangan praktisi mengecek nadi kedua tangan pasien. (3) Menjelaskan tujuan akupuntur, proses tindakan, lama waktu penusukan, dan hal yang perlu dilakukan pasien selama pengobatan berlangsung. (4) Memberikan kesempatan kepada pasien untuk bertanya sebelum kegiatan dimulai. Memberikan penjelasan mengenai hal-hal yang berhubungan dengan akupuntur kepada pasien, menenangkan emosi supaya pasien tidak tegang, terutama untuk penderita yang baru pertama kali mendapat terapi akupuntur. Dengan keadaan tenang, pasien dapat merasakan dan menerima Qi yang ditransmisikan dari jarum sehingga proses terapi dapat berjalan. (5) Menentukan titik-titik akupuntur yang diambil untuk mengatasi vertigo. (6) Memulai proses terapi dengan cara yang baik. Tahap kerja (1) Menjaga privasi pasien dengan menutup pintu atau sampiran untuk kenyamanan pasien. (2) Persiapan alat yang digunakan untuk terapi akupuntur. (3) Atur posisi pasien. Pasien berbaring di ruang terapi yang sudah disiapkan, pada posisi yang nyaman dan berikan alas. Oetomo (1980:76-79) menyatakan, pasien diletakkan dalam posisi yang paling ideal, posisi ideal baik bagi pasien sendiri ataupun bagi terapis sehingga mempermudah dalam proses terapi. Bagi pasien, agar bisa tahan selama penusukan tanpa mengubah posisi sehingga mengurangi terjadinya jarum tertindih. Bagi praktisi, posisi yang baik akan memudahkan mencapai titik-titik yang akan ditusuk. Felix (1991:60) pengambilan terapi akupuntur dapat dilakukan dengan posisi duduk atau berbaring sesuai dengan titik akupuntur yang dipilih. Membantu pasien untuk melepaskan aksesoris yang dapat menghambat tindakan akupuntur yang akan dilakukan. (4) Cuci tangan dan gunakan sarung tangan (*handscoon*) bila perlu. Oetomo (1980:76) menyatakan bahwa sebelum praktisi melakukan penusukkan jarum, sebaiknya bersihkan tangan terlebih dahulu. Bersihkan tangan dengan

menggunakan sabun pada air yang mengalir kemudian keringkan dan gunakan hand sanitizer atau alkohol untuk sterilisasi. (5) Bersihkan (*desinfektan*) daerah yang akan ditusukkan jarum dengan kapas alkohol. Oetomo (1980:79-80) menyatakan permukaan kulit pasien yang akan ditusuk jarum dibersihkan dengan alkohol atau dipastikan dalam keadaan bersih. Pastikan juga area yang akan di akupunktur tidak ada luka seperti tergores, benjolan, memar maupun luka lainnya. Jangan melakukan terapi dalam keadaan perut kosong, terlalu kenyang, mabuk karena alkohol, pada ibu hamil. Felix (1991:82-83) bahwa kedalaman penusukan perlu diperhatikan agar jangan sampai menusuk organ-organ vital, seperti daerah dada atau punggung dilakukan teknik penusukan miring agar tidak sampai merusak paru-paru. Untuk usia bayi, anak-anak dan orang tua, kedalaman penusukan dilakukan lebih dangkal, sedangkan untuk usia pemuda dan setengah umur kedalaman penusukan dilakukan lebih dalam. (6) Kemudian dilakukan penusukan pada titik akupunktur yang sesuai dengan rencana terapi. Ambil jarum sesuai ukuran, jarum akupunktur yang digunakan adalah jarum sekali pakai (*disposable acupuncture needle*) dengan berbagai ukuran mulai dari 0,5, 1,0, dan 2,0, 2,5 cun, ukuran jarum disesuaikan dengan ketebalan kulit. Menurut Dharmojo (2001:115) jarum steril adalah jarum yang dipergunakan dalam praktik akupunktur beragam baik dari segi ketebalan, panjangnya, dan bentuk disesuaikan dengan penggunaan dan kebutuhannya. Lebih lanjut Felix (1991:79) mengatakan, jarum halus (*hau cen*) merupakan jarum yang paling sering digunakan. Mengukur jarak antara titik point yang digunakan adalah cun satu cun adalah selebar ibu jari pasien, 1,5 cun adalah dua jari telunjuk dan jari tengah, 2 cun adalah 3 jari telunjuk, jari tengah dan jari manis, 3 cun adalah 4 jari tanpa ibu jari. (7) Cara penusukan, salah satu jari tangan memegang bagian pegangan jarum, arahkan mata jarum pada titik akupunktur terpilih, dan tusukkan dengan teknik tertentu yaitu tegak lurus, menyudut dan sejajar. Titik akupunktur yang paling dominan dipilih untuk menangani vertigo dalam penelitian ini adalah:

