

Pengobatan Homeopati Dalam Mengatasi Gangguan Kecemasan (*Anxiety Disorder*) di Tirta Usada *Holistic Health* Ubud

¹Paskalis Arisandi Ginting, ²Ida Bagus Suatama, ³Ni Made Putri Ariyanti

^{1,2,3} Program Studi Kesehatan Ayurveda, Fakultas Kesehatan, Universitas Hindu Indonesia,
Denpasar Bali 80238

paskalis.ari.sandi@gmail.com

Abstrak

Kecemasan merupakan sebuah hal yang wajar dialami oleh seorang individu. Gangguan kecemasan adalah sekumpulan kondisi yang memberikan gambaran penting tentang kecemasan yang berlebihan, disertai respons perilaku, emosional, dan fisiologi. Berdasarkan hasil survey di klinik Tirta Usada, didapati banyak pasien mengalami gangguan kecemasan dengan keluhan seperti rasa cemas yang berlebih, kesulitan tidur, emosi yang tidak terkontrol serta kurang gairah hidup. Gangguan kecemasan ini akhirnya dapat diatasi dengan Homeopati. Berdasarkan pemaparan diatas, maka dilakukan sebuah penelitian yang berjudul Pengobatan Homeopati dalam Mengatasi Gangguan Kecemasan (*Anxiety Disorder*) di Tirta Usada *Holistic Health* Ubud. Adapun rumusan masalah dari penelitian ini yaitu kemampuan Homeopati dalam mengatasi gangguan kecemasan, tata cara penanganan gangguan kecemasan dan implikasi Homeopati dalam penanganan gangguan kecemasan. Penelitian ini menggunakan landasan teori *etnomedicine* dan fungsionalisme struktural. Metode penelitian ini menggunakan pendekatan Ayurveda dengan jenis penelitian deskriptif kualitatif menggunakan metode *purposive sampling*, melalui observasi, wawancara serta dokumentasi. Dari hasil penelitian didapatkan bahwa (1) *remedy* (obat) Homeopati bekerja dengan cara merangsang tubuh untuk mengupayakan kekuatan alaminya dalam mengatasi penyakit sehingga mencapai keseimbangan dimana *remedy* (obat) tersebut membawa *memory* dalam air yang berbentuk getaran dan cukup efektif dalam mengatasi gangguan kecemasan. (2) Tata cara penanganan pasien terdiri dari sesi konsultasi mendalam tentang kondisi pasien, pembacaan *zodiac /birth* chart pasien, penentuan dan pemberian *remedy* (obat) yang diresepkan oleh terapis sesuai dengan gejala dan kondisi yang dibutuhkan pasien. (3) Implikasi dari penggunaan Homeopati adalah membantu pasien menurunkan tingkat kecemasan ke batas normal, mengatasi gangguan tidur dan insomnia, mengurangi kebiasaan merokok, mengatasi masalah pencernaan dan menstabilkan emosi.

Kata Kunci: Terapi Gangguan Kecemasan, Homeopati, Tirta Usada

Abstract

Anxiety is a natural thing experienced by an individual. Anxiety disorders are a group of conditions that provide an important feature of excessive anxiety, accompanied by behavioral, emotional, and physiological responses. Based on the results of a survey at the Tirta Usada clinic, it was found that many patients experienced anxiety disorders with complaints such as excessive anxiety, difficulty sleeping, uncontrolled emotions and a lack of enthusiasm for life. This anxiety disorder was eventually treated with homeopathy. Based on the explanation above, a study was conducted entitled Homeopathic Medicine in Overcoming Anxiety Disorder at Tirta Usada Holistic Health Ubud. The formulation of the problem from this study is the ability of homeopathy in overcoming anxiety disorders, procedures for treating anxiety disorders and the implications of homeopathy in treating anxiety disorders. This research uses foundation of Ethnomedicine theory and structural functionalism. This study used an Ayurvedic approach with a qualitative descriptive research type using purposive sampling, observation, interviews and documentation. From the results of the study it was found that (1) Homeopathic remedies work by stimulating the body to work on its natural strength in overcoming the disease so that it reaches a balance where the remedy (drug) carries memory in water in the form of vibrations and is quite effective in dealing with anxiety disorders. (2) Procedures for treating patients consist of in-depth consultation sessions about the patient's condition, reading the patient's zodiac/birth chart, determining and administering remedies prescribed by the therapist according to the symptoms and conditions needed by the patient. (3) The

implications of using homeopathy are to help patients reduce anxiety levels to normal levels, overcome sleep disturbances and insomnia, reduce smoking habits, overcome digestive problems and stabilize emotions

