

PENATALAKSANAAN AKUPUNTUR, TUINA CHUZHEN MEDITATIF KOMBINASI FOOD THERAPY TCM PADA BALITA DENGAN BATUK AKIBAT ISPA

Alfian¹, Frisca Desma Ayu Kusuma Wardani², Etik Kartikawati Mugianto³

^{1,2,3} Program Studi S1 Dharma Usada Sekolah Tinggi Agama Buddha Nalanda

Email: friscakusumawardani@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang : Infeksi saluran pernapasan akut (ISPA) masih merupakan masalah kesehatan yang perlu menjadi perhatian baik di negara berkembang maupun negara maju, Indonesia dengan jumlah 2,4 juta orang terkena ISPA terutama pada bayi dan balita sehingga menyebabkan kematian bayi dan balita yang cukup tinggi yaitu kira-kira 1 dari 4 kematian yang terjadi. Dari menangani hal tersebut dapat dilakukan penatalaksanaan yang tepat diantaranya yaitu akupuntur, tuina chuzhen meditatif kombinasi food therapy TCM pada masa tumbuh kembang bayi-balita pada penyakit batuk **Tujuan** : mengetahui penatalaksanaan batuk yang tepat pada balita **Metode** : Metode yang digunakan dalam bentuk demonstrasi kepada pasien atau subjek **Hasil** : Tidak hanya lendir yang akan disingkirkan oleh reflex batuk, tetapi juga gumpalan darah dan benda asing. **Saran** : segera konsultasi kepada para ahli dan disinergikan dari beberapa terapi yang ada; seperti akupuntur TCM, tuina chuzhen, food kombinasi berbasis TCM dan diagnosa keluhan secara tepat sasaran
Kata kunci : ISPA, akupuntur, tuina chuzhen, food therapy Traditional Chinese Medicine

ABSTRACT

Background : Acute respiratory infection (ARI) is still a health problem that needs to be a concern in both developing and developed countries, Indonesia with a total of 2.4 million people affected by ARI, especially in infants and toddlers, causing quite high infant and toddler mortality, which is approx. approximately 1 in 4 deaths that occur. In order to properly handle this, one can use acupuncture, tuina chuzhen meditation, and a combination of TCM food therapy during the growth and development of infants and children with cough disease. **Objective**: understanding how to handle a toddler's cough properly **Method** : The process that involves showing patients or participants a demonstration **result** : The cough reflex will also expel blood clots and foreign items in addition to mucus. **Suggestion** : Consult professionals right away, and combine treatments that are already in use, such as TCM acupuncture, tuina chuzhen, TCM-based combination foods, and tailored diagnosis of complaints.
Keywords : ARI, akupuntur, tuina chuzhen, food therapy Traditional Chinese Medicine

PENDAHULUAN

Indonesia yaitu 2,4 juta orang
Infeksi saluran pernapasan akut (ISPA)
masih merupakan masalah kesehatan
yang perlu menjadi perhatian baik di

negara berkembang maupun negara maju,
karena menyebabkan kematian bayi dan
balita yang cukup tinggi yaitu kira-kira 1
dari 4 kematian yang terjadi.

Jumlah kasus ISPA di masyarakat diperkirakan sebanyak 10% dari total populasi dan merupakan peringkat pertama penyebab pasien melakukan rawat jalan di rumah sakit di Indonesia pada tahun 2010.

National Hospital Ambulatory Medical Care Survey (NHAMCS) melakukan pengumpulan data pada tahun 2006 dari beberapa departemen rawat jalan rumah sakit di Amerika Serikat.

Diperkirakan ada 102,2 juta kunjungan di departemen rawat jalan rumah sakit di Amerika Serikat, dan 3,8% alasan kunjungan adalah karena infeksi pada saluran pernapasan dan 1,3% karena faringitis akut. Dimana kedua alasan kunjungan tersebut gejalanya adalah batuk.

Pada studi yang dilakukan tahun 2008, lebih dari 80% anak-anak melakukan 5 atau lebih kunjungan ke dokter karena sakit dan 53% memiliki lebih dari 10 kunjungan sebelum mengunjungi ahli pulmonologi anak.