Titik-titik akupunktur	sifat	Indikasi
GV.20 (<i>Baihui</i>)	meridian titik istimewa	mengatasi nyeri kepala dan mengembalikan kesadaran meningkatkan fungsi otak

EX HN 3 (<i>Yintang</i>)	meridian titik extra	mengatasi sakit kepala, mengurangi kelelahan mata
GB.20 (<i>Fengchi</i>)	meridian kandung empedu	untuk mengatasi sakit pada kepala yang disebabkan oleh pusing, vertigo
LI.4 (<i>Hegu</i>)	meridian usus besar	mengeluarkan panas dan mengusir angin
PC.6 (<i>Nei Guan</i>)	meridian selaput jantung	mengatur sirkulasi Qi, mengatur fungsi lambung, menenangkan jantung dan pikiran
CV.12 (<i>zhongwan</i>)	meridian titik istimewa	mengatasi nyeri lambung, meningkatkan nafsu makan, meningkatkan fungsi limpa lambung
ST.36 (<i>Zusanli</i>)	meridian lambung	menghilangkan penyumbatan meridian, memperkuat daya tahan tubuh, meningkatkan fungsi limpa lambung
LR.3 (<i>Tai Chung</i>)	Meridian hati	memperlancar peredaran darah

(8) Menanyakan perasaan pasien setelah ditusukkan jarum, apakah sudah terasa nyaman/belum. Jarum ditusukkan pada titik akupunktur terpilih, sehingga menimbulkan "*tech ci*" ini dirasakan bahwa jarum menjadi berat waktu diputar, seolah-olah dibalut oleh sesuatu. Bila belum didapat "*tech ci*", maka jarum yang diputar terasa ringan dan kosong, sedangkan pada pasien tidak merasakan apa-apa. (9) Setelah semua jarum masuk, praktisi melakukan manipulasi jarum. Manipulasi adalah teknik melakukan *sedasi* (pelemahan) atau *tonifikasi* (penguatan) terhadap jarum pada titik yang ditusuk sesuai dengan hasil diagnosa. Jarum dibiarkan selama kurang lebih 20 menit. Hal ini dalam penguatan maupun pelemahan bisa dibantu dengan elektro stimulator agar bisa dihasilkan rangsangan yang dikehendaki dan kontinyu. Zen (1984:42) menyatakan bahwa teknik *sedasi* bertujuan untuk menenangkan organ yang *ekses* dengan cara jarum diputar berlawanan arah dengan jarum jam. Sementara *tonifikasi* bertujuan menguatkan yang lemah dengan cara jarum diputar sesuai dengan arah jarum jam. Menurut Felix (1991:85) menyatakan, untuk *tonifikasi* lama jarum yang ditinggalkan adalah 10 menit, sedangkan untuk *sedasi* jarum ditinggal adalah lebih dari 15 menit. Oetomo (1980:92) menyatakan, rangsangan dengan listrik dipakai setelah jarum ditanamkan, rangsangan