Keywords: Anxiety Disorder, Homeopathy, Tirta Usada

I. Pendahuluan

Kecemasan merupakan sebuah hal yang wajar dialami oleh seorang individu. Kecemasan dapat muncul kapan saja, namun umumnya muncul ketika seseorang dihadapkan pada sebuah masalah dimana akan muncul juga perasaan takut, gugup dan tidak nyaman. Rasa cemas akan menjadi suatu masalah ketika berlangsung terus-menerus, tidak rasional serta intensitasnya meningkat sehingga menyebabkan aktivitas di kehidupan sehari-hari menjadi terhambat dan terganggu. Rasa cemas yang besar dan berlebihan inilah yang disebut sebagai gangguan kecemasan (Sutardjo, 2005:66).

Gangguan kecemasan pada seseorang dapat terjadi akibat lemahnya psikis dan sosialnya. Banyak faktor yang dapat menimbulkan serta mendukung perkembangan gangguan kecemasan. Menurut Meng dan Arcy (2012), faktor-faktor risiko tersebut yakni riwayat keluarga, kejadian yang menegangkan, kekhawatiran yang berlebihan, sifat overprotektif, wanita yang tidak menikah atau tidak bekerja, serta kesehatan fisik ataupun mental yang buruk.

World Health Organization menyatakan bahwa pada tahun 2019, 1 dari 8 orang atau 970 juta orang di seluruh dunia mengalami gangguan mental dimana gangguan yang paling umum berupa gangguan kecemasan. Menurut hasil riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 terkait gangguan kecemasan di Indonesia menunjukkan bahwa sebesar 6,1% atau sekitar 11 juta orang penduduk di Indonesia mulai usia 15 tahun keatas mengalami gangguan mental emosional. Persentase ini mengalami kenaikan menjadi 6,8% selama pandemi *Covid-19*, dimana diperoleh data sebanyak 18.373 jiwa mengalami gangguan kecemasan

sepanjang tahun 2020 (Kementerian Kesehatan, 2021).

Berdasarkan hasil survey di klinik Tirta Usada, didapati pasien dengan rentang usia 20-40 tahun mengalami gangguan kecemasan. Pasien-pasien tersebut memiliki keluhan seperti rasa cemas yang berlebih, kesulitan tidur, emosi yang tidak terkontrol serta kurang gairah hidup. Conley (2006) menyatakan bahwa terdapat beberapa gejala psikologis dari kecemasan yaitu sulit tidur, produksi keringat berlebih, kehilangan kepercayaan diri, perasaan sensitif yang meningkat dan kehilangan semangat. Sedangkan menurut Wade dan Carol (2008), gejala kecemasan dapat meliputi kesulitan untuk beristirahat, sering merasa gelisah, kesulitan berkonsentrasi, *irritability*, perasaan tegang yang berlebihan serta gangguan tidur. Diketahui bahwa dampak dari hal tersebut menyebabkan seseorang terganggu untuk melakukan rutinitas sehari-hari.

Salah satu pengobatan yang dapat dilakukan adalah dengan menggunakan Homeopati. Menurut Kerthyasa (2016), Homeopati digunakan karena kecemasan memberikan respon yang baik terhadap Homeopati. Homeopati adalah pengobatan yang digunakan selama lebih dari 200 tahun. Pengobatan ini didasari oleh dua prinsip fundamental. Pertama, prinsip hukum serupa atau yang serupa menyembuhkan yang serupa, yang berarti bahwa sesuatu yang menyebabkan gejala jika dikonsumsi oleh orang yang sehat akan menyembuhkan gejala yang sama atau mirip dengan gejala yang dialami orang yang sakit. Kedua, prinsip dosis yang minimum, yang berarti bahwa pengobatan yang paling efektif dapat dicapai dengan pemberian dosis minimum.

