

PENATALAKSANAAN AKUPUNTUR, TUINA CHUZHEN DAN TERAPI MAKANAN TCM PADA BALITA YANG MENDERITA PILEK: KAJIAN PUSTAKA DAN LAPORAN KASUS

Yelini Fan Hardi¹, Frisca Desma Ayu Kusuma Wardani^{2,3}, Achsan Aryandhi³
^{1,2,3} Program Studi S1 Dharma Usada Sekolah Tinggi Agama Buddha Nalanda
Email: friscakusumawardani@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang : Flu atau sering disebut *Influenza* merupakan kondisi yang sering terjadi pada penderita dengan keluhan hidung tersumbat dan berair. Kondisi ini umumnya disebabkan terjadinya infeksi atau alergi. Gangguan ini sebenarnya adalah infeksi virus pada saluran pernapasan bagian atas dan disebabkan oleh virus sehingga dapat mengganggu aktifitas pengidap sehari-harinya. Tujuan : mengetahui kajian pustaka terhadap penatalaksanaan akupuntur, tuina chuzhen dan terapi makanan TCM pada penderita flu atau pilek. Metode : penelitian ini menggunakan metode kajian liellatur dan demonstrasi kepada subjek atau penderita pilek kepada anak H usia 5 tahun Hasil : Setelah dilakukan terapi akupuntur, tuina chuzhen dan terapi makanan pada H hasil laporan dari orang tua pada tanggal 16 Januari 2023 suhu tubuh normal, batuk berkurang dan pilek sudah mulai sembuh. Pada tanggal 17 Januari 2023 kondisi anak sudah masuk sekolah kembali. Saran : Terapis juga menyarankan untuk menghindari makanan berminyak seperti goreng-gorengan dan lain sebagainya

Kata kunci : *Influenza*, akupuntur, tuina chuzhen, Traditional Chinese Medicine

ABSTACT

Background: Flu or often called Influenza is a condition that often occurs in founders with complaints of stuffy and runny nose. This condition is generally caused by infection or allergies. This disorder is actually a viral infection of the upper respiratory tract and is caused by a virus so that it can interfere with the person's daily activities. Objective: to find out the literature review on the management of acupuncture, tuina chuzhen and TCM food therapy in people with flu or colds. Method: this study used a literature study and demonstration method for subjects or cold sufferers to children H aged 5 years. Results: After acupuncture therapy, tuina chuzhen and food therapy on H, the results of reports from parents on January 16, 2023 normal body temperature, cough reduced and the cold has started to heal. On January 17, 2023, the condition of the children has returned to school. Suggestion: The therapist also recommends avoiding oily foods such as fried foods and so on

Keywords : Influenza, acupuncture, tuina chuzhen, Traditional Chinese Medicine

PENDAHULUAN

Pilek adalah kondisi yang terjadi pada seseorang saat pengidapnya mengeluhkan adanya hidung tersumbat dan berair. Umumnya kondisi ini disebabkan oleh infeksi atau alergi sehingga bisa mengganggu aktivitas pengidapnya sehari-hari. Gangguan ini sebenarnya adalah infeksi virus pada

saluran pernapasan bagian atas dan disebabkan oleh virus.

Pilek, biasa juga dikenal sebagai nasofaringitis, rinofaringitis, koriza akut, atau selesma, merupakan penyakit menular yang disebabkan virus pada system pernapasan yang terutama menyerang hidung (Arroll, 2011). Tenggorokan, sinus,

dan kotak suara juga dapat terpengaruh. Tanda dan gejala mungkin muncul kurang dari dua hari setelah paparan (Allan & Arroll, 2014).

Batuk, sakit tenggorokan, rhinorrhea, bersin, sakit kepala, dan demam (Eccles, 2005). Orang biasanya sembuh dalam tujuh sampai sepuluh hari. Beberapa gejala dapat berlangsung hingga tiga minggu (Heikkinen &, Järvinen, 2003).