dengan listrik dipakai setelah jarum ditanamkan pada tubuh pasien. Keuntungan rangsangan dengan elektro stimulator bisa didapatkan rangsangan yang kontinyu, bisa dihasilkan rangsangan yang dikehendaki dan bisa menimbulkan rangsangan yang lebih kuat. (10) Pencabutan jarum, akupunkturis mecabut seluruh jarum akupunktur setelah selesai terapi selama kurang lebih mencapai maksimum 20 menit, untuk pencabutan jarum yang *tonifikasi* dilakukan pencabutan dengan cepat dan *sedasi* dilakukan pencabutan dengan pelan-pelan *desifeksi* dengan kapas alkohol. Buang jarum ke dalam tempat jarum bekas atau kedalam wadah khusus untuk menghindari jarum tercecer yang dapat membahayakan orang lain. (11) Evaluasi dan penjadwalan terapi, penjadwalan terapi bisa dijadwalkan setiap 2-3 hari atau seminggu sekali disesuaikan dengan analisa kondisi pasien. Hal ini sesuai dengan pendapat Felix (1991:20) yang menyatakan bahwa akupunktur dapat dilakukan setiap satu atau dua kali seminggu sampai mencapai 10 kali terapi.

Dalam pendekatan ayurveda yaitu menggunakan *Marma*. *Marma* terapi adalah seni sentuhan atau stimulasi pada tubuh seseorang persis di tempat point *marma* yang benar di saat waktu yang kritis atau pertolongan pertama untuk tujuan *healing* (penyembuhan). Menurut Nala (2001:183) menyatakan *marma* adalah titik pertemuan *Mamsa marma* (otot), *Asthi* (tulang), *Sira* (pembuluh darah), *Snayu* (ligamen atau tendon), *Sandhi* (sendi), dan *Dhamani marma* (saraf), hal ini mirip dengan konsep meridian Cina dimana titik-titik pertemuan yang berbeda. Namun hampir semua acarya menyebutkan ada total 107 *marma* dalam tubuh, setiap poin dalam tubuh memiliki kekuatan karena diseluruh kulit atau tubuh sendiri adalah *marma*. Dalam ayurveda titik *marma* untuk menangani vertigo adalah *Apanga*, dan *Sthapani*. *Apanga* terletak di sudut terluar mata, berfungsi sebagai mengontrol organ indera penglihatan dan *Sthapani* terletak di sela-sela alis yang berfungsi untuk mengobati cakra 6 (*Ajnya*) atau mata ketiga. Tata caranya dengan menstimulasi *marma* 3-4 kali sehari, masing-masing *marma* di stimulasi untuk 20-25 kali putaran sekali tekan. Irama stimulasi sama dengan irama pernafasan dan digosok 18 kali permenit (Hameed, 2013).

Berdasarkan wawancara dengan pasien yang telah dan sedang menjalani terapi akupunktur untuk mengobati vertigo yakni sebanyak 11 orang, menyatakan bahwa dapat memberi rasa nyaman, ini terjadi karena penusukan pada titik akupunktur dapat meningkatkan kadar *hormone endorphin* yang dapat menimbulkan rasa nyaman. Hal ini didukung oleh

Michael (2010:69) bahwa ada beberapa perubahan pada aktifitas otak setelah akupunktur. Sabdodadi (1982:229) menyatakan bahwa ketika dimasukan jarum mengirim pesan neurokimia melalui sistem saraf dan mengeluarkan endokrin dari saraf otak yang berfungsi menyeimbangkan dan menimbulkan keadaan yang lebih tenang. Meningkatkan daya tahan tubuh, karena akupunktur melancarkan *qi* memulihkan keseimbangan *yin yang*, dengan merangsang titik-titik akupunktur tertentu, keseimbangan aliran *qi* (energi vital) tersebut dapat diperbaiki. Sehingga orang pun akan menjadi sehat kembali hal ini didukung oleh Lewith (1983:69) menyatakan bahwa penusukan dengan jarum akupunktur bermaksud agar *qi* (energi vital) ini dapat kembali lancar dan tidak terhalang, serta berjalan dengan semestinya. Mengatasi kesemutan karena akupunktur menimbulkan efek analgesia, anastesia sehingga mampu menghilangkan rasa nyeri dan memperlancar peredaran darah, hal ini didukung oleh Oetomo (1980:93) akupunktur mampu mengeluarkan endokrin untuk merangsang pembentukan adrenalin, membuka pembuluh darah, merangsang saraf sehingga menimbulkan efek analgesia dan anantesia.