Pada dasarnya Homeopati mempelajari efek racun pada tubuh dan Homeopati meyakini bahwa apa yang

meracuni tubuh akan menyembuhkannya juga. Karena sifat alami obatnya, Homeopati aman digunakan dari bayi sampai lansia. Pengobatan Homeopati tidak hanya memberikan efek medis, namun juga efek menyeluruh. Ini dikarenakan Homeopati berfokus pada hal yang tidak seimbang didalam tubuh secara fisik dan mental. Obat Homeopati yang diberikan kepada pasien merupakan dosis yang sangat kecil. Selain itu, pengobatan ini juga berdasarkan unsur-unsur alami. Metode pengobatan melalui Homeopati semakin berkembang, sehingga penerapan *remedy* (obat) yang berasal dari bahan alami yang diproses menggunakan metode Homeopati dalam pembuatannya sangat baik digunakan dalam penanganan gangguan kecemasan (Kerthyasa, 2016).

II. Metode Penelitian

Penelitian dilakukan berdasarkan pendekatan Ayurveda. Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif kualitatif. Penelitian ini menggunakan data kualitatif yaitu dalam pengumpulan data dilakukan dengan observasi, wawancara serta dokumentasi kegiatan penelitian. Dapat juga menggunakan sumber seperti dokumen, sumber buku, rekaman yang absah dan dapat dipercaya kebenarannya. Data penelitian merupakan data yang dikumpulkan berdasarkan percobaan maupun dapat dilakukan pengamatan, selain itu juga dibuat untuk tujuan analisa agar dapat menjawab pertanyaan penelitian. Data yang dikumpulkan dapat berupa angka, grafik, gambar, maupun kata atau tulisan (Subakti et al., 2021).

Pada penelitian ini prosedur pengumpulan data dilakukan secara langsung dari informan dengan teknik *purposive sampling* yang artinya pengambilan sampel yang berdasarkan atas suatu pertimbangan tertentu seperti sifat-sifat populasi ataupun ciri-ciri yang sudah diketahui sebelumnya (Notoatmodjo, 2010). Adapun teknik untuk mengumpulkan data yaitu melalui kepustakaan, observasi, dan wawancara.

III. Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi yang telah dilakukan kepada Bapak Tjokorda Gde Kerthyasa, BHSc (Hom.) (UNE), ADHom, IHI sebagai pemilik sekaligus praktisi di Tirta Usada Holistic Health diketahui terdapat beberapa tahapan yang digunakan dalam tata cara penanganan gangguan kecemasan di Tirta Usada Holistic Health yaitu:

1) Tahap Awal

Pada tahap awal yang dilakukan praktisi adalah melakukan sesi konsultasi dengan klien, praktisi akan melihat riwayat kondisi kesehatan pasien secara terperinci. Pasien akan diminta untuk menjelaskan riwayat medis mereka dan gejala saat ini. Perhatian khusus diberikan pada modalitas gejala yang muncul yaitu, apakah pasien terpengaruh dengan cuaca, waktu, musim, mimpi dari pasien dan sebagainya. Informasi lain yang akan dikumpulkan oleh praktisi adalah tentang suasana hati dan perilaku, suka dan tidak suka, respon terhadap stress, kepribadian, dan reaksi terhadap makanan. Tujuan keseluruhan anamnesis (riwayat kesehatan) adalah untuk membangun gambaran gejala pasien. Ini akan menentukan gambaran obat yang akan diberikan. Dalam sesi ini praktisi akan mencatat semua nya secara detail dan terperinci terkait pertanyaan dan keluhan pasien. Konsultasi secara keseluruhan sampai pemberian obat bisa berlangsung selama 1-2 jam.

2) Pembacaan *Birth Chart*

Homeopati dan astrologi adalah ilmu yang berkolerasi dengan aspek-aspek tertentu. Semua hasil baik dan buruk dapat diprediksi oleh ilmu astrologi dari bagan kelahiran yang disusun berdasarkan waktu kelahiran. Bagan kelahiran mengungkapkan dimana ketegangan paling banyak dihasilkan dalam kehidupan seseorang dan bagaimana hal

ini dapat mempengaruhi kondisi mental dan fisik seseorang.

3) Pemberian Obat

Penentuan akhir pemberian obat akan ditentukan oleh praktisi dari hasil konsultasi, observasi dan pembacaan *birth chart* klien.

4) Tahap Tindak lanjut

Pasien dihubungi kembali mengenai perkembangan/perubahan kondisi pasien. Membuat jadwal pertemuan selanjutnya jika diperlukan, jika ada pertemuan ke-2 maka proses yang dilakukan hanya pencatatan keluhan dan perkembangan (konsultasi) tanpa adanya pembacaan *birth chart* kembali dan praktisi akan menentukan pemberian obat kepada pasien. Jika pasien merasa tidak perlu ada pertemuan selanjutnya, maka tidak ada tindak lanjut.