Ada lebih dari 200 strain virus yang terlibat dalam penyebab pilek. Mereka menyebar melalui udara selama kontak dekat dengan orang yang terinfeksi dan secara tidak langsung melalui kontak dengan benda-benda di lingkungan diikuti dengan transfer ke mulut atau hidung.

Faktor risiko termasuk pergi ke tempat penitipan anak, tidak tidur dengan baik, dan stres psikologis (Allan & Arroll, 2014). Gejala sebagian besar karena respon kekebalan tubuh terhadap infeksi daripada kerusakan jaringan oleh virus sendiri (Eccles, 2009).

Influenza (flu) merupakan penyakit yang paling sering diderita, termasuk anak-anak dan balita. Sistem kekebalan tubuh balita yang masih kurang optimal membuat balita rentan terserang berbagai penyakit termasuk flu. Pada orang dewasa atau anak yang mengalami *influenza*, dapat muncul beberapa gejala klinis seperti demam, nyeri

pada tubuh, batuk, pilek, dan beberapa gejala penyerta lain.

Pada umumnya, anak-anak yang menderita flu dapat sembuh dalam kurun waktu kurang dari satu minggu. Penyebab influenza adalah virus RNA yang termasuk dalam keluarga *Orthomyxoviridae* yang dapat menyerang burung, mamalia termasuk manusia.

Virus ditularkan melalui air liur terinfeksi yang keluar pada saat penderita batuk, bersin atau melalui kontak langsung dengan sekresi (ludah, air liur, ingus) penderita. Ada dua jenis virus influenza yang utama menyerang manusia yaitu virus A dan virus B (Spikler, 2009). Virus ini beredar di seluruh dunia dan dapat mempengaruhi orang tanpa memandang usia dan jenis kelamin.

Influenza diketahui menyebabkan epidemi tahunan dan umumnya mencapai puncaknya pada musim dingin di daerah beriklim sedang. Untuk menghilangkan gejala yang menyertai dapat menggunakan obat-obatan yang sesuai bila diperlukan (Mubarak, 2009). Perlu diperhatikan bahwa obat-obatan ini hanya digunakan untuk meringankan gejala bukan untuk mengatasi virus penyebabnya. Obat-obatan ini dapat diperoleh tanpa resep karena termasuk obat bebas. Untuk itu dalam pemilihan obat flu diperlukan kehati-hatian dan harus didasarkan pada gejala flu yang muncul.

Pengobatan *influenza* pada anak-anak merupakan tantangan. Namun, selain efektif meredakan gejala, TCM dapat mengkompensasi kekurangan yang tidak dapat dijumpai oleh obat-obatan konvensional pada ibu hamil.

Anak-anak adalah kelompok besar yang terkena virus *influenza* karena mereka biasanya rentan terhadap komplikasi. Selain itu, respon anak-anak terhadap metabolisme obat-obatan sangat unik dibandingkan dengan orang dewasa.

Oleh karena itu, penting untuk menganalisis efek TCM pada anak-anak. Oleh karena itu, penting untuk menganalisis efek TCM pada anak-anak. Seperti disebutkan di atas, *ma-huang-tang* secara luas digunakan di China untuk menangani anak-anak yang didiagnosis dengan *influenza*. *Ma-huang-tang* telah digunakan secara luas di China untuk mengelola diagnosis *influenza* di kalangan anak-anak. Tanpa menunjukkan efek samping (Nishimura et al., 2009).

Selain itu, telah terbukti bahwa ini mungkin berguna pada pasien berusia ≤ 5 tahun yang memiliki sensitivitas rendah terhadap *oseltamivir* dan mengalami masalah saat menggunakan *zanamivir* (Toriumi et al., 2012).

Penderita *influenza* sering menunjukkan gejala yang sama seperti

penderita pilek, meskipun gejala biasanya lebih parah di *influenza*. Hal ini lah yang membuat penulis memfokuskan pada gejala pilek yang disebabkan *influenza*.