Batuk bukan pneumonia dapat dialami setiap balita, sekurangnya dalam satu tahun balita dapat mengalami 3-6 episode batuk bukan pneumonia. Batuk merupakan gejala dari suatu penyakit, bukan penyakit itu sendiri. Beberapa penyebab umum dari batuk yang dialami anak dan remaja adalah batuk pilek, asma, sinusitis, alergi musim, dan pneumonia.

Masa balita merupakan periode penting dalam proses tumbuh kembang manusia. Pada usia ini, anak rawan terhadap berbagai macam penyakit seperti infeksi saluran pernapasan akut.

Selain karena struktur tubuh yang belum matur dan stabil, pada usia ini juga anak lebih banyak terpapar dengan lingkungannya. Pada usia ini, nafsu makan anak berubah-ubah sehingga dapat mempengaruhi asupan nutrisinya.

Usia ini juga rawan terhadap gizi kurang, yang juga merupakan faktor risiko meningkatnya penyakit infeksi pada usia ini.

Batuk merupakan refleksi yang terangsang oleh iritasi paru- paru atau saluran pernapasan. Bila terdapat benda asing selain udara yang masuk atau merangsang saluran pernapasan, otomatis akan batuk untuk mengeluarkan atau menghilangkan benda tersebut.

Batuk biasanya merupakan gejala infeksi saluran pernapasan atas (misalnya batuk-pilek, flu) dimana sekresi hidung dan dahak merangsang saluran pernapasan. Batuk juga merupakan cara untuk menjaga jalan pernapasan tetap bersih.

Ada dua jenis batuk yaitu batuk berdahak dan batuk kering. Batuk berdahak adalah batuk yang disertai dengan keluarnya dahak dari batang tenggorokan. Batuk kering adalah batuk yang tidak disertai keluarnya dahak (Depkes RI, 2007).

Batuk merupakan mekanisme pertahanan tubuh di saluran pernapasan dan merupakan gejala suatu penyakit atau reaksi tubuh

terhadap iritasi tenggorokan karena adanya lendir, makanan, debu, asap dan sebagainya (Manan, 2014).

National Hospital Ambulatory Medical Care Survey (NHAMCS) melakukan pengumpulan data pada tahun 2006 dari beberapa departemen rawat jalan rumah sakit di Amerika Serikat. Diperkirakan ada 102,2 juta kunjungan di departemen rawat jalan rumah sakit di Amerika Serikat, dan 3,8% alasan kunjungan adalah karena infeksi pada saluran pernapasan dan 1,3% karena faringitis akut.

Dimana kedua alasan kunjungan tersebut gejalanya adalah batuk. Pada studi yang dilakukan tahun 2008, lebih dari 80% anak-anak melakukan 5 atau lebih kunjungan ke dokter karena sakit dan 53% memiliki lebih dari 10 kunjungan sebelum mengunjungi ahli pulmonologi anak.

Menurut Kemenkes RI, Infeksi Saluran Pernafasan Akut (ISPA) merupakan salah satu penyebab utama

kunjungan berobat pasien di Puskesmas (40% - 60%), khususnya pada balita

ISPA merupakan penyakit yang sering terjadi dengan episode penyakit batuk-pilek di Indonesia diperkirakan 3-6 kali per tahun.

Kunjungan kasus ISPA yang tinggi merupakan peluang bagi petugas kesehatan untuk menemukan pneumonia pada balita yang datang dengan keluhan batuk/ kesukaran bernafas. Pada tahun 2015 tercatat sebanyak 404.319 balita di Jawa Timur yang mengalami ISPA. Dari jumlah tersebut yang masuk kriteria pneumonia adalah 40.930 dan dari yang kriteria pneumonia, 1.610 diantaranya adalah pneumonia berat yang mengancam jiwa.