Hasil Wawancara dan Observasi Cara Penentuan *Remedy* (Obat)

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi kepada praktisi tentang pemberian obat adalah sebagai berikut :

1. Obat yang diberikan berdasarkan dari hasil wawancara dan diagnosa dari praktisi terkait dengan kondisi yang sebenarnya dialami oleh klien.
2. Penggunaan obat lain juga diberikan untuk mengobati keluhan lain dari pasien karena di dalam Homeopati tidak membedah sebuah kondisi, artinya pasien akan datang dengan sebuah keluhan maka pengembangan akan dilakukan untuk mendapat informasi terkait dengan kondisi pasien mulai dari emosi, fisik dan pikiran. Dalam proses ini praktisi membangun sebuah gambaran keseluruhan yang dimana praktisi tidak membedakan masalah fisik, emosi dan pikiran karena semua itu berada di dalam satu tubuh yang sama sehingga pemberian *remedy* (obat) disesuaikan berdasarkan kondisi dan kebutuhan pasien secara menyeluruh.

3. Obat biasanya diresepkan untuk jangka waktu tertentu untuk melihat perkembangan pasien. Rata-rata obat di buat untuk 2 sampai 5 minggu.

Dalam hasil wawancara yang telah dilakukan, praktisi menyatakan dari proses pengobatan pertama rata-rata pasien sudah merasakan perubahan terkait dengan kondisi gangguan kecemasan yang di alami. Mereka memilih untuk melakukan pengobatan lanjutan karena merasakan efek yang sangat baik. Adapun pengobatan lanjutan yang dilakukan adalah karena mereka ingin mengobati masalah kesehatan lain yang mereka alami atau masalah kecemasan yang timbul kembali dengan masalah atau trauma atau penyebab yang lain.

Hasil Wawancara dan Observasi Implikasi Dari Homeopati dalam Menangani Gangguan Kecemasan

Berdasarkan hasil penelitian dan wawancara yang dilakukan di Tirta Usada Holistic Health Ubud terhadap narasumber baik praktisi dan klien mengenai Pengobatan Homeopati dalam Mengatasi Gangguan Kecemasan di Tirta Usada Holistic Health Ubud. Menurut narasumber Bapak Tjokorda Gde Kerthyasa, BHSc(Hom.) (UNE), ADHom, IHI sebagai pemilik sekaligus praktisi di Tirta Usada Holistic Health Ubud, menyatakan bahwa Homeopati sangat efektif dan cukup responsif dalam mengatasi gangguan kecemasan tetapi tidak hanya sebatas *remedy* Homeopati (Obat) Homeopati.

Gangguan kecemasan harus ditangani secara holistik (menyeluruh) karena dalam penanganannya Homeopati berfokus kepada pengobatan menyeluruh, disamping itu *homeopat* (praktisi Homeopati) juga harus memberikan informasi yang jelas terkait unsur seperti pola hidup yang harus dihindari ketika klien mengalami gangguan kecemasan seperti minum kopi berlebihan serta memperbaiki pola tidur. Kecemasan ini

juga merupakan salah satu kondisi kesadaran. Pemberian obat saja tidak akan menyembuhkan sakit, praktisi harus menggali dan mengeksplorasi penyebab/pencetusnya pada saat proses konsultasi.

IV. Pembahasan

Hasil Penelitian Pengobatan Homeopati dalam Mengatasi Gangguan Kecemasan di Tirta Usada Holistic Health Ubud

Secara ilmiah, Etnomedisin merupakan studi mengenai pengobatan tradisional komunitas/etnis, pengetahuan dan praktik yang ditransmisikan berabad-abad. Etnomedisin secara luas mengacu pada praktik medis tradisional yang berkaitan dengan interpretasi budaya kesehatan, penyakit, dan penyakit yang membahas proses perawatan kesehatan dan praktik penyembuhan. Homeopati merupakan salah satu pengobatan yang digunakan selama ratusan tahun dan masih mempertahankan konsep dasarnya dari awal di temukan hingga sekarang di seluruh dunia.