METODE

Metode yang digunakan dalam bentuk praktik secara langsung atau demonstrasi kepada pasien atau subjek

HASIL DAN PEMBAHASAN

- Metode terapi: Menghalau angin dan dingin, menyebarkan paru-paru membebaskan permukaan.
- Formula:Fengfu-Bazhen, Dazhui-Bazhen, Lieqie, Fengmen, Fengchi, Hegu.
- Teknik: Semitonik semisedasi, dapat ditambah moksibusi.
- Penjelasan: Titik yang dipilih umumnya dari meridian Taiyin tangan paru-paru, m. Yangming tangan usus besar, m. Taiyang kaki kandung kemih, dan meridian Du.

Berefek menghalau angin dan dingin, membebaskan permukaan membuang patogen. Patogen dingin membelenggu permukaan, titik Fengmen melegakan mengatur Qi m. Taiyang, menghalau angin dingin membebaskan pathogen permukaan, untuk mengatasi takut dingin, demam, sakit kepala pegal linu.

Titik Lieqie m. paru-paru menyebarkan Qi paru-paru menyetop batuk. M. Yangwei menguasai Yang dan permukaan, maka diambil titik Fengchi titik pertemuan m. Shaoyang kaki dan m. Yangwei, untuk melegakan membebaskan patogen permukaan. Taiyin dan Yangming berhubungan Biao-Li, maka diambil titik Yuan Yangming Hegu, untuk menghalau patogen membebaskan permukaan. M. Du menguasai Yang dan Biao, maka diambil titik Fengfu Bazhen, Dazhui Bazhen untuk membebaskan patogen permukaan. Perpaduan titik itu berefek menghalau angin dingin, menyebarkan paru-paru.

- e. Tambah-kurang: Jika sakit kepala hebat, ditambah Taiyang, Yintang; jika hidung mampat banyak ingus, ditambah Yinxiang, Shangxing; bila

batuk sesak, ditambah Dingchuan, Feishu; jika badan letih mental lesu, napas pendek malas bicara, lidah pucat, nadi lemah termasuk defisien Qi, ditambah Zhusanli, Qihai; jika badan dan ekstremitas dingin, wajah pucat pasi, lidah gemuk pucat, nadi tenggelam dan lemah, termasuk defisien Yang, ditambah Mingmen, Guanyuan, atau Mingmen Bazhen.

Terapi makanan menguatkan imunitas tubuh dan proses penyembuhan dari flu.

Dalam Gendo (2006) ada dua resep tradisi yang sering digunakan dan dikombinasikan dalam terapi penyakit influenza

a) Chuan-xiong-cha-tiao-san

Resep tradisi ini berasal dari buku pelajaran Tai-ping-hui-min-he-ji-ju-fang, yang diterbitkan pada masa Dinasti Sung, pada tahun 1078. Resep ini berdaya menyebarkan angin-dingin dan meredakan gejala influenza Resep ini terdiri atas:

- 1) Herba Schizonepetae (jing-jie): menyebarkan angin-dingin serta meredakan gejala influenza dari rasa gatal. Dosis 3-10 g/hari Perhatian: obat ini tidak tahan panas, jangan digodok terlalu lama
- 2) Radix saposnikoviae (Fang-feng): menyebarkan angin-dingin, meredakan nyeri rematik, nyeri otot dan gejala influenza, meredakan rasa gatal dan diare.
Dosis 3-10 g/hari
- 3) Rhizoma Notopterygii, (qiang-huo): menyebarkan angin-dingin, meredakan nyeri rematik, nyeri kepala, nyeri tengkuk, dan gejala influenza. Dosis 3-10 g/hari.
- 4) Radix Ligustici chuan-xiong (chuan-xiong): melancarkan darah dan Qi serta meredakan nyeri. Dosis 3-10 g/hari
- 5) Radix Angelicae dahuricae (Bai-zhi): menyebarkan angin dingin,

meredakan nyeri, abses, dan gejala influenza, serta meredakan obstruksi hidung. Dosis 3-10 g/hari.

6) Herba Asari (Xi-xin): menyebarkan angin-dingin, meredakan nyeri, dahak-dingin, lendir encer, dan gejala influenza, serta meredakan obstruksi hidung.