Dari sejumlah pasien tersebut, jumlah kematian yang tercatat sebanyak 13 balita. Gejala umum yang sering dialami adalah batuk, pilek dan demam (Dinas Kesehatan Propinsi Jawa Timur, 2015)

Memperhatikan hal tersebut maka batuk memerlukan penanganan yang komprehensif. Dalam artikel ini akan membahas lebih detail tentang penatalaksanaan akupuntur, tuina chuzhen meditatif kombinasi food terapy TCM pada masa tumbuh kembang bayi-balita pada penyakit batuk merupakan salah satu cara pengobatan alternative secara non farmakologis yang dapat digunakan untuk pengongobatan batuk.

METODE

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

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Akupuntur

Penusukan titik Po Fu dapat menghilangkan patogen panas pada Fei/paru, sedang titik Feng Men berfungsi mengusir pathogen angin. Da Zhui adalah titik pertemuan dari enam meridian Yang, yang dapat mengeliminasi patogen bersifat panas.

Titik Qu Chi dan Chi Ze dapat mengusir pathogen angin dan panas pada Fei/paru. Sedang titik Tian Tu dan Shan Zhong yang terletak berdekatan dengan saluran pernapasan, berfungsi menurunkan Fei Qi. Titik-titik ini sering digunakan untuk meredakan batuk.

2. Tuina Chuzen

Batuk adalah gejala Qi paru-paru berbalik ke atas dan menimbulkan suara dapat disertai riak. Batuk bukan semata-mata gangguan pada organ paru-paru, tetapi dapat terkait dengan organ lainnya.

Kitab Neijing bagian Suwen bab Kelun (membahas batuk) menuliskan, “Lima Zang enam Fu semuanya dapat menimbulkan batuk, bukan hanya paru-paru” Batuk terbagi menjadi yang akut dan kronis, yang akut termasuk Waigan (terpajan patogen luar), yang kronis termasuk Neishang (luka dalam). Waigan jika tidak diterapi dengan baik dapat juga menjadi kronis. Jika batuk kronis berkelanjutan, atau fisik lemah, pada

lansia, Qi organ dalam terluka berat, dapat timbul sesak.

Patogenesis: Batuk akibat Waigan umumnya karena perubahan cuaca panas dingin tiba-tiba, energi Wei kurang kuat, maka patogen angin dingin atau angin panas dapat menyerang masuk, membuat fungsi paru-paru terganggu.

Batuk karena Waigan adalah penyakit akut atau baru, umumnya tergolong ekses (Shi); batuk karena Neishang adalah penyakit kronis atau lama, umumnya tergolong defisien (Xu), ada juga campuran Xu dan Shi, dalam terapi harus memperhatikan bedanya.

a. Batuk Waigan:

1. Batuk angin panas: dengan gejala batuk, dahak kental kuning, badan demam sakit kepala, mulut kering tenggorokan nyeri, atau benci dingin dan demam, lidah merah, selaput tipis kuning, nadi mengambang cepat.

Metode terapi: Menembus Biao membersihkan panas,

Alfian dkk : Penatalaksanaan Akupuntur, Tuina Chuzhen Meditatif Kombinasi Food Terapy Tcm Pada Balita Dengan Batuk Akibat Ispa

mengembangkan paru-paru menyetop batuk.

Formula: Shenzu Bazhen, Shendao Bazhen, Dazhui Bazhen; Hechelu: Dazhui-Mingmen; Hegu, Quchi, Lieqie. Teknik: sedasi, atau semitonik semisedasi. Penjelasan: Titik Bazhen yang dipilih berefek menghalau angina membersihkan panas membebaskan Biao, ditambah Hechelu untuk memperkuat efek melepas Biao mengembangkan paru-paru. Meridian Taiyin dan Yangming saling berhubungan Biao-Li maka dipilih Hegu, Quchi untuk mengembangkan paru-paru membebaskan Biao; titik Lieqie (LU7) untuk mengembangkan paru-paru menyetop batuk.

Tambah-kurang: Jika tenggorok bengkak nyeri, tambah Shaoshang (LU11), Chize (LU5) ditusuk, untuk membersihkan tenggorok

mencabar panas, melepas angin membebaskan Biao.