Konsep cara kerja obat Homeopati untuk mencapai keseimbangan dalam tubuh ini sejalan dengan dengan konsep sehat dalam Ayurveda yang dimana konsep sehat dalam Ayurveda merupakan keseimbangan atau sehat secara holistik. Homeopati adalah jenis pengobatan alami yang dikembangkan dari pengetahuan tentang hukum homeostatis (proses dan mekanisme otomatis yang dilakukan makhluk hidup untuk mempertahankan kondisi konstan agar tubuhnya dapat berfungsi dengan normal), meskipun terjadi pada luar tubuh (Shaw, 2005).

Pemberian Remedi (Obat) Berdasarkan Gejala

Alwasilah (2017:21) menyatakan bahwa setiap setiap struktur dalam sistem sosial, fungsional terhadap yang lain. Sebaliknya jika tidak ada fungsional maka struktur itu tidak akan ada atau hilang dengan sendirinya. Teori ini membahas

tentang fakta sosial di masyarakat bahwa Homeopati dapat digunakan sebagai salah satu upaya untuk mengobati suatu penyakit, khususnya gangguan kecemasan. Penelitian ini menggunakan teori fungsionalisme struktural yang bertujuan untuk membedah rumusan masalah kedua, bagaimana tata cara penanganan gangguan kecemasan dalam Homeopati di Tirta Usada Holistic Health dan rumusan masalah ketiga, apa saja implikasi Homeopati dalam penanganan gangguan kecemasan.

Dalam penanganan pasien salah satu diagnosa yang dilakukan menggunakan pembacaan *birth chart* atau *zodiac* untuk mengetahui bagan kelahiran, mengungkapkan dimana ketegangan paling banyak dihasilkan dalam kehidupan seseorang dan bagaimana hal ini dapat mempengaruhi kondisi mental dan fisik seseorang. Dalam *usada*, *birth chart* ini merupakan bagian dari *roga pariksa*. Dimana *roga pariksa* ini sebagai bentuk kecermatan seorang *balian pengusada* dalam menangani pasien. Setelah berhasil memeriksa barulah *balian* akan memberikan obat kepada pasien.

Pada dasarnya Homeopati mempelajari efek racun pada tubuh dan Homeopati meyakini bahwa apa yang meracuni tubuh akan menyembuhkannya juga. Obat-obatan dipotensikan dengan kode X atau C, yang mana artinya obat-obatan tersebut diencerkan dengan rasio 1:100 untuk 1C dan 1:10 untuk 1X dengan digetarkan. Proses ini mengambil substansi asli dari substansi materi ke substansi eterik, dimana materi tersebut akan bekerja melalui media informasi. Informasi ini lalu diserap tubuh dan diproses, memungkinkan tubuh untuk bereaksi menyeimbangkannya. Pengobatan Homeopati adalah menyeimbangkan kondisi homeostatis seseorang. Karena terdapat suatu penyakit, maka kondisi homeostatisnya menjadi tidak seimbang (Kerthyasa, 2016).

Pemilihan obat yang tepat adalah sangat penting karena pilihan tersebut terapis membutuhkan riwayat kasus individu secara terperinci dimana pasien diminta untuk menggambarkan gejalanya (Teixera et al., 2010) Sementara itu menurut Vickers dan Zollman (1999)

menyebutkan kombinasi obat atau resep yang diberikan praktisi Homeopati berdasarkan diagnosis yang dilakukan. Aturan pemberian *remedy* (obat) berdasarkan gejalanya dapat dilihat pada Tabel 5 sebagai berikut.