Dosis 2-5 g/hari.

7) Herba Menthae (Bo-he): menyebarkan angin-panas, meredakan nyeri mata dan tenggorokan, menenangkan emosi. Dosis: 3-10g/hari. Perhatian: obat ini mengandung zat eter, jangan digodok terlalu lama

8) Radix Glycyrrhizae (Gan-cao): menambah Qi, meredakan dahak, kejang, dan nyeri, serta menetralkan efek samping obat-obatan. Dosis: 3-10 g/hari. Perhatian: dosis berlebihan dapat menyebabkan tekanan darah tinggi dan edema

b) Yu-ping-feng-san

resep tradisi ini berasal dari buku pelajaran Dan-Xi-xin-fa yang diterbitkan pada masa dinasti Yuan pada tahun 1347. Ramuan ini berdaya menyebarkan angina serta menguatkan kondisi dan imunitas tubuh. Resep ini terdiri atas :

1) Radix Astragali (Huang-qi): menguatkan kondisi tubuh, menambahkan Qi-limpa, Qi-paru, dan Qi-jantung, menaikkan Yang,

melancarkan urine, serta menyembuhkan abses dan borok. Dosis: 10-15 g/hari.

2) Rhizoma Atractylodis macrocephalae (Bai-zhu): menguatkan kondisi tubuh, menambah Qi-limpa, melancarkan urine, dan meneangkan janin. Dosis: 5-15 g/hari.

3) Radix Saposhnikoviae (Fang-feng): menyebarkan angin-dingin, meredakan nyeri rematik, nyeri otot, rasa gatal, dan gejala influenza. Dosis: 3-10 g/hari

Berdasarkan kajian Pustaka di atas, menunjukkan bahwa TCM adalah pilihan yang berharga dalam mengurangi gejala influenza pada anak. Beberapa metode pengobatan yang digunakan dalam TCM untuk mengurangi gejala ini adalah akupunktur, tuina chuzhen dan terapi makanan.

Berikut adalah contoh kasus flu yang diterapi secara TCM.

1. Identitas Subjek

Nama : H
jenis kelamin : Perempuan
Tempat/tanggal lahir : Palembang, 16 Juli 2018
Agama : Islam
Tujuan pemeriksaan : Keluhan demam disertai batuk dan pilek

Tanggal 14 Januari 2023
pemeriksaan
Diagnosis Influenza
sementara
Program Akupuntur, Tuina
Treatment Chuzhen, Terapi Makanan
Tempat Alamat Subjek
pemeriksaan

2. Pertanyaan Rujukan

H sudah mengalami demam, batuk dan pilek selama dua hari tanpa treatment apapun. Penulis sekaligus terapis berinisiatif untuk melihat dan mengecek kondisi H. setelah dilakukan observasi dan pengecekan suhu badan H 39°C. kerak ingus masih disekitar hidung dan sesekali batuk.

3. Prosedur Evaluasi dan Intervensi

Berdasarkan keterangan di atas penulis merencanakan untuk melakukan tindakan akupuntur dan tuina chuzhen. Setelah melakukan beberapa pertimbangan pada saat itu dikarenakan H dalam kondisi sedang ingin makan maka saya membuat jadwal untuk melakukan treatment setelah magrib. Treatment yang saya pakai adalah tuina chuzhen dengan Pada waktu manipulasi, ujung alat Chuzhen menotok atau memukul titik akupunktur berulang-ulang. Dilakukan sampai kulit kemerahan. Teknik manipulasi ini

dengan alat Chuzhen intan atau Chuzhen pena.

4. Pelaksanaan Intervensi

Pelaksanaan intervensi terhadap H pada tanggal 14 Januari 2023 sekitar pukul 18.30 WIB. Waktu yang dibutuhkan kurang lebih 45 menit. Observasi Setelah melakukan sholat magrib H sudah bersiap di sofa tamu untuk melakukan terapi karena sebelumnya sudah diinformasikan akan di terapi.