2. Batuk angin dingin: dengan gejala batuk, dahak encer putih, sakit kepala demam, tenggorok gatal, atau benci dingin dan demam, selaput lidah tipis putih, nadi mengambang tegang. Metode terapi: membebaskan Biao menghalau dingin, mengembangkan paru menyetop batuk. Formula: Shenzhu Bazhen, Shendao Bazhen, Dazhui Bazhen; Hechelu: Dazhui-Mingmen; Fengchi, Hegu, Lieqie. Teknik: semitonik semisedasi, boleh ditambah moksibusi. Penjelasan: Ketiga titik Bazhen dipilih untuk melancarkan angina mengurai dingin membebaskan Biao, melancarkan Hechelu untuk memperkuat efek melancarkan Biao mengembangkan paru-paru. Meridian Taiyin dan Yangming tangan berhubungan Biao-Li maka

diambil titik Hegu, Lieqie untuk mengembangkan paru membebaskan Biao.

Kombinasi semuanya membuat Qi paru-paru lancar teratur bersih, patogen Biao terbebas dan batuk berhenti.

Tambah-kurang: Bila disertai sesak, tambah titik Dingchuan (EX-B1); jika dada ulu hati banyak dahak penuh pengap, tambahkan Zhusanli (ST36), Fenglong (ST40), Neiguan (PC6), dan lain sebagainya.

b. Batuk Neishang

1. Batuk dahak lembap: dengan gejala batuk, reas encer jernih volume banyak, dada ulu hati penuh pengap, nafsu makan berkurang, lidah pucat, selaput lidah putih berminyak, nadi mengambang lunak licin. Metode terapi: Menyehatkan limpa meluruh dahak, mengatur Qi paru-paru. Formula: Shenzhu Bazhen, Zhiyang Bazhen, Zhongshu (DU7,

dibawah proc. spinosus Th-10) Bazhen; Hechelu: Dazhui-Mingmen; Taiyuan (LU9), Taibai (SP3), Fenglong. Teknik: semitonik semisedasi, dapat ditambah moksibusi. Penjelasan: Limpa adalah sumber dahak, paru-paru penampung dahak. Titik Yuan adalah fokus ZhenQi organ tersebut, maka

memilih titik Yuan paru-paru Taiyuan dipadukan dengan tiga titik Bazhen berefek menyehatkan limpa meluruh dahak, memperkuat Qi paru-paru. Titik Luo dari meridian Yangming kaki lambung baik dalam meluruh dahak lembap, ditambah Taibai untuk menyehatkan limpa. Dengan demikian, transportasi limpa sehat, dahak lembap diluruhkan, paru-paru damai sehat maka batuk berhenti.

2. Api liver membakar paru-paru: dengan gejala batuk, dahak sedikit

dan lengket, batuk napas berbalik, dada iga ikut nyeri, mata dan wajah merah, tenggorok kering mulut pahit, lidah merah, selaput kuning kurang Jin, nadi senar cepat.

Metode terapi: Mencahar liver membersihkan paru-paru.

Formula: Shenzhu Bazhen, Zhiyang Bazhen, Jingsuo Bazhen; Hechelu: Dazhui-Mingmen; Jingxi (LU8), Taichong. Teknik: Sedasi, atau semitonik semisedasi.

Penjelasan: Taichong adalah titik Yuan meridian liver, dipadukan dengan Zhiyang Bazhen dan Jingsuo Bazhen berefek membersihkan liver mencahar api; titik Jing meridian paru Jingxi dipadukan dengan Shenzhu Bazhen, berefek membersihkan paru meluruh dahak, dipadukan lagi dengan Hechelu berefek melegakan liver mengatur Qi, Qi lancar maka api bersih, api bersih maka dahak meluruh, Qi paru-paru

teratur maka batuk berhenti.

Tambah-kurang: Jika batuk berdarah, tambah Kongzui (LU6); tenggorok kering dan gatal, tambah Zhaohai (KI6).