Tabel 1. Aturan Pemberian *Remedy* (Obat) Berdasarkan Gejala

No	Nama Remedi	Kondisi	Fungsi
1.	<i>Arsenicum album</i>	Cemas, gelisah, lemah, pucat, kedinginan, mudah masuk angin, mulut, bibir dan lidah kering, kurang menginginkan cairan, cenderung ingin	Gangguan pencernaan, keracunan makanan, masalah tidur, alergi, kecemasan, depresi dan gangguan obsesif-kompulsif.
2.	<i>Anacardium</i>	Enggan untuk bekerja, kurang percaya diri, halusinasi, merasa sakit kepala, mual, merasa ada tekanan di dada, sulit tidur, mimpi buruk	Gangguan memori, depresi, lekas marah, berkurangnya indra penciuman, penglihatan, pendengaran.
3.	<i>Aconite</i>	Cemas, mimpi buruk, sakit kepala, vertigo, panik, nyeri saraf, batu ginjal.	Kecemasan, sulit tidur, demam disertai rasa dingin dan keringatan, vertigo, muntah tiba-tiba
4.	<i>Passiflora</i>	Kecemasan berlebih, kurang tidur karena demam, batuk malam hari, gelisah, sulit membuka mulut diare.	Sistem saraf, kesulitan tidur, insomnia
5.	<i>Natrium Muriaticum</i>	Hidung berair, hidung tersumbat, bersin dengan mata berair, sakit kepala yang diperburuk oleh sinar matahari, bibir kering dan pecah, tidak bisa tidur karena kesedihan.	Masalah insomnia dan tidur, masalah kulit, sakit kepala, demam alergi, pilek dan pernafasan.
6.	<i>Ignatia</i>	Kehilangan yang dicintai, orang yang sensitif, gemetar setelah ketakutan, pemurung, penakut, gampang terkejut, anti sosial.	Kecemasan, sedih, depresi, trauma, stress, sulit tidur.
7.	<i>Staphisagria</i>	Sakit kepala yang memusingkan, ledakan nafsu yang terburu-buru, panas dibila mata, kolik setelah marah, merasa direndahkan	Gangguan kecemasan, sakit kepala, insomnia, sakit gigi.

No	Nama Remedi	Kondisi	Fungsi
8.	<i>Melissa officinalis</i>	Merasa cemas dan insomnia, perut tidak nyaman.	Stress, kecemasan, meningkatkan kualitas tidur, meningkatkan nafsu makan, mengurangi rasa sakit dan tidak nyaman akibat gangguan pencernaan.

Implikasi Homeopati dalam Menangani Gangguan Kecemasan

Berdasarkan hasil dari analisis data dan hasil tinjauan kepustakaan terhadap sumber dan dokumen terkait, diperoleh hasil bahwa implikasi dari Homeopati dalam menangani gangguan kecemasan adalah sebagai berikut:

1. Mengatasi gangguan tidur dan insomnia

Pal et al. (2020) menyatakan bahwa gaya hidup modern, gangguan kecemasan, kebiasaan yang buruk, menjadi penyebab yang mempengaruhi pola tidur. Obat-obatan Homeopati sering diresepkan sebagai terapi, juga atas dasar konstitusional. Obat Homeopati menyembuhkan insomnia dan memberikan tidur normal. Penelitian yang dilakukan menyimpulkan kemanjuran obat Homeopati pada insomnia dan gangguan tidur yang di sebabkan oleh gaya hidup atau penyebab lainnya dengan sangat efektif.

2. Mengurangi kebiasaan merokok

Merokok merupakan kebiasaan yang dapat merugikan kesehatan, nikotin merupakan zat adiktif yang menyebabkan kecanduan. Menurut penelitian yang dilakukan Bala dan Srivastava (2020) menyimpulkan bahwa Homeopati merupakan pengobatan yang cukup efektif dalam pengobatan kecanduan tembakau dan tidak memiliki efek samping. Disebutkan bahwa seharusnya Homeopati dikembangkan untuk mengatasi kecanduan tembakau karena berdasarkan risetnya dan 55% perokok

aktif berniat berhenti untuk merokok setelah mendapatkan Homeopati.

3. Mengatasi masalah pencernaan

Whitmont (2019) menyebutkan Homeopati adalah spesialis medis berusia dua abad yang memberikan banyak keuntungan yang berbeda dalam pengobatan berbagai gangguan pencernaan. Meskipun kemunculannya mendahului penemuan mikrobioma manusia, tampaknya sepenuhnya kompatibel dengan ekologi mikrobioma manusia dan fungsi kekebalan integratif. Perawatan Homeopati mendukung mekanisme homeostatis alami yang bekerja untuk membangun kembali simbiosis antara mikrobioma dan sistem kekebalan, menurunkan peradangan lokal dan sistemik.

4. Menstabilkan emosi

Leena (2022) menyimpulkan bahwa tekanan darah berhubungan dengan emosi, kecemasan dan depresi. Homeopati bekerja secara *holistic*, membantu pasien mengatasi masalah ini. Hasil studi menunjukkan similimum (yang sama) pada penderita hipertensi ringan hingga sedang dengan memodifikasi keadaan kemarahan, sifat dan ekspresi yang mendasarinya sehingga membuat pasien lebih mampu menghadapi situasi kehidupan yang berubah daripada pengobatan perawatan standar.