Penggunaan akupunktur dapat menstabilkan peredaran darah, karena penusukan menyebabkan vasodilatasi (pembuluh darah melebar) dan membantu melancarkan pembekuan darah sehingga meredakan nyeri hal ini didukung oleh Hadikusumo (1996:102) menyatakan, bahwa setelah jarum masuk ke kulit, akan terjadi vasokonstriksi lokal selama 15-30 detik pertama, kemudian akan terjadi *vasodilatasi* dan *capiler* dan *arteriole* setelah penusukan lebih dari satu menit, sehingga menyebabkan mikrosirkulasi bertambah. Kulit sekitar jarum akan tampak kemerah-merahan dan menjadi hangat. Dalam menjaga keseimbangan tubuh dengan baik dilihat dari sudut pandang dalam *Ayurveda*, serta didukung oleh pustaka dalam salah satu kitab *Ayurveda* yaitu *Susrutha Samhita* dalam slokanya menyebutkan pengertian sehat adalah sebagai berikut:

समदोषः समान्निश्च समधातुमलक्रियाः।प्रसन्नात्मेन्द्रियमनः
स्वस्थ इत्यभिधीयते ॥

*Samadosah samagnisca samadhatumalakriyah
Prasanna atmendriya manaha swastha iti
abhidhiyate. (Su.S. 15/41)*

Dalam *Ayurveda* keadaan sakit timbul karena terjadi ketidak-seimbangan diantara unsur-unsur *tri-dosha*. *Tri dosha* atau tiga *dosha* tersebut antara lain *vata* (udara), *pitta* (api), *kapha* (air) harus dalam keadaan seimbang untuk mencapai sistem kesehatan

menyeluruh (holistik), api pencernaan berfungsi dengan baik, jaringan tubuh (*dhatu*) dan sistem pembuangan kotoran tubuh (*malas*) berfungsi normal, organ penginderaan, organ-organ gerak berfungsi dengan baik, pikiran (*manah*), jiwa (*atma*) dalam keadaan baik, *Swasthasya* yang artinya mengobati seseorang yang sakit menjadi sehat dan memelihara kesehatan orang yang sehat sehingga selalu dalam keadaan sehat (Singhal, 2007:141).

5. Simpulan dan Saran

Berdasarkan paparan data dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa terapi akupunktur dapat mengatasi vertigo dikarenakan Pertama akupunktur diminati oleh pasien vertigo ini karena akupunktur memiliki efek samping yang sedikit, sehingga saat setelah melakukan akupunktur tidak merasakan efek yang negative di dalam tubuh. Faktor kedua adalah setelah berobat menggunakan akupunktur merasa rileks dan nyaman pasien dapat mengatasi vertigo yang disebabkan oleh hilangnya gangguan keseimbangan tubuh dan melakukan sekali terapi akupunktur sudah merasakan perubahan yang baik. Faktor ketiga terapi akupunktur biaya pengobatan yang terjangkau dan terapi akupunktur sudah digunakan dari dulu hingga saat ini. Tata cara kerja penggunaan akupunktur yang dilakukan adalah : registrasi pasien, wawancara, perabaan nadi, pengecekan tekanan darah, merencanakan terapi terhadap pasien, penegakan terapi. Akupunkturis mempersiapkan tempat dan alat yang digunakan. Melakukan sterilisasi tempat penusukan dengan kapas alkohol, selanjutnya dilakukan penusukan, titik dominan yang diambil adalah GV.20, GB.20, LI.4, PC.6, CV.12, ST.36, LR.3, EX HN3. Stimulasi jarum, manipulasi jarum bisa dengan elektro stimulator, 10 menit untuk menguatkan 15 menit untuk melemahkan, pencabutan jarum, evaluasi dan penjadwalan terapi. Implikasi terapi akupunktur untuk mengatasi vertigo memberikan rasa nyaman, meningkatkan daya tahan tubuh, mengatasi kesemutan, dan penggunaan akupunktur dapat menstabilkan peredaran darah.