3. Kombinasi Food Terapi berbasis TCM

Dengan melihat gejala-gejala yang timbul pada gangguan penyakit batuk bisa juga menjadi solusi dengan mensinergikan dengan terapi kombinasi food TCM ini. Semua herba yang berefek meluruhkan dahak, meredakan atau menghentikan batuk, sesak napas sebagai efek utamanya tergolong dalam herba mukolitik, antitusif, antiasmatik. Efek empiris golongan herba ini adalah ‘menyebarkan paru-paru membuang dahak, menghentikan batuk meredakan sesak.

Herbal penghangat Nama: Jahe segar (bahasa)/ *Zingiber officinale* (latin) / Shengjiang (TCM). Sifat dan afinitas; pedas, hangat pada paruparu, limpa, bebas Biao, menghalau dingin, anti mual dan

buangdahak. Indikasi; demam tinggi, muntah, batuk, kembung, dispepsi, rematik, ketiakbau, detoks makanan laut dan unggas. Nyeri haid dingin, mabuk kendaraan. Kontra indikasi; defisien Yin panas dalam. Nama: Kencur (bahasa) / Kaempferiagalanga (latin) Sifat dan afinitas: Pedas hangat pada paru-paru, lambung, hati. Indikasi: Peluruh dahak atau pembersih tenggorokan, menghilangkan lendir yang menyumbat di hidung, penghangat badan, pelangsing tubuh, membantu membuang gas/kentut, batuk.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Penyakit batuk merupakan suatu mekanisme refluk yang sangat penting untuk menjaga jalan nafas agar tetap terbuka dengan cara menyingkirkan hasil sekresi lendir yang menumpuk pada jalan pernafasan. Tidak hanya lendir yang akan disingkirkan oleh reflex batuk, tetapi juga gumpalan darah dan benda asing.

Beberapa faktor yang dapat menyebabkan terjadinya batuk, yaitu virus, bakteri, dan juga asap rokok. Seorang

perokok aktif atau mantan perokok memiliki faktor resiko untuk menderita batuk kronis. Seseorang yang terus menerus terpajan asap rokok bisa menyebabkan batuk dan kerusakan paru-paru

Langkah pertama yang dilakukan setelah mendapati keluhan adalah perawatan mandiri seperti banyak minum air putih, banyak istirahat, hindari makanan dan minuman penyebab batuk dan berikan makanan dan minuman dalam keadaan hangat.

Saran

Jika keluhan tidak mereda segera konsultasi kepada para ahli dan disinergikan dari beberapa terapi yang ada; seperti akupuntur TCM, tuina chuzen, food kombinasi berbasis TCM dan diagnosa keluhan secara tepat sasaran.

DAFTAR PUSTAKA

https://dinkes.jatimprov.go.id/index.php?r=site/berita_detail&id=438

<https://www.alodokter.com/batuk-batuk>

<https://repository.ump.ac.id/4766/3/BAB%20II.pdf>

https://www.jvhs,+Journal+of+VHS+Vol+1+No+3+Maret+2018_Koreksi+5_2_7.pdf

M. Hembing Wijayakusuma, (2008) . Ramuan Lengkap herbal taklukkan penyakit. Jakarta: pustaka Bunda (GrupPuspaSwara), Anggota IKAPI.

Alfian dkk : Penatalaksanaan Akupunktur, Tuina Chuzhen Meditatif Kombinasi Food Terapy Tcm Pada Balita Dengan Batuk Akibat Ispa

Sim KieJie, (2008). Ilmu Terapi Akupunktur. Jakarta: TCM Publication, Singapore.

Syamsul Hidayat, Rodame M. Napitupulu, (2015). Kitab Tumbuhan Obat. Jakarta: Agriflo (Penebar Swadaya Grup).

Willie Japaries, (2020). Tuina-Chuzhen Terbukti Aman & Efektif Untuk Preventif, Promotif, Kuratif. Jakarta.

Willie Japaries, (2023). Modul Praktikum Pijat Tuina Chuzhen STAB NALANDA. Jakarta.

Willie Japaries, (2023). Terapi Makanan Berbasis TCM. Jakarta.