V. Simpulan dan Saran

Berdasarkan hasil pembahasan yang sudah dipaparkan maka simpulan yang diperoleh sebagai berikut:

1. *Remedy* (obat) Homeopati bekerja dengan cara merangsang tubuh untuk mengupayakan kekuatan alaminya dalam mengatasi penyakit sehingga mencapai keseimbangan dimana *remedy* (obat) tersebut membawa memory dalam air yang berbentuk getaran dan cukup efektif dalam mengatasi gangguan kecemasan.
2. Tata cara penanganan pasien di Tirta Usada Holistic Health terdiri dari sesi konsultasi mendalam tentang kondisi pasien, pembacaan *zodiac /birth chart* pasien, penentuan dan pemberian *remedy* (obat) diresepkan oleh terapis sesuai dengan gejala dan kondisi yang dibutuhkan pasien. Sesi konsultasi hingga pemberian obat bisa berlangsung hingga 2 jam.
3. Implikasi dari penggunaan Homeopati adalah membantu pasien menurunkan tingkat kecemasan yang di derita ke batas normal, mengatasi gangguan tidur dan insomnia, mengurangi kebiasaan merokok, mengatasi masalah pencernaan, menstabilkan emosi sehingga pasien dapat menjalankan hidupnya secara harmonis.

Saran

Berdasarkan pembahasan dan simpulan di atas, maka dapat disarankan beberapa hal sebagai berikut :

1. Disarankan adanya penelitian lebih lanjut mengenai pengobatan homeopati dalam mengatasi gangguan kecemasan yang lebih luas dan spesifik.
2. Disarankan adanya penelitian mengenai tumbuhan lokal yang bisa digunakan sebagai obat untuk mengatasi gangguan kecemasan dalam Homeopati serta penelitian dari efektivitas nya.
3. Disarankan adanya penelitian lebih lanjut mengenai *remedy* (obat) yang digunakan dalam Homeopati dalam jurnal Bahasa Indonesia

Daftar Pustaka

- Alwasilah AC. 2017. Pokoknya Kualitatif. Dasar-dasar Merancang dan Melakukan penelitian Kualitatif. Bandung. Pustaka jaya.
- Bala R, Srivastava A. 2020. Role of Homeopathy in Tobacco Addiction- A Narrative Review. International Journal of Research and Review, 7(3).
- Conley T. 2006. Breaking Free from Anxiety Trap. <http://www.wshg.org.uk>. Diakses tanggal 18 Desember 2022
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. <http://www.kemkes.go.id/> Diakses tanggal 18 Desember 2022.
- Kerthyasa TG. 2016. The Healing Power Of Homeopathy (Basic 1). Tirta Usada.
- Leena B. 2022. A Randomize Controled Trial of Individualized Homeopathyc Treatment to Reduce Anger and Thereby Reducing Hypertension. Journal of Hypertension, 40(1): 304-305
- Meng X, Arcy C. 2012. Common and Unique Risk Factors and Comorbidity for 12 Months Mood and Anxiety Disorders Among Canadians. The Canadian Journal of Psychiatry, 57: 79-87.
- Notoatmodjo S. 2010. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta. Rineka Cipta.
- Pal S, Patel F, Jadav D, Desai Z, Patel S. 2020. Homeopathic Approach In Treatment Of Insomnia. International Journal of Research and Analytical Reviews, 7(3): 632
- Shaw L. 2005. Anatomy and Physiology. Cheltenham: Nelson Thornes, 11.
- Subakti H, Priskusanti RD, Fahmi A, Haryanti S, Pangesti NA, Primasari NA, Putri NS, Adinata A, Hadi I, Firmansyah H. 2021. Riset Kualitatif dan kuantitatif dalam bidang kesehatan 2021. Bandung. Media Sains Indonesia

- Sutardjo Wiramihardja. 2005. Pengantar Psikologi Abnormal. Bandung: Refika Aditama
- Teixera MZ, Guedes CH, Baretto PV, Matins MA. 2010. The Placebo Effect and Homeopathy. Homeopathy.
- Vicker AJ, Zollman C. 1999. ABC of Complementary Medicine. British Medical Journal, 319(7217): 1115-1118
- Wade C, Carol T. 2008. Psikologi Jilid I. Jakarta. Erlangga
- Whitmont RD. 2019. Homeopathy for Gastrointestinal Disorders. Oxford Academy.
- World Health Organization. Mental Disorders. <https://www.who.int/>
Diakses pada 19 Desember 2022