Ada beberapa hal yang menjadi saran berkaitan dengan penelitian ini antara lain sebagai berikut :

1. Disarankan kepada masyarakat yang mengalami keluhan vertigo dapat memilih terapi akupunktur di tempat-tempat yang terjamin kenyamanannya.
 2. Untuk memperoleh hasil yang maksimal dalam terapi akupunktur , pasien disarankan agar tekun dan rutin berlatih di rumah sesuai dengan titik-titik yang diambil melalui pijatan agar memaksimalkan hasil penyembuhan.
3. Mengingat luasnya ilmu pengetahuan tentang akupunktur, selanjutnya disarankan ada pihak yang dapat mengadakan penelitian serupa sehingga hasil penelitian tentang Terapi Akupunktur Untuk Mengatasi Vertigo menjadi lebih sempurna dari hasil penelitian ini.

6. Daftar Pustaka

- Ding, J., "A Fluidization Model Using Kinetic Theory of Granular Flow," Ph.D. Thesis, Illinois Inst. Technol., Chicago (1990)
- Dodick DW, Mosek AC, Campbell JK. 2007. *The Hypnic ("Alarm Clock") Headache syndrome, Cephalalgia.*
- Dorigueto, RS, Karen R.M., Yeda P.G., Fernando F.G.,2009.*BenignParoxysmalposition al vertigo recurrence and persistence. BrazilianJournalofOtorhinolaryngology 75 (4):565-572.*
- Frawley David, Ranade Subhash, Lele Avinash (2015). *Ayurveda and Marma Therapy.* CHAUKHAMBA SANSKRIT PRATISHTAN. New Delhi.
- Hadikusumo, B.U. 1996. *Tusuk Jarum Upaya Penyembuhan Alternatif.* Yogyakarta: Kanisius (anggota IKAPI)
- Hamed P Shahul. International Journal Of Scientific & Technology Research. Volume 2, Issue 7, Juli 2013.
- Kementrian Kesehatan RI. 2018. *Profil Kesehatan Indonesia 2017.*
- Lewith G.T, Lewith N.R *Modern Chinese Acupuncture Acute and Cronic Back Pain 1983* thorsons punlishers limited. New York
- Loo WC. 1985. *Symptoms associated with impaired transmission of nerve impulses to different muscle areas and their treatment with acupuncture.*American Journal of Acupuncture 13:319-320.
- Michael 2010 *Buku Pintar Akupunktur* (ahli bahasa: Helmy). Yogyakarta : DIVA Press.
- Nala, Ngurah. 2001. *Ayurveda Ilmu Kedokteran Hindu I.* Denpasar: Upada Sastra
- Oetomo. 1980. *Buku Akupunktur*
- Schoen AM. 2009. *Acupuncture therapy for small animal neurologic conditions.*
- Sabdodadi *terapi Akupunktur Buku Pegangan Praktis*

1982 Sabdodadi. Jakarta
Sjahir, 2008. *Nyeri Kepala dan Vertigo*. Yogyakarta.
1th ed. Pp. 141-144.
Wong, 2012. *Buku Ajar Keperawatan Pediatrik*.

Volume 2. Jakarta, Indonesia Penerbit
EGC.
Zen 1984 *Consilium Acupuncture*. Jakarta: PT
Gramedia