Posisi H duduk bersandar di sofa sambil bermain HP. H sebelumnya tidak mengetahui apa yang dinamakan akupuntur sehingga saat melihat jarum H langsung menolak untuk tidak mau ditreatment akupuntur. Terapis mencoba membujuk tapi tetap tidak berhasil sehingga terapis mengganti jarum dengan pena / kuixing alat terapi tuina chuzhen karena bentuknya mirip dengan olesan selai roti sambil memberikan kepada H untuk dimainkannya.

Intervensi

1. Akupuntur

Dikarenakan H masih balita dan melakukan penolakan untuk di terapi akupuntur yang membuat keluarganya juga menolak terapi ini sehingga terapis menggunakan tehnik ketuk tekan menggunakan pena chuzhen

Titik yang dimanipulasi sesuai urutan: Ying -xiang (LI 20), Shangxing (Du 23),

Feng-chi (G 20), Feng-fu (Du 16), Fengmen (B 12), Feishu (B 13), Da zhui (Du 14), Li-que (L 7), He-gu (LI 4), Zu san li (S 36).

Pendekatan yang dilakukan sambil mengajak ngobrol dan bercerita dengan H sehingga H merasa nyaman meskipun sesekali meringis kesakitan.

2. Tuina Chuzhen

Dikarenakan beberapa titik akupuntur yang digunakan dalam tuina chuzhen hampir sama yaitu; Fengfu-Bazhen, Dazhui-Bazhen, Lieqie, Fengmen, Fengchi, Hegu. Terapis melanjutkan ke titik 8 formasi atau yang biasa disebut Bazhenxue dengan membuat garis seperti jaring dan 3 lingkaran dari yang kecil hingga besar pada bagian tepi luar dengan titik tengah pada Fengfu dan Dazhui. Tehnik yang digunakan juga sama yaitu ketuk tekan dengan pena chuzhen. Pendekatan yang digunakan juga dengan cara mengobrol dan bercerita.

3. Terapi Makanan

Dalam terapi ini terapis tidak memberikan ramuan dikarenakan anak tidak suka minum dengan aroma ramuan yang kuat dan rasa pedas, sehingga terapis menyarankan untuk sering meminum air hangat dan 3x sehari minum air hangat madu dan lemon, dengan alasan madu untuk mengusir angin dingin dan lemon sebagai sumber

vitamin c dan anti oksidan untuk meningkatkan imun tubuh.

Terapis juga menyarankan untuk menghindari makanan berminyak seperti goreng-gorengan dll.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Kesimpulannya, metode tuina chuzhen dengan titik akupuntur dan terapi makanan terbukti efektif untuk menangani pilek yang disebabkan influenza pada kasus bayi dan balita, namun perlu penyesuaian pada beberapa tehnik sesuai dengan kondisi bayi dan balita tersebut.

Saran

Terapis juga menyarankan untuk menghindari makanan berminyak seperti goreng-gorengan dll.

DAFTAR PUSTAKA

- Allan, GM; Arroll, B (2014). "Prevention and treatment of the common cold: making sense of the evidence". CMAJ : Canadian Medical Association.
- Alwhaibi M., Goyat R., Kelly K. M. (2017). The Use of Herbal Remedies among Mothers of Young Children Living in the Central Appalachian Region.

- Evid. Based. Complement. Alternat. Med
- Arroll, B (March 2011). "Common cold". Clinical evidence. Common colds are defined as upper respiratory tract infections that affect the predominantly nasal part of the respiratory mucosa.
- Casagrandi, R., Bolzoni, L., Levin, S.A., & Andreasen, V. (2006), *The SIRC Model and Influenza A*, Mathematical Biosciences, Elsevier.
- Claas EC, Osterhaus AD, van Beek R, De Jong JC, Rimmelzwaan GF, Senne DA, et al.(1998) Human influenza A H5N1 virus related to a highly pathogenic avian influenza virus. *Lancet*.
- Eccles, R (2005). "Understanding the symptoms of the common cold and influenza". *Lancet Infect Dis*.
- Eccles, Ronald; Weber, Olaf (2009). *Common cold*. Basel. Birkhäuser.
- Gendo, Udayarana Dr. Med. (2006). *Integrasi Kedokteran Barat dan Kedokteran Traditional Cina*. Yogyakarta. KANISIUS.
- He J., Li Z., Huang W., Guan W., Ma H., Yang Z. F., et al. (2019). Efficacy and safety of Chou-Ling-Dan granules in the treatment of seasonal influenza via combining Western and traditional Chinese medicine: protocol for a multicentre, randomised controlled clinical trial.
- Heikkinen T, Järvinen A (2003). The common cold. *Lancet*.
- Hu X. Y., Wu R. H., Logue M., Blondel C., Lai L. Y. W., Stuart B., et al. (2017). *Andrographis paniculata* (Chuān Xīn Lián) for symptomatic relief of acute respiratory tract infections in adults and children: A systematic review and meta-analysis. *PloS One*
- Japaries, W. (2022). *Modul Praktikum Pijat Tuina Chuzhen*, STAB NALANDA.
- John L. J., Shantakumari N. (2015). *Herbal Medicines Use During Pregnancy: A Review from the Middle East*. *Oman Med.*
- Kosasih H, Roselinda, Nurhayati, Klimov A, Xiyang X, Lindstrom S, et al.(2013). *Surveillance of Influenza in Indonesia, 2003-2007*. *Influenza Other Respi Viruses*;
- Kubo T., Nishimura H. (2007). Antipyretic effect of Mao-to, a Japanese herbal medicine, for treatment of type A influenza infection in children. *Phytomedicine*
- Liu L., Yue X. Q., Wang L. N., Gu W., Xin H. L., Zheng G. Y., et al. (2010). Preventive effects of a sachet of Chinese herbs on influenza and its immune regulation. *Zhong Xi Yi Jie He Xue Bao*

- Ma B., Duan X., Wang Z. (2000). Clinical and experimental study on Shuanghua aerosol in treating infantile upper respiratory tract infection. *Zhongguo Zhong Xi Yi Jie He Za Zhi* Mubarak, I.W., 2009, Ilmu Kesehatan Masyarakat Teori Dan Aplikasi, Jakarta, Salemba Medika.
- Nichol, K.L., Nordin, J., Mullooly, J., Lask, R., Fillbrandt, K., & Iwane, M., 2003, Influenza Vaccination and Reduction in Hospitalizations for Cardiac Disease and Stroke among the Elderly, *N Engl J Med*.
- Nishimura N., Doi N., Uemura T., Taketani T., Hayashi G., Kasai T., et al. (2009). Pharmaceutical analysis and clinical efficacy of Kampo medicine, maoto, extract suppository against pediatric febrile symptoms. *Yakugaku Zasshi*
- Peate, I., dan Nair, M. 2011. *Fundamentals of Anatomy and Physiology For Student Nurses*. UK: Blackwell Publishing Ltd.
- Pratiwi, N., & Kartono., 2008, Strategi Model Pengendalian Penyebaran Virus Influenza, *Jurnal Matematika*.
- Sherwood, L. (2010). *Human Physiology From Cells to Systems*. 7th Ed. Canada: Yolanda Cossio.
- Spikler, A., (2009), Influenza, (online), (<http://www.csfph.iastate.edu/pdfs/influenza.pdf>)
- Tapan, Erik. 2004. *Flu, HFMD, Diare pada Pelancong, Malaria, Demam Berdarah dan Tifus*. Jakarta :Pustaka Populer Obor
- Taubenberger JK, Morens DM. (2008). The pathology of influenza virus infections. *Annu Rev Pathol*
- Toriumi Y., Kamei T., Murata K., Takahashi I., Suzuki N., Mazda O. (2012). Utility of Maoto in an influenza season where reduced effectiveness of oseltamivir was observed - a clinical, non-randomized study in children. *Forsch Komplementmed*.
- Tortora, G. J. dan Derrickson, B. (2014). *Principles of Anatomy and Physiology.*, in *Principles of Anatomy and Physiology*. 14th edn. United States of America: John Wiley & Sons, pp.